



قررت وزارة التعليم تدريس
هذا الكتاب وطبعه على نفقتها



المملكة العربية السعودية

التربية الأسرية

للفصل السادس الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

قام بالتأليف والمراجعة

فريق من المتخصصين

يُوزع مجاناً ولا يُباع

طبعة ١٤٤١ - ٢٠١٩



ح) وزارة التعليم ، ١٤٣٠ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة التعليم

التربية الأسرية للصف السادس الابتدائي : الفصل الدراسي الثاني -

وزارة التعليم - الرياض ، ١٤٢٩ هـ

٩٢ ص ، ٢١ × ٥ ، ٥ سم

ردمك : ٢ - ١٨ - ٥٠٢ - ٩٩٦٠ - ٩٧٨

١ - التربية الأسرية ٢ - كتب دراسية أ.العنوان

١٤٣١ / ١١٦٢

ديوي ١ ، ٢٧٧

رقم الإيداع : ١٤٣١ / ١١٦٢

ردمك : ٢ - ١٨ - ٥٠٢ - ٩٩٦٠ - ٩٧٨

مواد إثنائية وداعمة على "منصة عين"



IEN.EDU.SA

تواصل بمقترحاتك لتطوير الكتاب المدرسي



FB.T4EDU.COM



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين .
وبعد؛ يسرنا أن نقدم كتاب الطالبة للصف السادس الابتدائي من سلسلة كتب التربية
الأسرية، انسجاماً مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة
العربية السعودية ٢٠٣٠ والتي تنص على "إكساب الطالبة المعارف والسلوكيات الحميدة
لتكون ذات شخصية مستقلة تتصف بروح المبادرة والمثابرة والقيادة".
وقد حرصنا في تأليفه على تنوع أساليب عرضه باستخدام مصادر التعلم المختلفة من رسوم
وصور وأنشطة الغرض منها إثارة التفكير، وإكساب الطالبة مهارات القرن الحادي والعشرين
في إطار أهداف الوحدات الدراسية.
وتتيح أنشطة التعلم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للطالبة كي تفكر وتجاوز وتعبر عن
رأيها، لتكتسب المهارات والكفايات القابلة للتطبيق في حياتها اليومية.
لقد حاولنا أن يشمل هذا الكتاب المجالات الأساسية لمادة التربية الأسرية، ليكون عوناً
للطالبة في تكوين شخصية متزنة، واثقة بنفسها، مُحبة لوطنها، تتصرف التصرف السليم
في المواقف والمناسبات المختلفة، وتكتسب العادات الصحية السليمة في غذائها ومسكنها
وبيئتها، وتستثمر أوقات فراغها فيما يعود عليها بالنعف والفائدة، بحيث تصبح فرداً فعالاً
في بناء أسرتها ومجتمعها.
نسأل الله عز وجل أن يجعل هذا العمل خالصاً لوجهه تعالى .

والله من وراء القصد



مفاتيح الكتاب

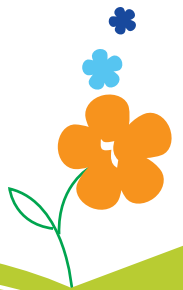
نود أن ننبه إلى أن بعض الأسئلة والأنشطة ليس لها إجابة واحدة محددة، حيث إن فيها مساحةً لإبداء الرأي ووجهات النظر، بهدف تنمية مهارات التعلم والتفكير ودعم الثقة بالنفس لدى المتعلمة.

رؤية المملكة ٢٠٣٠.	
أنشطة فردية أو جماعية ذات علاقة بمحتوى الدرس، تُنفَّذ داخل الصف أو خارجه.	
التفكير الناقد.	
التفكير الإبداعي وحل المشكلات.	
تواصل.	
التعاون والمشاركة المجتمعية.	
أسرتي العزيزة.	
معلومات إضافية.	
معلومات إثرائية.	



الفهرس

رقم الصفحة	الأسابيع	الموضوع	الوحدة
١٠	أسبوعان	التعامل مع المشكلات الاجتماعية	مجتمعي
٢٦	أسبوع	المصروف الشخصي	مهاراتي في الحياة
٣٨	أسبوعان	التخلص من النفايات الصلبة	بيئي
٥٢	أسبوع	غرزة المكيئة اليدوية (النباتة)	مهارات يدوية
٥٦	أسبوعان	غرزة الكفافة	
٦٦	أسبوعان	الشاي	غذائي
٧١	أسبوع	العجائن	
٧٦	أسبوع	تطبيقات على العجائن اللينة (الفطائر المحلاة)	
٨٤	أسبوعان	الدعاية والإعلان وأثرهما على سلوك المستهلك	ترشيد الاستهلاك





دليل الأسرة

أولياء الأمور الكرام

أهلاً وسهلاً بكم، نأمل أن يكون هذا العام الدراسي مثمراً ومفيداً لكم ولبناتكم العزيزات. نهدف في تعليم مادة (التربية الأسرية) إلى إكساب بناتنا المفاهيم العلمية، والمهارات العملية المتنوعة، التي يَحْتَجُنْهَا في حياتهن اليومية، فنأمل منكم مشاركة بناتكم في سَعْيِهِنَّ لتحقيق هذا الهدف. وستجدون في بعض صفحات هذا الكتاب أيقونة خاصة بأسرة المتعلمة، فيها رسالة تخصكم، ونشاط يمكنكم أن تشاركوا بناتكم في تنفيذه.

فهرس تضمين أنشطة خاصة بإشراك الأسرة في هذا الكتاب :

رقم الصفحة	نوع النشاط	الوحدة
٢٦	تهيئة الوحدة: أسرتي العزيزة	الثامنة: مهاراتي في الحياة
٢٨	نشاط أسري	
٣٢	نشاط ختامي	



الوحدة السابعة

مجتمعي





مجتمعي

أهداف الوحدة

يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:

- أن تقترح خطوات تساعد في اتخاذ القرار.
- أن تُبدِي رأيها في كيفية التعامل مع المشكلات التي يصعب حلها.
- أن تكتب خطة للتعامل السليم مع مشاعر الغضب والخجل.
- أن تطبّق فن التعامل مع الآخرين عند الشعور بالغضب أو الخجل.





التعامل مع المشكلات الاجتماعية

مجتمعي



يتعرض أفراد المجتمع لمواقف كثيرة ومختلفة في حياتهم، بعضها تؤثر فيهم وتسبب لهم انفعالات مختلفة كمشاعر الغضب والخجل، عندها يحتاجون إلى تطبيق خطوات التفكير العلمي السليم لاتخاذ القرارات المناسبة ليسهموا في تحقيق "مجتمع حيوي يعيش أفرادُه وفق المبادئ الإسلامية ومنهج الوسطية والاعتدال معتزّين بهويتهم الوطنية وفخورين بإرثهم الثقافي العريق في بيئة إيجابية وجاذبة".

المفاهيم الرئيسية

- القرار.
- الخجل.
- الغضب.

أولاً: اتخاذ القرار؛

نشاط (١)

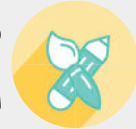
جنى فتاة هادئة تتردد كثيراً عند اتخاذ قراراتها، أرادت أن تدعم ثقتها بنفسها وتحسّن مهارتها في اتخاذ القرارات .

اقترحي حلولاً فعّالة لمعالجة هذه المشكلة لديها؟

.....

.....

.....



نشاط (٢)



لخصي المعلومات الواردة في المخطط التنظيمي الآتي للتوصل إلى معنى كلمة قرار.

الإرادة المحددة لصانع القرار
بشأن ما يجب فعله للوصول
لوضع معين

ما يصمّم عليه الإنسان
بعد التفكير في الرأي

اختيار أفضل ما ينبغي
عمله، كيف وأين ومتى؟

.....

.....

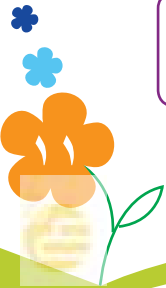
.....

خطوات الاختيار واتخاذ القرار السليم:

١ التفكير في الخيارات التي يمكن أن تستخدم في تحقيق الأهداف المطلوبة.

٢ المقارنة بين مميزات الخيارات المعروضة والمفاضلة بينها.

٣ اتخاذ القرار المناسب بناءً على المقارنة السابقة.



العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم:



ما تجب مراعاته عند اتخاذ القرار:

أن يكون صحيحًا وآمنًا.

أن يكون قانونيًا ومسموحًا به في المدرسة.

أن يكون مقبولاً لدى الأبوبين.

ألا يتعارض مع احترام الذات والآخرين.

رؤية
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

سنرسخ القيم الإيجابية في شخصيات أبنائنا عن طريق المنظومة التعليمية والتربوية بجميع مكوناتها.



نشاط (٣)

المشكلة

أثناء ارتدائك للزي المدرسي صباحاً قبل توجّهك إلى المدرسة، انفرط السحاب ولم تتمكني من إصلاحه.
ما القرار السليم الذي ينبغي أن تتخذه في هذه الحالة، مراعيةً الأمور الواجب مراعاتها عند اتخاذ القرار؟

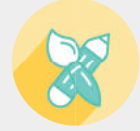
خطوات نحو الحل

.....

.....

الحل

.....



الهيئة العامة للترفيه
General Entertainment Authority

تعتبر الهيئة العامة للترفيه إحدى المبادرات المنبثقة من رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، والتي تأسست بالأمر السامي في ٢٠ رجب ١٤٣٧هـ الموافق ٧ مايو ٢٠١٦م، بهدف تطوير قطاع الترفيه وتنظيمه ودعم البنية التحتية في المملكة، وذلك بالتعاون مع مختلف الجهات الحكومية والقطاع الخاص، وفق إستراتيجيتها المعتمدة، الهادفة إلى المساهمة في تحسين جودة الحياة في مملكتنا الحبيبة.

مواقف حيوية

بعد نجاح الأبناء في دراستهم واقتراب موعد الإجازة الصيفية، اجتمع أفراد الأسرة لاختيار مكان جميل يقضون فيه إجازتهم، وبعد مناقشات طويلة حول مزايا السفر إلى خارج المملكة وعيوبه، اتفق الجميع على اتخاذ القرار المناسب وهو اختيار إحدى مناطق بلادنا الغالية ليقضوا فيها إجازة ممتعة في مكان آمن ينتقلون ما بين أماكنها الدينية والتاريخية.

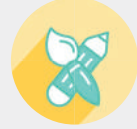


كان الرسول ﷺ يستشير ويستخير قبل اتخاذ القرار، هل تعلمين
دعاء الاستخارة؟ ذكري به زميلاتك في الصف.

عندما يطرح علينا سؤال له إجابات عدة نجد أنفسنا في موقف يتطلب الاختيار واتخاذ القرار،
أما إذا كان السؤال له إجابة واحدة صحيحة فلا يحتاج الموقف إلى اتخاذ قرار.

نشاط (٤)

اقتري مع زميلاتك في المجموعة أمثلة على أسئلة كل منها له إجابة واحدة فقط،
واعرضيها أمام باقي المجموعات في الصف.



نشاط (٥)

اذكري قراراً اتخذته في حياتك. ما مدى صحة قرارك في ضوء المعلومات
السابقة؟



.....

.....

