

تلخيص سؤال وجواب

التربية المهنية



م. مريم السرطاوي

مريم السرطاوي

Graphic Designer
0795360003





من نحن

تلاخيص منهاج أردني - سؤال وجواب

- أول وأكبر منصة تلاخيص مطبوعة بشكل إلكتروني و مجانية.
- تعنى المنصة بتوفير مختلف المواد الدراسية بشكل مميز ومناسب للطلاب وتهتم بتوفير كل ما يخص العملية التعليمية للمنهاج الأردني فقط.
- تأسست المنصة على يد مجموعة من المعلمين والمتطوعين في عام ٢٠١٨م وهي للإنتفاع الشخصي من قبل الطلاب أو المعلمين.
- لمنصة تلاخيص فقط حق النشر على شبكة الإنترنت ومواقع التواصل سواء ملفات المصورة PDF أو صور تلك الملفات ويسمح بمشاركتها أو نشرها من المواقع الأخرى بشرط حفظ حقوق الملكية للملخصات من اسم المعلم وشعار الفريق.

إدارة منصة فريق تلاخيص

يمكنكم التواصل معنا من خلال



تلاخيص منهاج أردني - سؤال وجواب



talakheesjo@gmail.com



المنسق الإعلامي أ. معاذ أمجد أبو يحيى 0795360003





الوحدة الأولى: السلامة المرورية

الدرس الأول: السلامة المرورية واللعب الآمن

س: علل: تعد حوادث المرور من أبرز المشكلات التي تهدد سلامة أفراد المجتمع

ج: لأنها تسبب في حدوث خسائر بشرية ومادية كبيرة

س: علل: يُعد طلبة المدارس من أكثر الناس الذين يتعرضون لحوادث المرور

ج: ١- لأنهم كثيراً ما يلعبون في أماكن خطرة ٢- ولا يتقيدون بإجراءات المرور الصحيحة

س: علل: ازدياد نسبة حوادث المرور في الأردن

ج: ١- ازدياد عدد السكان ٢- ازدياد حركة النقل والمرور ٣- ازدياد أعداد المركبات

س: ما الحلول للحد من حوادث المرور؟ أو ما هي القواعد المرورية التي نتبعها للحد من الحوادث؟

١. اتباع قواعد مرور المشاة

٢. اتباع قواعد العبور الآمن للطريق

٣. اتباع قواعد الركوب والنزول الآمن من المركبة

س: علل: يجب على المشاة مراعاة أقصى درجات الحيطة والحذر أثناء عبور الطريق

ج: لدفع الضرر عن أنفسهم وعن الآخرين

س: اذكر قواعد مرور المشاة... أو ما القواعد التي يجب على المشاة الالتزام بها؟

١. السير بالتتابع على رصيف الشارع، أقصى اليمين مقابل السيارات القادمة

٢. تجنب السير على الطرقات ليلاً. وللضرورة: ارتداء ملابس زاهية أو فاتحة اللون

٣. العبور من الأماكن المخصصة للمشاة وبهدوء وحذر، مثل: ممر المشاة، الجسور، الأنفاق

المخصصة للمشاة



٤. عبور الطريق دون تباطؤ وبأقصر خط مستقيم بين جانبي الطريق
٥. عدم النزول عن الرصيف بصورة مفاجئة خاصة والسيارات بسرعة
٦. عدم السير داخل الأنفاق أو على الجسور المخصصة للمركبات

س: ما هي الأماكن المخصصة للمشاة؟

ج: ١- ممر المشاة ٢- الجسور ٣- الأنفاق المخصصة للمشاة

س: علل: ارتداء ملابس زاهية أو فاتحة اللون عند السير على الطرقات ليلاً

ج: لأنها أكثر وضوحاً للسائق مما يُقلّل من الحوادث

س: علل: توضع مطبات أمام المدارس والأماكن الخطرة

ج: المطبات تحدّ من سرعة المركبات وبالتالي تقلل من حوادث