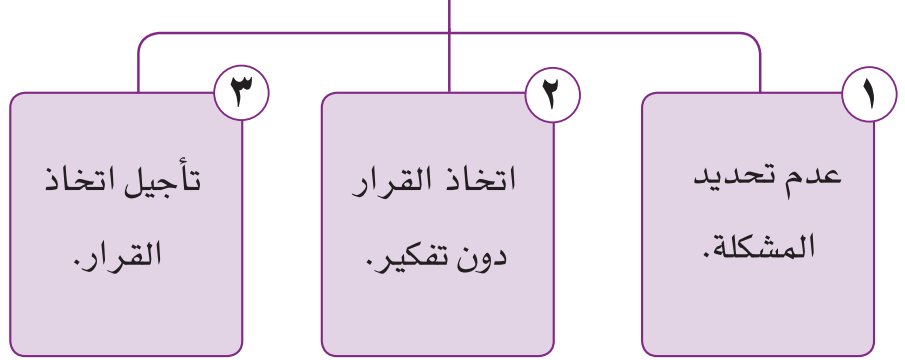
.....





هناك خطوات
أخرى لاتخاذ القرار
ستدرسينها في المرحلة
المتوسطة، بإذن الله.

أساليب غير فعّالة في اتخاذ القرار:



نشاط (٦)



كيف يمكن التعامل مع المشكلات التي لا حل لها من وجهة نظرك؟

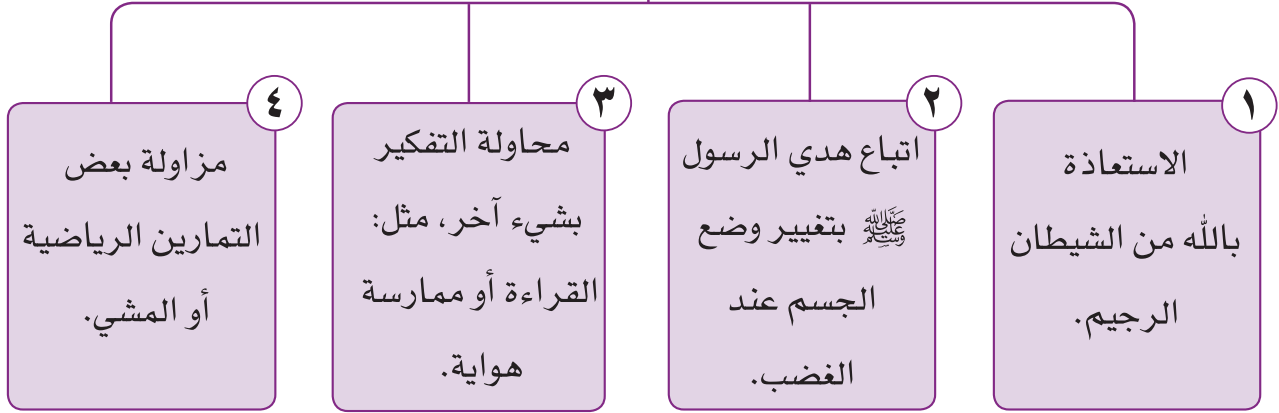
ثانياً: التعامل مع مشاعر الغضب والخجل:

أ الغضب:

عندما نغضب تتسارع ضربات القلب وقد نفقد الشهية للطعام أو نسرف في تناوله، ويبدو ذلك بوضوح في تعابير الوجه ولغة الجسد، وكظم الغيظ من القيم السمحة في ديننا الإسلامي الذي يأمرنا نحن المسلمين بالتسامح والتعايش مع الآخرين برفق، لذا يجب أن نتعلم كيف نتعامل مع هذه المشاعر بالطريقة الصحيحة لنحافظ على صحتنا ونتجنب أموراً لا تُحمد عقبائها ونعيش سُعداء في حياتنا.



كيف نتخلص من الشعور بالغضب؟



« إن الله تعالى وهبنا العقل لنميز بين الخير والشر، ونصبح قادرين على الصبر وضبط النفس عند الغضب فلا نقع في مشكلات كبيرة قد نتأذى منها، ويجب علينا عند استمرار هذا الشعور التحدث مع أحد الوالدين أو المرشدة الطلابية أو الصديقات؛ لنجد المساعدة في حل هذه المشكلة.

ليلى فتاة سريعة الغضب، لها زميلة كانت تنعتها ببعض الصفات الذميمة، وذات يوم لم تستطع تجاهل إساءة زميلتها المتكررة لها، فقامت بضربها حتى سقطت على الأرض.

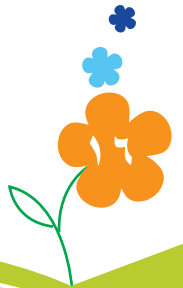
هل توافقين ليلى على تصرفها؟

هل ترين أن عليها نصح زميلتها بعدم الاستهزاء بخلق الله؟

هل كان ينبغي أن تتجاهلها ولا تُعيرها اهتماماً؟



« عن سليمان بن صرد رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: «إني لأعلم كلمة لو قالها لذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم ذهب عنه ما يجد.»
[صحيح البخاري: ٦١١٥]



نشاط (٧)



عددي مخاطر الغضب بوصفه سلوكاً غير مرغوب فيه، موضحةً آثاره السلبية عليك وعلى الآخرين، مع ذكر دليل النهي عنه من السنة النبوية؟

.....

.....

.....

نشاط (٨)

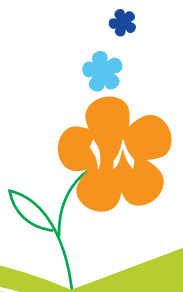
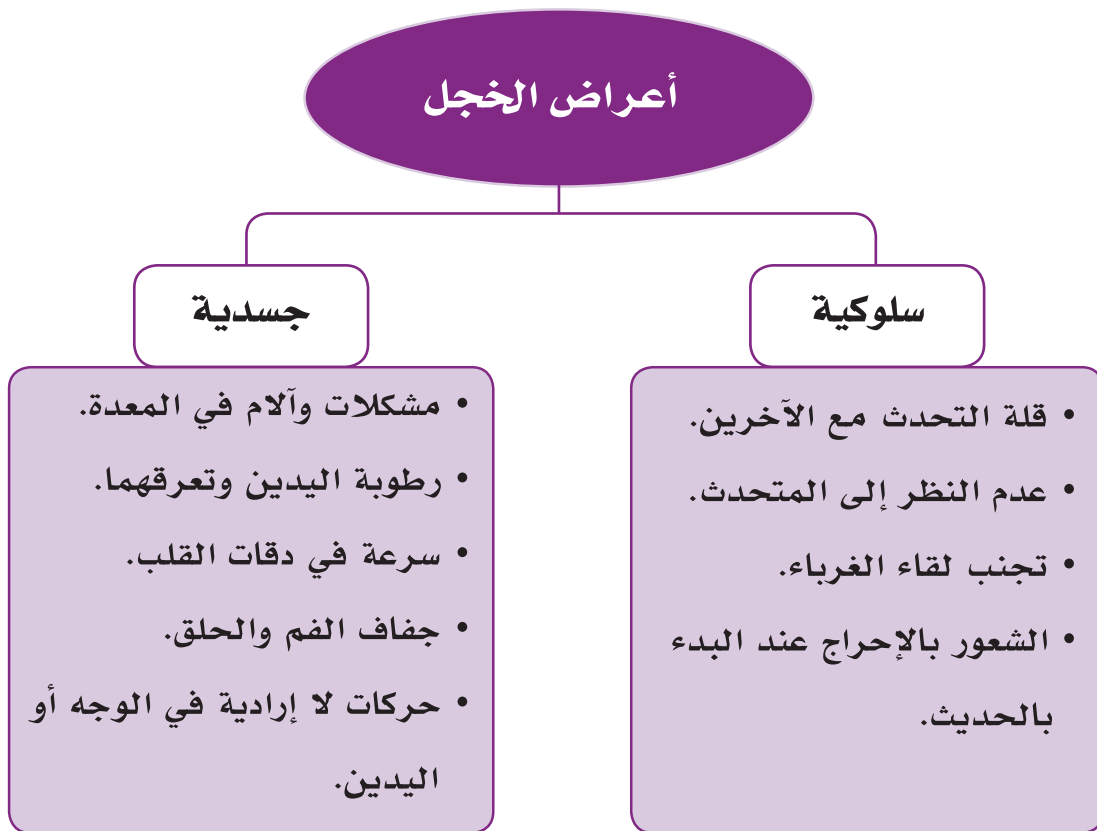


شارك زميلاتك في المجموعة بتمثيل حالات الفرح والبكاء والغضب، ثم لاحظي تعابير وجهك ووجوه زميلاتك في كل حالة، واختاري أفضلها واحرصي على أن يكون سلوكاً في حياتك.



ب الخجل:

هو ما يعتري الإنسان من الإحساس بالحرج والنقص أو من شعور أليم صادر عن الشعور بالذنب لخطأ ارتكبه.



نشاط (٩)



هل صادفك موقف شعرت فيه بالخجل؟ كيف تُدللين على أن ما مررت به
يعتبر حالة خجل؟

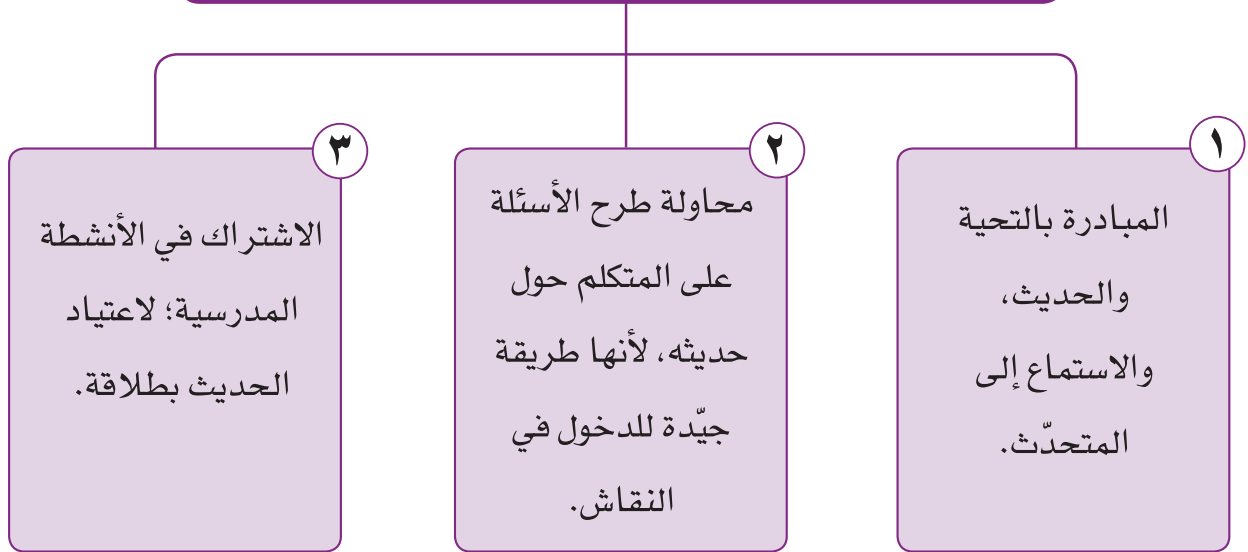


.....

.....

.....

الخطوات التي تساعد في التخفيف من الشعور بالخجل:



تطبيقات عامة

١ ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- إذا كان السؤال له إجابة واحدة صحيحة فإن الإجابة تحتاج إلى اتخاذ قرار. ()
- قدرة الفرد على التخيل تساعده على اتخاذ قرار سليم. ()
- معرفة الإمكانيات المتوافرة تساعد الفرد على اتخاذ القرار السليم. ()
- تعرق اليدين من أعراض الغضب. ()

٢ اقترحي أفكارًا تساعد على التخفيف من الشعور بالخجل:

.....

.....

.....

٣ ضعي علامة (✓) أمام السؤال الذي تتطلب الإجابة عنه اتخاذ القرار:

- كم يبلغ عمرك الآن؟ ()
- كيف تقضين وقت فراغك؟ ()
- كم عدد الطالبات في صفك؟ ()
- ما الأطعمة التي يمكن أخذها في نزهة برية؟ ()
- ماذا تلبسين عند الذهاب إلى حفلة؟ ()



٤ ابحثي في مكتبة المدرسة عن قصة، ثم حدّدي المشكلة فيها، واطرحي حلولاً مناسبة لها، وناقشي مع معلمتك النتائج المتوقعة من هذه الحلول للوصول إلى قرار مناسب لها.

.....

.....

.....

٥ أكملّي الفراغات الآتية:

أ الخطوات المتبعة قبل اتخاذ القرار:

..... ■

..... ■

..... ■

ب العوامل التي تساعد على اختيار القرار السليم:

..... ■

..... ■

..... ■

ج للتخلص من الشعور بالغضب:

..... ■

..... ■

..... ■



اتبعي هدي الرسول ﷺ في السيطرة على مشاعرك عند الشعور بالغضب، فعن أبي هريرة رَضِيَ اللهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ مَنْ يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ». [صحيح البخاري: ٦١١٤].
أجري العمليات الرياضية وضي الكلمة الناتجة في الفراغ حتى تعرفي الكلمة الناقصة.

ع=٤

ب=٧

ص=٦

ل=٥

ر=٣

هـ=٢

ا=١

الحرف المقابل للنتيجة

الحل الرياضي

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

..... = ٣٥ - ٢٨

..... = ٧٩ - ٧٨

..... = ١٧٧ - ١٧٢

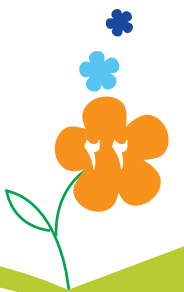
..... = ١٠٤ - ٩٨

..... = ٩٢ - ٨٩

..... = ٨١ - ٧٧

..... = ١٩١ - ١٨٩

الكلمة الناتجة:



٧ ضعي أسماء الصور ومرادفات الكلمات داخل المربعات بمساعدة الأسهم.

	→		٢	١		↓		حرف جازم
	عكس انتهى			→				٣ ↓
	↑	مادة حلوة		→	٤			
		↓		←				
الماضي من يأكل	→			ظا برد	٥ ↑			
	الصوت المصاحب للبرق			٦	جمع كلمة حرف			
						→		
	→	↓		٧				
	↑		الفضل المضارع من جعل					

ثم اجمعي أحرف المربعات المرقمة حتى تصلي إلى الكلمة الناقصة في الجملة الآتية:
إن النهاية الطبيعية للخجل الشديد هي الشعور..... والانعزال عن المجتمع.



الوحدة الثامنة

٨

مهاراتي
في الحياة



المصرف الشخصي

كيف تدخرينه؟

مهاراتي في الحياة

كيف تنفقينه؟

أهداف الوحدة

يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:

- أن تستنتج مصادر أخرى للمصرف الشخصي.
- أن تميز بين الحاجات والرغبات.
- أن تقترح طريقة مثلى في إنفاق مصروفها الشخصي.
- أن تضع خطة دائمة لتوفير مبلغ من مصروفها.





المصروف الشخصي

مهاراتي
في الحياة

أسرتي العزيزة



أبدأ اليوم دراسة وحدة مهارات في الحياة، أتعرف خلالها المصروف الشخصي؛ كيف أنفقه وكيف أأخر جزءاً منه، ومن الممكن أن أنفذ هذا معاً أسرة واحدة. مع وافر الحب؛ ابنتكم.

المفاهيم الرئيسية

- المصروف.
- الادخار.

نشاطٌ أسريٌّ استهلاكيٌّ منزلي



عزيزي الأب/الأم: اطلب/ي من ابنتك كتابة قائمة بالأشياء التي ترغب بشرائها أو تحقيقها، ثم اطلب/ي منها ترقيمها بحسب الأولوية، وتناقشاً معاً في مدى أهميتها والمقترحات والحلول المناسبة لتحقيقها.

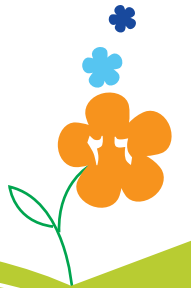
.....

.....

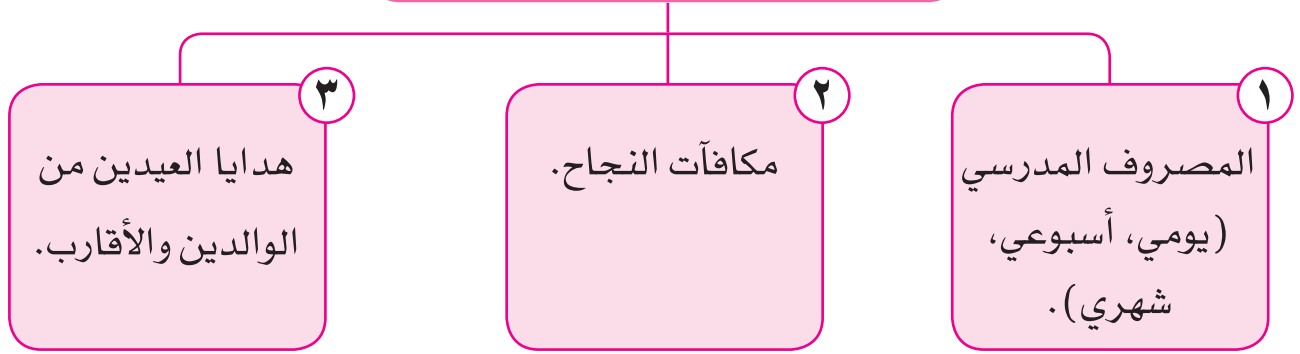
.....

.....

تتزامن الطالبات أمام المقصف لشراء ماء أو عصير أو شطيرة أو حلوى، فمن أين يأتين بالمال لشراء ما ترغبين في شراءه؟



مصادر المصروف الشخصي:



نشاط (١)

طوّر خريطة مصادر المصروف الشخصي أعلاه بإضافة بعض المصادر الأخرى للمصروف.



الاستخدام الأمثل للمصروف الشخصي:

١ إنفاقه في تحقيق الحاجات والرغبات.

٢ تقديم الأولوية للحاجات قبل الرغبات وتلبيتها الأهم فالأهم.



٣ عدم إنفاق المال فيما لا نفع فيه أو في التباهي أمام الآخرين.

٤ ادخار جزء ولو بسيط من المصروف لشراء ما يُرغب شراؤه في المستقبل.



«الحاجات: ما يحتاج إليه الإنسان من ضروريات الحياة، كالمأكل والمشرب والملبس.»

«الرغبات: ما يطراً على النفس من ميول يمكن الاستغناء عنها.»

نشاط أُسري



لين: تذوقي يا رغد هذه الشكولاتة اشتريتها من المقصف قبل قليل.

رغد: وهل أفطرتِ يا لين؟

لين: لا؛ فمصروفي انتهى في شراء الشكولاتة والحلوى.

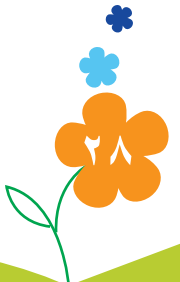
رغد: ألا تعلمين يا لين أن شراء فطور صحي كشطيرة الجبن أو حليبٍ

أولى من شراء الحلوى والشكولاتة وأعظم فائدة لأجسامنا؟

لين: ومن أين عرفتِ هذه المعلومات يا رغد؟

رغد: من خالي فهو يعمل في وزارة الاقتصاد والتخطيط ودائماً

يقول لي: (حَسَنِي إِدَارَتِكَ لِدَخْلِكَ خَيْرٌ لَكَ وَلِأَهْلِكَ).



نشاط (٢)



حصلت ليان وريما على ٥ ريالات مصروفًا يوميًا وكانت أوجه الصرف لكل منهما كالآتي:

مصرفات ريما		مصرفات ليان	
وجبة تسالي	ريال	شطيرة جبن	$\frac{1}{4}$ اريال
مشروب غازي	$\frac{1}{4}$ اريال	علبة حليب	ريال
شطيرة جبن	$\frac{1}{4}$ اريال	قصة	ريالان
حبتان من العلك	ريال	ادخار	$\frac{1}{4}$ ريال
المجموع ٥ ريالات		المجموع ٥ ريالات	

برأيك أيهما نجحت في تحقيق الإنفاق الصحيح؟ ولماذا؟



نشاط (٣)



تأمل الآية القرآنية الآتية:

قول الله تعالى: ﴿وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ

الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا ﴿٢٩﴾ [الإسراء: ٢٩].

ثم عددي أضرار كل من الإمساك والإسراف في الإنفاق، مع ذكر الآثار السلبية لهذه السلوكيات على نفسك والآخرين؟

.....

.....

.....

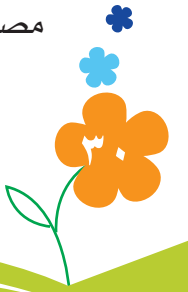
كيف تدخرينه؟



الادخار: الاحتفاظ
بجزء من المصروف
لتحقيق أهداف بعيدة
المدى.

حصة طالبة في الصف السادس تتسلم من أبيها مصروفًا يوميًا محددًا، فكرت في تدبير مبلغ لشراء هدية بسيطة لأبيها ووقع اختيارها على قلم جميل. استشارت حصة والدتها في هذه الفكرة وفي كيفية تدبير جزء من مصروفها اليومي لشراء ما تريد في الموعد المحدد. استطاعت حصة توفير هذا المبلغ من مصروفها وقدمت الهدية لأبيها في العيد ففرح أبوها كثيرًا فسعدت بذلك. وبعد ذلك قررت وضع خطة ثابتة لتوفير مبلغ من مصروفها اليومي؛ لتستفيد منه في تحقيق ما تريده من أهداف.

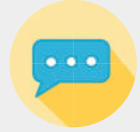
من القصة السابقة ما رأيك في طريقة حصة لادخار قيمة الهدية؟



اهتمت رؤية المملكة ٢٠٣٠ بالثقافة المالية لأفراد المجتمع حيث نص الهدف الإستراتيجي للرؤية على تعزيز التخطيط المالي وتمكينه (التقاعد، والادخار، وما إلى ذلك).

نشاط (٤)

اقترحي طريقة فعّالة للتوفير وادخار المصروف الشخصي، واعرضها على معلمتك وزميلاتك، ثم انشريها في أحد وسائل التواصل الاجتماعي للمدرسة.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

نشاط (٥)

بالرجوع إلى القرآن الكريم، اكتب آية تحث على الاقتصاد في الإنفاق.



.....

.....

.....



إذا أردت شراء شيء أعجبك، فاتبعي ما يأتي:

- اسألي عن ثمنه في أكثر من محل.
- راجعي نفسك في المبلغ الذي يمكن الشراء به.
- وزعي ثمن البضاعة على المبلغ الذي توفرينه يومياً لتعرفي عدد الأيام التي تحتاجينها للحصول على مبلغ الشراء.

فوائد الادخار:

١

مواجهة المصروفات
الطارئة أو الهدايا.

٢

تحقيق أهداف بعيدة
المدى كشراء ساعة.

٣

المساهمة في
الأعمال الخيرية.
فعن أبي هريرة
رضي الله عنه أن رسول الله
ﷺ قال: «ما نقصت
صدقة من مال»
[صحيح مسلم: ٢٥٨٨].

نشاط أسري ختامي



عزيزي الأب/الأم: تعاون/ي مع ابنتك في عمل حصاد نقود من علبة
مستهلكة في المنزل، لتعرضها الحصة القادمة على معلمتها وزميلاتها
في الصف.

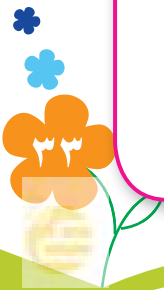


تطبيقات عامة

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- الادخار يعني أن تنفق كل ما نحصل عليه من المال.
- رب الأسرة الذي ينفق كل ما يحصل عليه دون تخطيط سيضطر للاستدانة في الظروف الطارئة.
- يجب تقديم الأولوية في الصرف للرغبات قبل الحاجات.
- لا بد أن يكون للمصروف الشخصي هدف يحقق الحاجات والرغبات.

٢ لوني دوائر الحاجات باللون البنفسجي ودوائر الرغبات باللون الأزرق:



٣ اذكر أمثلة من الحياة تساعدك على الادخار غير توفير النقود.

.....

.....

.....

.....

.....

٤ احسب المبلغ الذي يمكن ادخاره في سنة واحدة إذا كان معدل ما توفرينه يومياً ٥٠ هللة.

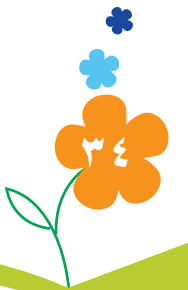
.....

.....

.....

.....

.....



دوني المشتريات التي قمت بشرائها في الشهر الماضي، وضعي خطأ تحت المشتريات التي تعتقدين أنها حاجة، وخطين تحت المشتريات التي تعتقدين أنها رغبة.



الوحدة التاسعة

٩

بيئتي



التخلص من النفايات الصلبة

أخطار النفايات
طرائق التخلص
من النفايات
الصلبة

بيئتي

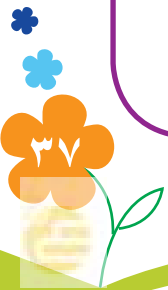
تعريف النفايات

الطريقة السليمة
للاستفادة من
النفايات

أهداف الوحدة

يُتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:

- أن تُعرِّف مفهوم النفايات.
- أن تُستنتج أضرار تراكم النفايات على صحة الإنسان.
- أن تُقترح طرائق صحيحة للتخلص من النفايات الصلبة.
- أن تكتب خطة يومية للتخلص من النفايات داخل المدرسة.





التخلص من النفايات الصلبة

بيئتي



شاركت أمل معلمتها وبعض زميلاتها وهن يجمعن اللعب الفارغة ونفايات الورق في فناء المدرسة ويقمن بوضعها في الصندوق، فسألت باستغراب:

المفاهيم الرئيسية

- التحلل.
- الفضلات.



ماذا نفعل
بالنفايات؟

نجمعها ونضعها
في سلة المهملات

نرميها فما هي
إلا نفايات لسنا
بحاجة إليها

لِمَ نفعل ذلك يا معلمتي؟!

فقلت: سنحاول المساهمة في عملية التدوير.

قالت أمل: ماذا تعنين يا معلمتي بالتدوير؟

قالت المعلمة: سأشرح لَكُنَّ ذلك اليوم.

وفي غرفة الصف أخبرتنا المعلمة عن فائدة التدوير قائلة:

النفايات تحوي الكثير من الأشياء المفيدة التي تُمكن إعادة تدويرها واستخدامها مجدداً، مثل الزجاج واللعب الفارغة والملابس القديمة والورق. كل هذه الأشياء تُنقى وتُفرز لتُصنع من جديد.

من قراءتك للقصة السابقة أجيب عن الأسئلة الآتية:

■ كيف تتصرفين في نفايات منزلك؟ دَعِّمي إجابتك بالأمثلة.

■ للتدوير فوائد أخرى، اذكرها.

■ تدوير الأشياء القديمة يوفرّ الجهد والمال والطاقة، ما مدى صحة هذه العبارة؟

« التدوير: إعادة تصنيع المخلفات المنزلية أو الصناعية أو الزراعية واستخدامها، وإنتاج مواد أخرى؛ وذلك للاستفادة منها وتفادي أضرارها على البيئة.



تعريف النفايات:

المخلفات الناتجة من النشاط اليومي للمنازل والمحلات التجارية والمدارس والمكاتب والفنادق والمصانع.

نشاط (١)

بالتعاون مع زميلاتك في المجموعة، اقترحي حلولاً للمشكلة الآتية مستعينة بالمنظم أدناه:

المشكلة

رأيت أسرة في حديقة تركت مكانها مليئاً بالنفايات

خطوات نحو الحل

.....

.....

.....

الحل

.....



أنواع النفايات

٢ نفايات غير قابلة للتحلل وهي نوعان:

■ قابلة للاشتعال: وتشمل قطع الورق والخشب والقماش والجلد المطاط.

■ غير قابلة للاشتعال: وتشمل المعادن والزجاج والخزفيات والحجارة وبقايا مواد البناء.

١ نفايات قابلة للتحلل:

وهي ذات طبيعة عضوية، مثل: فضلات المأكولات والحيوانات الميتة والنباتات.

نشاط (٢)

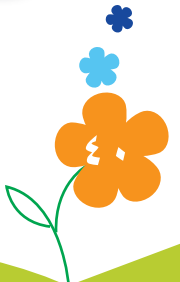
(ينتج عن النفايات مواد خطيرة تضر بالبيئة ومنها الإنسان)
ما مدى صحة هذه العبارة؟ برّري إجابتك.

.....

.....

.....

.....



أخطار النفايات

غير مباشرة

- ١ انتشار الروائح الكريهة والمزعجة.
- ٢ تكاثر الحشرات الناقلة للأمراض كالذباب والبعوض والصراصير والقوارض كالفئران.
- ٣ تضرر الثروة الزراعية والحيوانية بالنفايات غير القابلة للتحلل.
- ٤ تلوث التربة والمياه السطحية والجوفية.
- ٥ التأثير سلباً على جمال المدن.

مباشرة

- ١ الإصابة بأمراض الجهاز التنفسي والعيون والجلد.
- ٢ الإصابة بأمراض الجهاز الهضمي والإسهال نتيجة انتشار الجراثيم.
- ٣ التعرض للإصابات والجروح نتيجة لوجود الأدوات الحادة أو الزجاج المكسر.



تؤدي القمامة أو النفايات المتعفنة إلى تكوّن غاز الميثان الذي يمكن أن يشتعل إذا تعرض للنار، وقد تسرّب هذا الغاز عام ١٩٨٦م داخل أحد المنازل في بريطانيا فأدى إلى انفجار المنزل عند تعرّض الغاز إلى شرارة نارية.

نشاط (٣)



(تنبغي إعادة استعمال ما لدينا من أشياء قبل أن نقرر رميها كنفايات).

ناقشي العبارة السابقة بالتعاون مع زميلاتك في المجموعة موضحة أسباب زيادة كمية النفايات. واعرضيها أمام زميلاتك.

.....

.....

.....

.....



طرائق التخلص من النفايات الصلبة:

بعد جمعها من المنازل تنقل في عربات خاصة ويتم التعامل معها بطرائق عدة منها:

١ الطمر الصحي، وذلك بدفنها في مواقع محكمة بحيث لا تتسرب إلى التربة والمياه الجوفية.

٢ إعادة التدوير بحيث يعاد تصنيع بعض النفايات الورقية والمعدنية والزجاجية.

٣ استخدامها في صناعة الأسمدة.

نشاط (٤)

بالتعاون مع زميلاتك في المجموعة، اقترحي أكبر عدد من الطرائق الفعّالة للتخلص من النفايات؟

.....

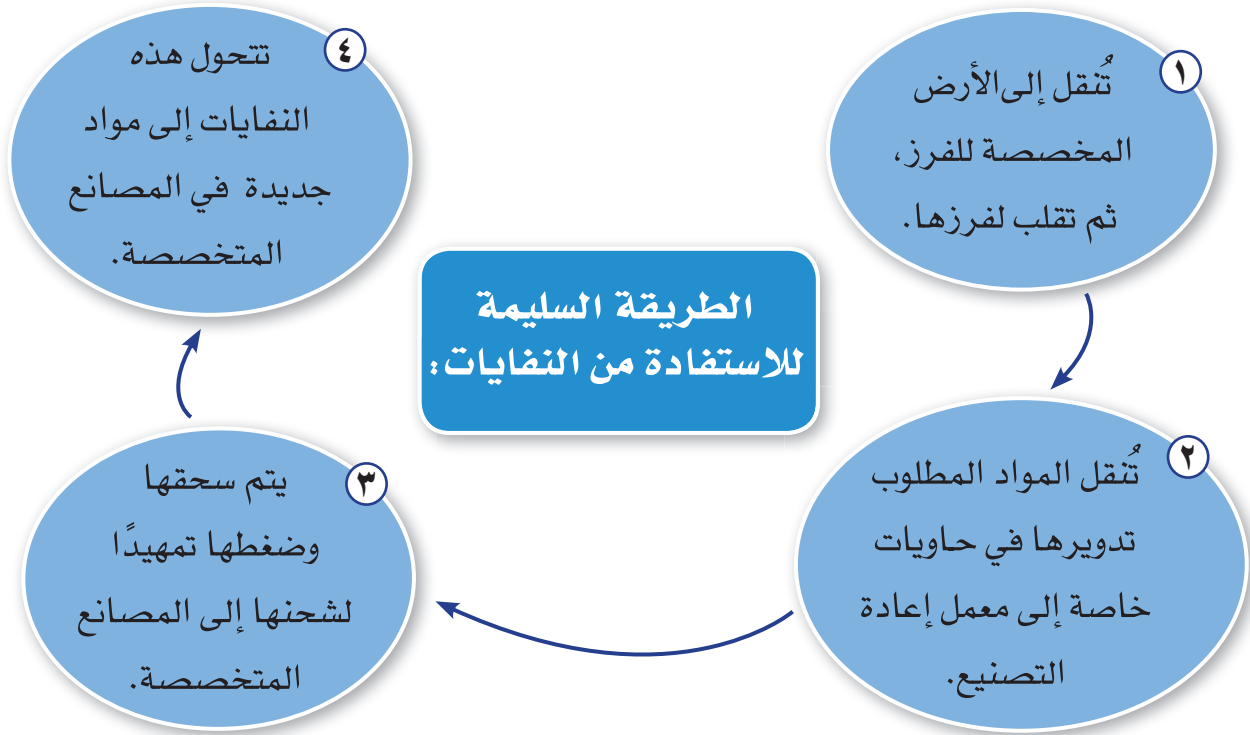
.....

.....

.....

.....





النفايات التي يمكن تدويرها:

١ الورق: كالأصحف والمجلات وصناديق الورق.

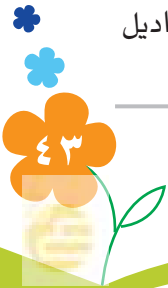


يفضل استعمال الأكياس المصنوعة من القماش أثناء التسوق؛ لإمكانية استعمالها عدة مرات.

٢ البلاستيك: كقوارير الماء والأكياس البلاستيكية.



الورق المعاد تدويره يستخدم في طباعة الجرائد اليومية وصناعة بعض المناديل الورقية.





٣ الزجاج: كالبوارير أو قطع الزجاج المكسر.



٤ المعادن: كالمعلبات وهياكل السيارات.



٥ إطارات السيارات: تمكن إعادة تصنيعها مرة أخرى بعمل إطارات جديدة أو مواد أخرى، مثل الأرضيات البلاستيكية والأراضي المستخدمة في الملاعب.



٦ مواد أخرى: مثل مخلفات مواد البناء والأثاث والمخلفات النباتية.



«ورد ضمن أهداف التنمية المستدامة بمنظمة اليونسكو "حماية البيئة ومكوناتها، ومصادرنا الطبيعية وتميئتها، والمشاركة في حل مشاكلها، ومواجهة التحديات التي تواجهها".»

نشاط (٥)



بالتعاون مع زميلاتك بالصف قومي بتطبيق عملي لعمل حاويات لتدوير، الورق، الزجاج، البلاستيك، لتطبيق مشروع إعادة التدوير داخل المدرسة بإشراف معلمتك.





« من الممكن إعادة تدوير كل شيء في بيتنا، كقشور الفواكه وأوراق الخضراوات عن طريق طمرها وتعريضها للهواء والشمس وتحريكها من وقت لآخر في صندوق حتى تتحلل وتصبح سماداً نسمد به النبات في الحديقة.

الحد من التلوث بمختلف أنواعه (مثل: التلوث الهوائي، الصوتي، والمائي، والترابي).

نشاط (٦)



من خلال دراستك للتخلص من النفايات، قدمي لأفراد أسرتك نصيحة ترشدينهم بها لتطبيق إعادة التدوير في المنزل؟

.....
.....



تطبيقات عامة

١ ضعي علامة (✓) أمام العبارات التي ترين فيها وسيلة للحد من تراكم النفايات أو مساهمة في عملية التدوير:

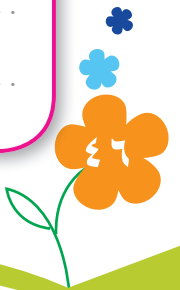
- أ إصلاح الأجهزة والأدوات العاطلة بدلاً من رميها.
- ب التبرع بما لا نحتاجه للجمعيات الخيرية.
- ج شراء العصائر المعبأة في علب قابلة للتدوير.
- د شراء المنتجات التي يمكن تدويرها.
- ه شراء المواد المعاد تصنيعها.
- و شراء المنتجات ذات الاستعمال الواحد كالصحون والأكواب الورقية.

٢ علام تدل هذه العلامة؟ وأين نجدها؟



.....

.....



٣ ما النتائج المترتبة على التصرفات الآتية:

٣

أ طمر النفايات بالتراب من غير تبطين الأرض.

أ

ب امتناع عمال النظافة من جمع النفايات.

ب

ج تدوير النفايات الصلبة.

ج

د فرض الرسوم على مَنْ يرمي النفايات عشوائياً ولا يضعها في الحاويات الخاصة بها.

د

ه إلقاء فضلات المسالخ من الذبائح المصابة بالأمراض في مكان الذبح أو قريباً منه.

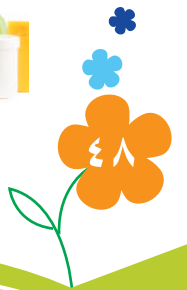
ه



وَزَعِي النفايات الآتية في الحاويات المخصصة لها وذلك بتلوين الدوائر بنفس



لون الحاويات:



أُدُون مَلْحُوظَاتِي

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



الوحدة العاشرة

مهارات
يدوية
«الخيطة»



غرزة الكفافة

غرزة المكيئة
اليدوية (النباتة)

مهاراتُ يدوية «الخيطة»

أهدافُ الوحدة

يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:

- أن تقارن بين غرزة المكيئة اليدوية والمكيئة الآلية.
- أن تنفذ غرزة المكيئة اليدوية عملياً.
- أن تَعْلَلْ ضرورة استعمال غرزة المكيئة اليدوية في خياطة الملابس.
- أن تنفذ غرزة الكفافة بشكل صحيح.





غرزة المكنة اليدوية (النباتة)

الخياطة

تعريفها:

من أمتن غرز الخياطة اليدوية، وتشبه غرزة المكنة اليدوية في شكلها من وجه القماش أما من الخلف فتشبه غرزة الفرع. وتسمى المكنة اليدوية بغرزة النباتة، **علي؟**

المفاهيم
الرئيسة

• النباتة.

استعمالاتها:

١

تثبيت طبقتين من القماش (في الأقمشة الرقيقة، أو عند عدم توفر مكنة الخياطة).

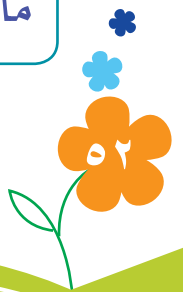
٢

خياطة الأقمشة الرقيقة المشغولة بالخرز أو التي يصعب معها استخدام مكنة الخياطة.

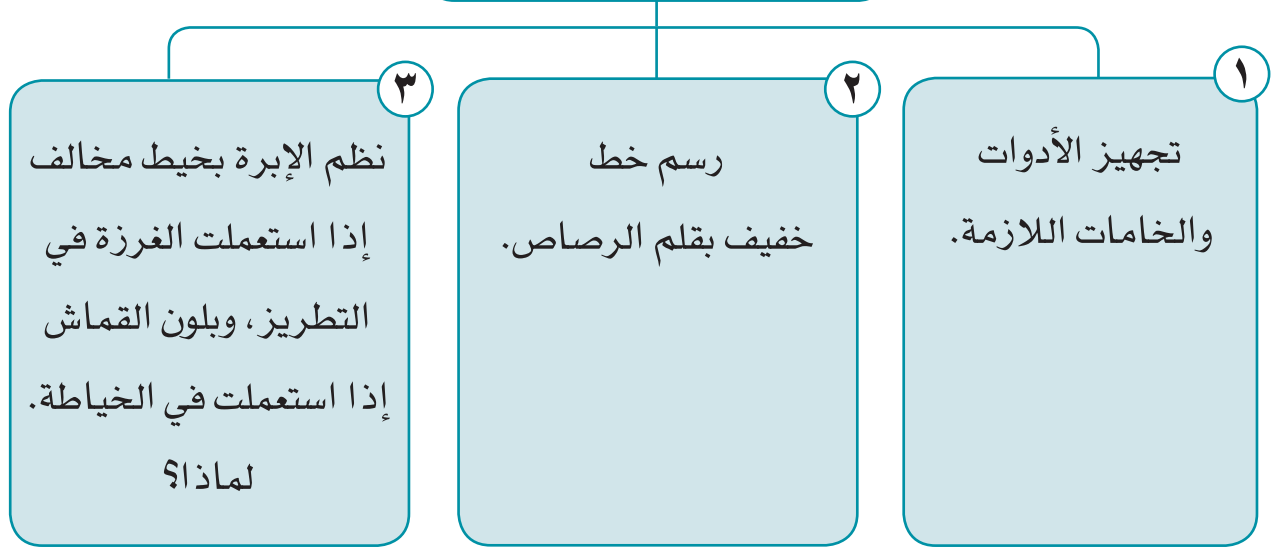
٣

تركيب السحابات في أقمشة السهرة والأقمشة الغالية الثمن.

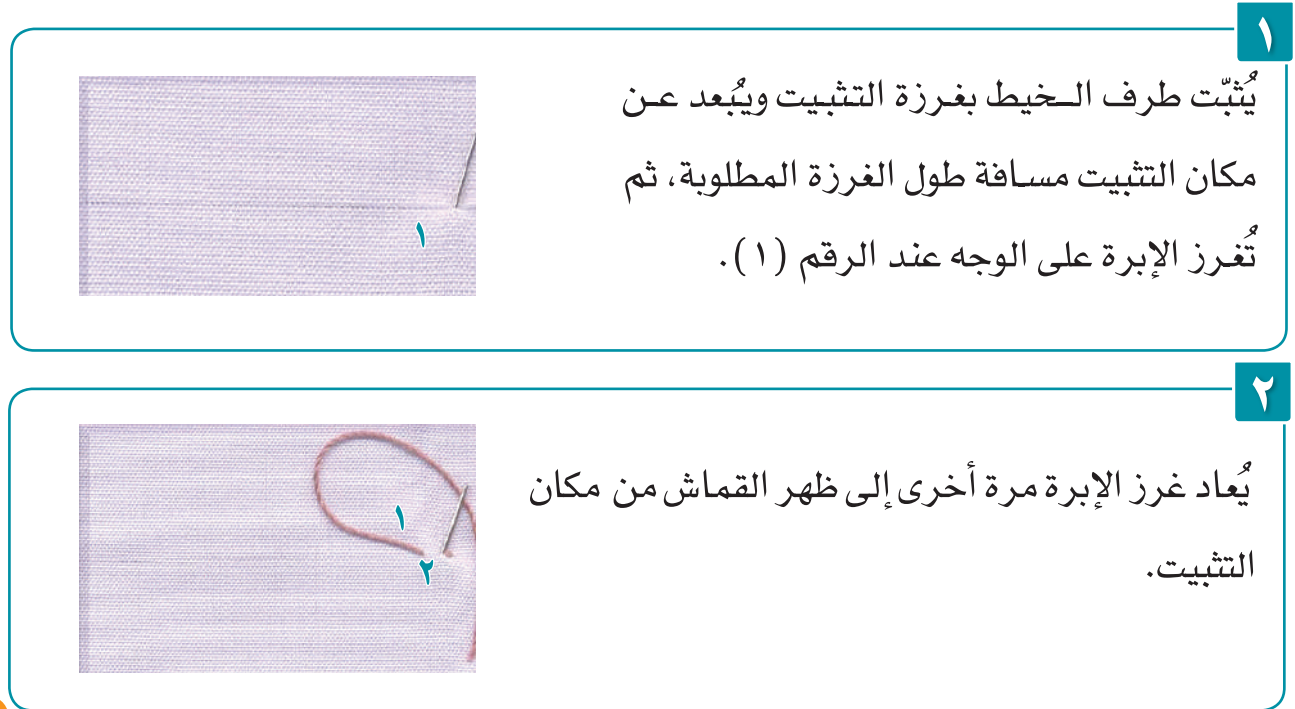
ما نوع الخيط المستخدم في غرزة المكنة اليدوية؟



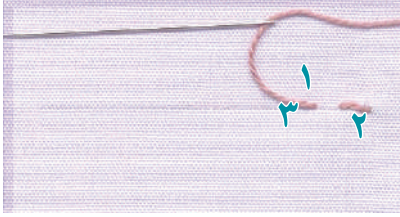
الإعداد لتنفيذ الغرزة:



طريقة تنفيذ الغرزة:

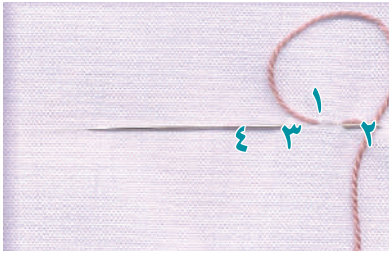


٣



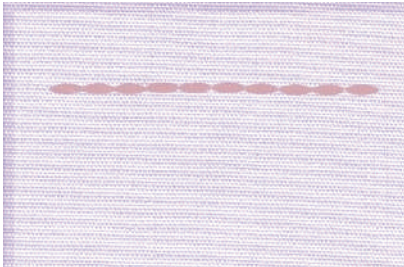
تُغرز الإبرة من الظهر إلى وجه القماش على بعد مماثل
لمسافة الغرزة الأولى عند الرقم (٣).

٤



يُعاد غرزها مرة أخرى ملاصقة لنهاية الغرزة الأولى
عند الرقم (١) وتخرج عند الرقم (٤).

٥



يُكرر العمل مع مراعاة استقامة السطر وانتظام الغرز
بحيث يلامس بعضها بعضاً، بمعنى أن تبدأ الغرزة
التالية من المكان الذي انتهت عنده الغرزة السابقة.

نشاط (١)



قارني بين غرزة المكيئة الآلية وغرزة المكيئة اليدوية مستعيناً بالمنظم
التخطيطي الآتي:

غرزة المكيئة اليدوية	أوجه الشبه	غرزة المكيئة الآلية
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....





غرزة الكفافة

الخيطة

تعريفها:

من غرز الخياطة التي تنفذ على ظهر القماش من الداخل،
ولها أنواع عديدة منها الظاهر والخفي.

المفاهيم الرئيسة

• الكفافة.

استعمالاتها:

تستخدم في تثبيت ثنيات أطراف الملابس والمفارش.

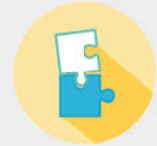
نشاط (١)

غرزة الكفافة من الغرز المستخدمة في تنظيف حافات القماش ما صحت
العبارة السابقة؟ برري إجابتك.

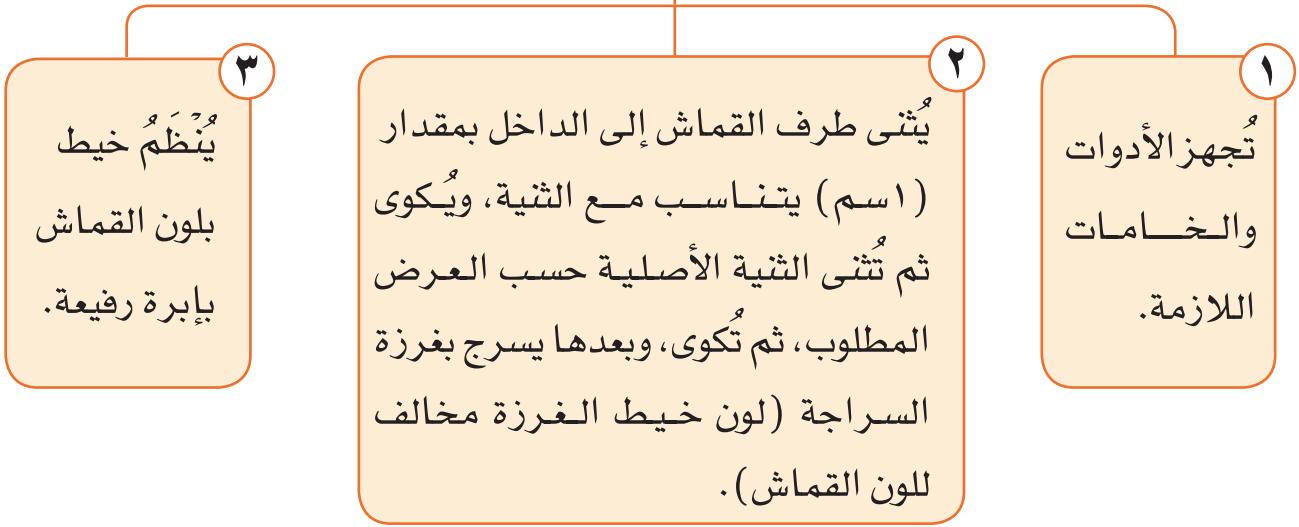
.....

.....

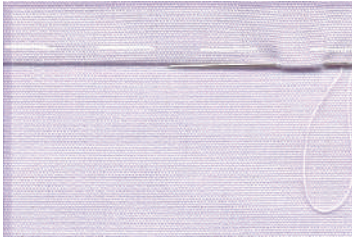
.....



الإعداد لتنفيذ الغرزة:



طريقة تنفيذ الغرزة:



١ يُثبت الخيط في الثنية بدءًا من جهة اليمين، ثم تُعمل غرزة صغيرة فوق سن الإبرة مباشرة في النسيج من خيط إلى خيطين منه.

٢ تُدخل الإبرة بين طبقتي الثنية بالبعد المطلوب، وليكن (نصف سنتيمتر) تقريبًا، ثم تُخرج الإبرة، ويُشدّ الخيط.



٣



يُكرّر العمل بنفس المسافات للحصول على غرز غير ظاهرة من ظهر القطعة أو من الوجه.

٤



يُثبت الخيط بغرزة التثبيت، وتُزال غرزة السراجة من الثنية بعد الانتهاء من عمل الغرزة.

نشاط (٢)

قدّمي نصائح لا بد من اتباعها قبل البدء بتنفيذ غرزة الكفاة للحصول على منتج متقن ونظيف.



.....

.....

.....

.....



ما النتائج المترتبة على ترك مسافات واسعة في غرزة الكفافة؟

الكفافة الظاهرة:

الطريقة:

نتبع نفس خطوات العمل السابقة في الكفافة المخفية، بفارق بسيط هو أن الإبرة لا تختفي داخل الشية أثناء الانتقال من غرزة إلى أخرى، إنما تدخل مخترقة الشية بميل خفيف، وتخرج بعد خيطين من الشية.



تطبيقات عامة

١ ابحثي في القطع الآتية عن أنواع الغرز اليدوية الثابتة المستخدمة في خياطتها، ودوني هذه الغرز وفق الجدول الآتي: مفرش، فستان سهرة صدره مطرز بالخرن تنورة، بلوزة.

مكان وجود الغرز
اليدوية في القطعة

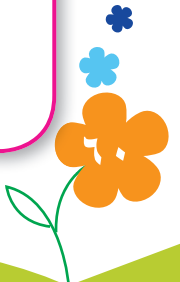
اسم القطعة

اسم الغرزة

تنظيف حافاتِ المفرش

مفرش

الكفافة



أجيب عن الأسئلة الآتية:

٢

أ صفي شكل ذيل الفستان إذا انفك جزء منه.

.....

ب كيف تتصرفين إذا حدث لك هذا الموقف؟

.....

حددي أسماء الغرز اليدوية التي تنفذ حسب التعليمات الآتية:

٣

أ تثبيت قطعتين معاً تثبيتاً دائماً.

.....

ب تثبيت ذيل التنورة.

.....

ج تثبيت ثنية الأكمام.

.....

د خياطة الأقمشة الرقيقة المطرزة

.....

بالخرز.

هـ تركيب السحاب في فستان السهرة.

.....



أ تعتبر غرزتا المكيينة اليدوية والكفافة من الغرز الدائمة.

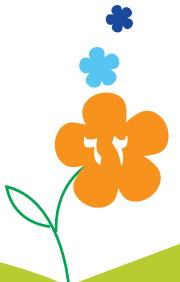
.....

ب تُستخدم غرزة المكيينة اليدوية في خياطة الأقمشة.

.....

ج يُستخدم خيط مفرد في غرزة المكيينة اليدوية.

.....



اشطبي أدوات الخياطة في الشبكة الموضحة أمامك، ثم اجمعي الحروف المتبقية للحصول على مسمى آخر لغرزة الكفافة:

خيوط - إبرة - قماش - كشتبان - مسطرة - دبابيس - مقص - ناظم - شريط - قياس - مغناطيس - محدد.

م	ق	ص	س	ي	ب	ا	ب	د
خ	ي	و	ط	إ	ب	ر	ة	ا
ش	ر	ي	ط	ق	ي	ا	س	ة
ق	ل	ن	ا	ظ	م	ل	ف	ر
م	ن	ا	ب	ت	ش	ك		ط
ا	م	غ	ن	ا	ط	ي	س	س
ش	ق	م	ح	د	د	ة		م

المسمى:



الوحدة الحادية عشرة

فدائي







الشاي

غذائي



من أكثر المشروبات انتشاراً في العالم، وهو ينعش الإنسان ويرويه ويدفئه في الشتاء، ويُقدّم للضيوف رمزاً للحفاوة، وهو نبات دائم الخضرة تكثر زراعته في الصين واليابان وسيلان والهند.

المفاهيم الرئيسية

- النكهة.
- الحفاوة.

فوائد الشاي:



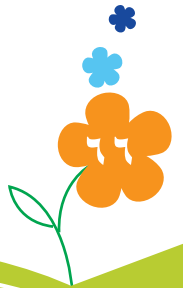
يفيد شرب الشاي في حالات تصلب الشرايين، كما يفيد مع النعناع في علاج بعض حالات المَغص والإسهال ويمنع الجفاف، ويحمي الفم من الجراثيم والروائح الكريهة إذا شرب بدون سكر.

أنواع الشاي:

الشاي الأخضر



الشاي الأسود



طريقة تعبئة الشاي

معبأ بأكياس كبيرة
من القصدير.



معبأ بأكياس صغيرة
من الورق.



حفظه وتخزينه:

للاحتفاظ بجودة الشاي ونكهته لا بد أن يحفظ بعيداً عن الروائح القوية النفاذة والضوء والحرارة والرطوبة في إناء محكم الغلق.

عمل الشاي:

المقادير:

ملعقة صغيرة من الشاي.

كوب ماء.

سكر حسب الرغبة.





الطريقة

١ يوضع الماء على النار حتى يغلي.

٢ يوضع الشاي (الورق أو الأكياس) في إبريق، ثم يصب عليه الماء

المُغلي.

٣ يترك من ٣-٥ دقائق حتى يكتسب النكهة الجيدة واللون الأحمر

النحاسي الشفاف.

٤ يقدم ساخناً ومعه السكر.

٥ في حالة استعمال أكياس الشاي يمكن إخراجها من الإبريق أو الكوب

للحصول على تركيز اللون المرغوب فيه.

٦ تمكن إضافة بعض النكهات للشاي، مثل: **اذكريها.**



ملاحظة: ينبغي غسل أوراق الشاي للتخلص من الأتربة.

الشاي المثلج:



يُفضّل البعض شرب الشاي مثلجاً ولكنه لا يصل إلى جودة الشاي الساخن.

اقترحي طريقة لإعداده.



نشاط (١)

يُفضّل البعض شرب الشاي مع الحليب، ما مدى صحة هذا التصرف؟
دعمي إجابتك بالأدلة.



.....

.....

.....

نشاط (٢)

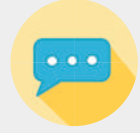
إذا سكبت ماءً بارداً على كيس شاي في كوب ماذا تتوقعين أن يحدث؟
توقعاتك في الجدول أدناه ثم نفذي التجربة عملياً مع زميلاتك في
المجموعة، ودوّني ملاحظتك في (ما يحدث) ثم اعرضي النتائج أمام
طالبات الفصل.



ما يحدث	ما أتوقع
.....
.....
.....
.....



نشاط (٣)



دونى النتائج المتوقعة للأسباب في المنظم
التخطيطي الآتي، وناقشها مع معلمتك وزميلاتك،
ثم انشري الإرشادات التوعوية حول الشاي في أحد
وسائل التواصل الاجتماعي للمدرسة:

النتيجة

السبب

شرب الشاي في المساء

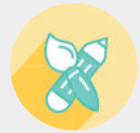
النتيجة

السبب

شرب الشاي بعد تناول
الطعام مباشرة

يعتبر الشاي من المشروبات المنبهة للجهاز العصبي لاحتوائه على نسبة من مادة الكافيين، لذا لا بد للفرد من مراعاة الاعتدال في تناول الشاي ليحافظ على صحته.

نشاط (٤)



تعاني سارة من آلام ومغص أثناء الدورة الشهرية، اقترحي لها بعض المشروبات الدافئة المناسبة لتسكين آلامها وطبقيه عملياً مع زميلاتك.

.....

.....

.....

.....





العجائن

غذائي

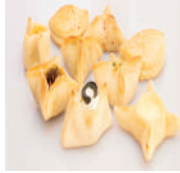


العجائن بمختلف أنواعها تحتوي على نسبة عالية من النشويات والسكريات لذا ينبغي الاعتدال في تناولها من الجميع بشكل عام ومرضى الضغط والسكر بشكل خاص.

أنواع العجائن:

اليابسة (المفرودة)

الفظائر
والكرواسون



البسكويت



المفاهيم الرئيسية

- العجائن.
- المواد الرافعة.
- الصّاج.

العجائن من الأصناف المحببة التي يُفضلها كثيرٌ من الناس لتتنوع طرائق إعدادها، وتُقدم عادة في الوجبات الخفيفة، كوجبة الإفطار أو مع الشاي، أو كتقديمات في المناسبات المختلفة.

الملساء

البيتيفور



عجينة الشو



اللينة (المصبوبة)

البان كيك وغيره



بسكويت الصاج



الكعك والبودينج
بأنواعه



المواد المكونة للعجائن:



أ الدقيق:

يُقصد به دقيق القمح وهو الأساس في عمل العجائن، ونحصل عليه بطحن حبوب القمح أو أنواع أخرى من الحبوب
اذكريها؟

نشاط (١)



لاحظي الدقيق في غرفة التربية الأسرية واستنتجي:

لونه:

مدة صلاحيته:

خلوه من الشوائب:



ب البيض:

يدخل البيض في تكوين بعض أنواع العجائن، والبيضة الطازجة تكون ثقيلة نسبياً وقشرتها صلبة وخشنة نوعاً ما.
درست في الصف الخامس طريقة لاختبار صلاحية البيض، ذكري زميلاتك بها؟



ج المادة الدهنية:

تضاف المادة الدهنية لبعض أنواع العجائن، وتؤخذ من مصدرين؛ حيواني ونباتي.
عند شراء المادة الدهنية سواء الزبدة أو الزيت أو غيرهما لا بد من توفر شروط وهي: أن تكون طازجة، ورائحتها، وذات طعم، ومدة صلاحيتها سارية المفعول.



نشاط (٢)



صنفي الدهون الآتية حسب مصدرها في المنظم التخطيطي الآتي:
زيت الزيتون، السمن، زيت جوز الهند، الزبدة، زيت الذرة، زيت السمسم.

مصدر نباتي	مصدر حيواني
.....
.....
.....
.....

د السكر:



يستخدم السكر لإكساب العجائن المذاق الحلو، ويدخل كـمكون أساسي في بعض أنواع العجائن ويُستغنى عنه في بعض، ويُصنع من قصب السكر أو البنجر.

ومن أشكاله:
تفحصي السكر المعروض أمامك في غرفة التربية الأسرية واستنتجي شروط اختياره:



« يُكسب السكر المخبوزات الطعم الحلو المستحب وكذلك اللون البني المحمر للسطح الخارجي ويعتبر عُصْرًا منشطًا للخميرة.

١ لونه ناصع البياض.

٢

٣





« عند إضافة السكر لا بد من مراعاة الكمية المضافة حسب نوع السكر المستخدم (ناعم، سنترفيش)؛ حيث أن نسبة حلاوة المنتج تزداد أو تقل تبعاً لنوع السكر المضاف بالرغم من استخدام الكمية ذاتها.

نشاط (٣)

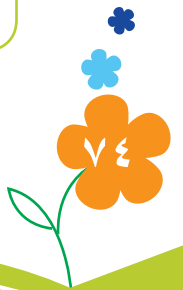


قدّمي أفكاراً إبداعية لإيجاد بدائل صحية تغني عن استخدام السكر في عمل العجائن؟

هـ المواد الرافعة (الخميرة - البيكنج بودر):

الغرض من استخدامها إدخال كمية من الغاز تعمل على رفع المنتج وزيادة حجمه ليصبح خفيفاً، وقد يدخل في العجينة واحد أو أكثر من المواد الرافعة الآتية:

أنواع المواد الرافعة



نشاط (٤)



ماذا يحدث لو أضفت ملعقة صغيرة من مسحوق الخبز (البيكنج بودر) إلى نصف كوب من الماء الدافئ؟
دونى توقعاتك وما يحدث عند تنفيذك للتجربة عملياً مستعينة بالمنظم التخطيطي الآتي:

ما يحدث	ما أتوقع
.....
.....
.....
.....





تطبيقات على العجائن اللينة "الفتائر المحلاة"

غذائي

البان كيك:



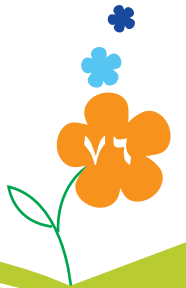
المقادير:

- بيضة مخفوقة.
- ١ كوب حليب سائل.
- ١ ملعقة صغيرة بيكنج بودر.
- ١ ملعقة فانيليا صغيرة.
- ٣ ملاعق سكر.
- رشّة ملح.
- ١ ملعقة كبيرة زبدة مذابة.
- ١ كوب دقيق.
- فاكهة متنوعة للتقديم حسب الرغبة.
- مقدار من العسل أو السكر الناعم للتزيين.

المفاهيم الرئيسية

- العجائن اللينة.

العجائن اللينة (المصبوبة) هي التي تُصب في صَاجة كعجينة (البان كيك، والوافل، والكريب الفرنسي) ومعناها قرص أو كعكات الصاج، مناسبة لتقديمها في وجبة الإفطار أو العشاء أو كصنف من الحلوى مع الشاي.





« يتوفر في الأسواق أجهزة كهربائية خاصة بخبز أقراص البان كيك بمقاسات متعددة لتسهيل العمل.



رؤية 2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

التجديد والابتكار في عمل الشاي والأصناف المصاحبة له في المناسبات والرحلات يسهم في تخفيض المصروفات بدلاً من شرائها غالية الثمن وإرهاق ميزانية الأسرة، كما أن الإعداد المستمر لأطباق مشهية ومبتكرة يؤهل الفتاة لخوض مجالات الاستثمار ويحقق الهدف الإستراتيجي للرؤية (زيادة مشاركة المرأة في سوق العمل).

الطريقة

- 1 يخلط الدقيق والمقادير الجافة في إناء عميق.
- 2 يضاف البيض والحليب والزبدة وتمزج المكونات جيداً، حتى نحصل على عجينة لينة ناعمة لمساءً يسهل صبها.
- 3 تسخن الصاجة جيداً قبل مسحها بقليل من المادة الدهنية.
- 4 يسكب مقدار من الخليط وتحرك الطاسة حتى يأخذ العجين السمك نفسه في جميع الاتجاهات.
- 5 بعد أن يحمر السطح السفلي يقلب قرص البان كيك باحتراس على الوجه الآخر حتى يحمر.
- 6 ترص الأقراص في طبق التقديم ويصب عليها العسل وتزين بالفاكهة.

نشاط (1)

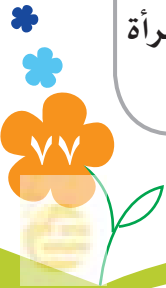
إذا كان أحد أفراد الأسرة لا يفضل تناول الحلويات أو مريضاً بالسكر أو السمنة، فكيف تُمكنك مساعدته في تناول البان كيك دون الإضرار بصحته؟



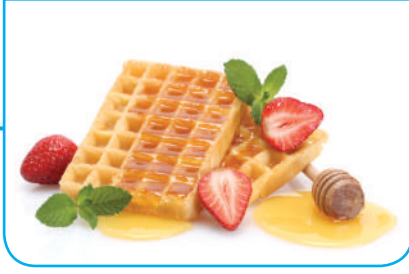
.....

.....

.....



الوافل: □



المقادير: ■

- ١ كوب دقيق.
- ١ ملعقة كبيرة سكر.
- ٢ ملعقة صغيرة بيكنج بودر.
- رشة ملح.
- ٣/٤ كوب حليب سائل.
- ٢ ملعقة كبيرة زبدة مذابة.
- ١ بيضة واحدة.
- ١ ملعقة فانيليا صغيرة.
- فاكهة متنوعة للتقديم حسب الرغبة.
- مقدار من العسل أو السكر الناعم للتزيين.

الطريقة: ■

- ١ يخلط الدقيق والمقادير الجافة في إناء عميق.
- ٢ يضاف البيض والحليب والزبدة وتمزج المكونات جيداً، حتى تتجانس.
- ٣ يدهن جهاز الوافل بقليل من المادة الدهنية.
- ٤ يضاف مقدار من الخليط ويترك حتى يحمر.
- ٥ ترص قطع الوافل في طبق التقديم ويصب عليها العسل وتزين بالفاكهة.

تطبيقات عامة

١ ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

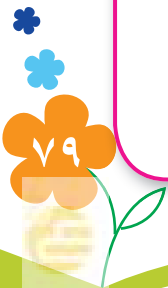
- أ يفيد الشاي مع النعناع في بعض حالات المغص والإسهال.
- ب ينبغي الإكثار من شرب الشاي؛ لأنه مهدئ.
- ج يساعد البيكنج بودر على جعل الكعك هشاً خفيفاً.
- د البيض الطازج يكون خفيفاً وقشرته ملساء.

٢ علي ما يأتي:

أ حفظ الشاي في إناء محكم الغلق.

ب عدم شرب الشاي أثناء تناول الطعام أو بعده مباشرة.

ج الاعتدال في تناول العجائن.



٣ احذفى الخيار الخطأ مما يأتي:

من شروط اختيار الدقيق أن يكون:

١ محتويًا على حشرة السوس.

٢ خاليًا من الرطوبة.

من العجائن اليابسة المفرودة:

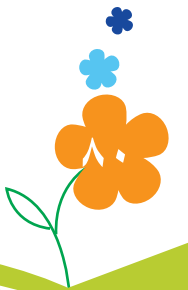
١ البسكويت وعجينة الشو.

٢ البسكويت والفطائر والكروسان.

من أنواع المواد الرافعة:

١ غاز ثاني أكسيد الكربون.

٢ زيت الذرة.



أَدُونِ مَلْحُوظَاتِي

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



الوحدة الثانية عشرة

١٢

ترشيد
الاستهلاك



الدعاية والإعلان
وأثرهما على سلوك
المستهلك

ترشيد
الاستهلاك

إيجابيات الإعلانات
وسلبياتها

أنواع الإعلانات
وسائل الدعاية
والإعلان

أهداف الوحدة

يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:

- أن تُعرِّفَ مفهوم المستهلك.
- أن توضحَ معنى المستهلك الواعي.
- أن تربطَ بين تأثير الإعلانات والشراء.
- أن تميِّزَ بين إيجابيات وسلبيات الإعلانات.
- أن تقيِّمَ أثر الإعلانات على المستهلك.





الدعاية والإعلان وأثرهما على سلوك المستهلك

ترشيد
الاستهلاك



كانت أم فيصل تتسوق مع ابنها ذي الخمسة أعوام وعندما توقف أمام نوع معين من رقائق الذرة وطلب منها أن تشتريها له قالت له: إن لدينا نوعاً آخر في البيت فأجاب: ”يا أمي في التلفاز قالوا لنا اشتروا هذا النوع“.

المفاهيم الرئيسية

- الإعلان.
- المستهلك.

• هل توافقين فيصلاً على تصرفه؟

• ما رأيك في الإعلانات التي ترينها في الأسواق والشوارع ووسائل الإعلام المختلفة؟

وما مدى تأثيرها على المستهلك؟

نشاط (١)

بالتعاون مع زميلاتك في المجموعة، أعدّي قائمة للشراء قبل الذهاب إلى

التسوق، ثم اعرضيها على المجموعات الأخرى؟



.....

.....





المستهلك الواعي هو الذي يعرف تماماً ما يريد شراءه، ويخطط لمشترياته حسب حاجته الفعلية قبل أن ينزل إلى السوق.

نشاط (٢)

سمعت نورة بوجود تخفيضات هائلة على البضائع في أحد المحلات التجارية، فسارعت بالذهاب إليه للشراء منه، ما رأيك بهذا التصرف؟ برري إجابتك.



.....

.....

أنواع الإعلانات

٢

إعلان عن معلومات: يهدف إلى إعلام الناس عن اجتماع أو مناسبة اجتماعية مما لا علاقة له بالبيع والشراء.

١

إعلان تجاري: ويهدف إلى الترويج لسلعة عن طريق التأثير في عين المستهلك وعقله وعاطفته للإقبال على شرائها.

اللجنة العليا تدعوكم لحضور الندوة.



اشترى قطعة وستحصل على الأخرى مجاناً.



تعلن طالبات الصف السادس عن رغبتهن في زراعة حديقة المدرسة، ويتضمن ذلك تنفيذ مجموعة من الأنشطة؛ كزراعة البذور وغرس شتلات والعناية بالمزروعات ، وبناء على ذلك يرجى من الجميع التعاون معنا للمحافظة على حديقة المدرسة بعد اكتمال تنفيذ العمل.

حدّدي نوع هذا الإعلان؟



هناك إعلانات مضللة

تعرض تخفيضات على بضائع رديئة أو ذات عيوب أو ما شابه ذلك بغرض ترويجها في الأسواق لبيعها.



وزارة التجارة والاستثمار
Ministry of Commerce and Investment

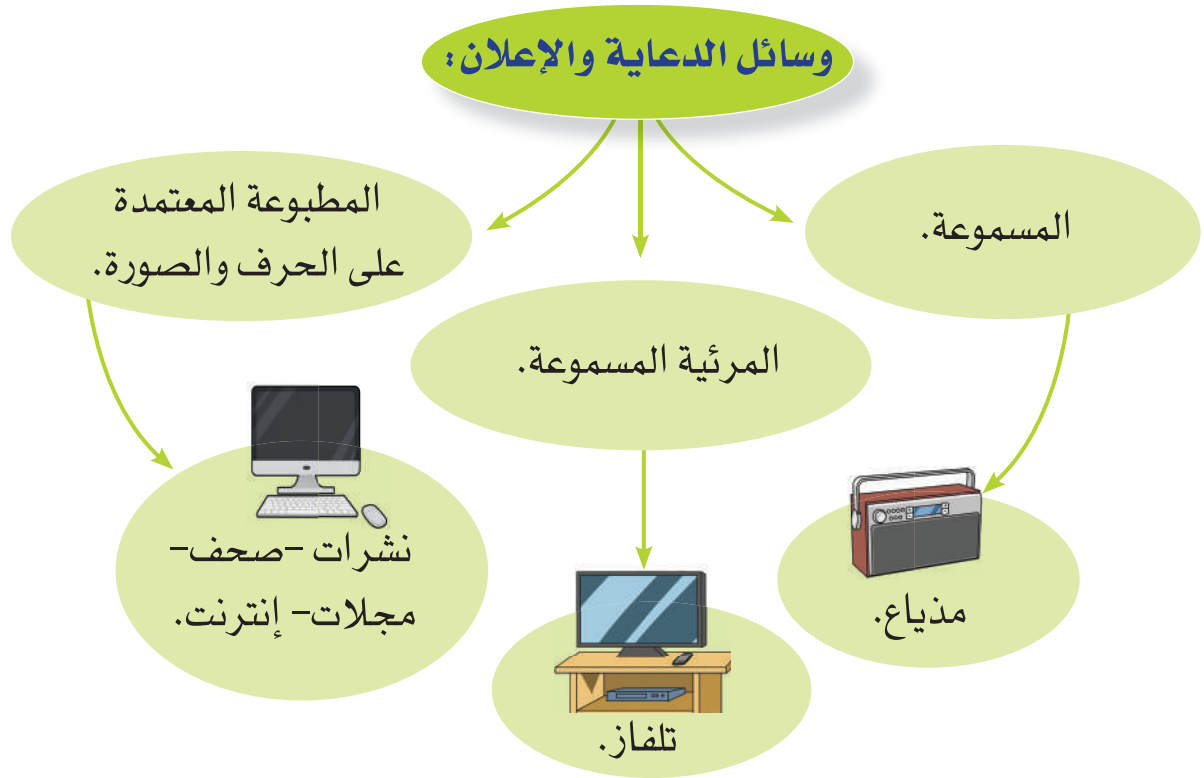
خصصت وزارة
التجارة والاستثمار
رقم الهاتف المجاني
(٨٠٠١٢٤١٦١٦)
لخدمة المستهلك
بتقديم أي شكوى أو
بلاغ وكذلك من خلال
تطبيق بلاغ.

نشاط (٣)



قومي بزيارة المقصف المدرسي، واختاري بضاعة
أعجبتك، ثم صممي لها إعلاناً.





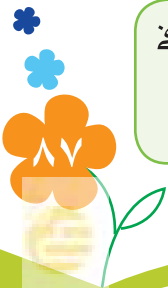
أساليب تأثير الإعلانات:

١ إشعار المستهلك بميزة خاصة في السلعة المعروضة عن طريق استعمال حقيقة معروفة فيها، مثل الإعلان الآتي: إن هذا النوع من الزيت خالٍ من (الكوليسترول)، مع العلم بأن معظم الزيوت النباتية خالية من الكوليسترول.

٢ استغلال شخصية مشهورة (شاعر، لاعب رياضي) للإعلان عن سلعة أو خدمة ما.

٣ استخدام الخدع اللفظية التي تشد انتباه المستهلك، مثل: (أفضل معجون أسنان في العالم، أو استخدمني هذا المنتج لتصبحي أكثر نساء العالم جاذبية).

٤ الاعتماد على تكرار الإعلان حتى يتعود المستهلك على شكله واسمه فيرتبط به ويستمر في شرائه واستعماله.



أمامك مجموعة إعلانات مختلفة، بيئي ما رأيك فيها :

.....
.....
.....

استعمالك لهذا النوع من
الشامبو يجعل شعرك ناعماً
وبراقاً.



.....
.....
.....

عند شرائك بقيمة ٢٠٠ ريال
تحصلين على هدية بقيمة ٥٠
ريالاً.



.....
.....
.....

تسوق من منتجاتنا لتدخل في
السحب النهائي على أجهزة
كهربائية.



كيف يواجه المستهلك تأثير الدعاية والإعلان عليه؟

إن السعي وراء شراء كل ما يعلن عنه، والعمل على اقتنائه دون حاجة أو تخطيط مسبق يخل بالميزانية، لذا تجب مراعاة ما يأتي:

١ التأكد من حقيقة الإعلان ومدى صلاحيته قبل قرار الشراء.

٢ التمييز بين الإعلانات العاطفية والإعلانات الحقيقية.

٣ مقارنة المستهلك بين سعر ما يُعلن عنه وميزانيته قبل الإقدام على الشراء.



٤ البعد عن الإعلانات التي تحوي محظوراً شرعياً كشرط الشراء للحصول على جائزة أو الدخول في السحب.

■ إيجابيات الإعلانات وسلبياتها :

ميّزي إيجابيات الإعلانات وسلبياتها فيما يأتي بوضع حرف (ج) أمام الإيجابي وحرف (س) أمام السلبي:

١ التعريف بالسلع والمنتجات الجديدة.

٢ العديد من السلع والمنتجات الغذائية المعلنة لا تتوفر بها المكونات أو العناصر الغذائية المفيدة.

٣ بعض الإعلانات تشجع على شراء المنتج المحلي الوطني، وتدعو لتوفير الاستهلاك وترشيده.

٤ التعويد على البذخ والإسراف وشراء سلع لا حاجة لها.

٥ بعض الإعلانات تتضمن قيماً أو عادات أو مؤثرات صوتية أو مناظر وسلوكيات غير لائقة أخلاقياً.

٦ بعض الإعلانات لا تتوفر فيها المصدقية وتعتمد على خداع البصر فلا يمكن التأكد من مصداقية المنتج أو اكتشاف رداءته إلا بعد شرائه.

أضيفي إيجابيات وسلبيات أخرى إلى ما سبق؟

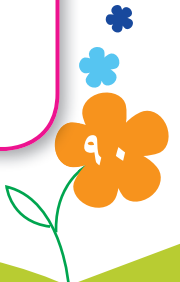


١ حددي الإعلان التجاري فيما يأتي:

أ تعلن محلات ملابس الأطفال عن تصفية شاملة بمناسبة موسم الشتاء.

ب يعلن محل الأواني المنزلية عن تخفيضات هائلة في موسم الإجازة الصيفية.

ج يعلن مركز خولة للتدريب والتطوير عن إقامة دورة بعنوان (المشروع التجاري) وذلك يومي الثلاثاء والأربعاء ٥-٦ ابتداءً من الساعة ٤ عصرًا حتى الساعة ٨ مساءً بالفندق.



٢ ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- أ يعتمد الإعلان على المبالغة باللفظ أو الصورة ليجذب الناس.
- ب الإعلان يولد الرغبة الحقيقية للشراء.
- ج تعتمد الإعلانات على المصادقية.
- د تكرار الإعلان يؤدي إلى ملل المشاهد فيؤثر ذلك في إقباله على شراء السلعة.

٣ صممي إعلاناً عن ندوة حول البيئة ستقومين بها مع طالبات المدرسة.

.....

.....

.....

.....



٤ ضعي في المكان المخصص أمام كل عبارة أرقام وسائل الإعلان المناسبة:

١. مجلة أطفال

الإعلان عن غسالة ملابس بجميع مواصفاتها.

٢. المذياع

الإعلان بالتفصيل عن تخفيضات لبعض الأقمشة.

٣. جريدة يومية

الإعلان عن افتتاح محل تجاري مع بيان موقعه.

٤. لوحة الإعلانات

الإعلان عن إقامة معرض الكتاب لمدة محدودة.

٥. تلفاز

الإعلان عن أدوات مدرسية مناسبة بحيث تبقى سليمة أطول مدة زمنية ممكنة.

٦. نشرات

بلاغ عن مفقودات إثباتية.

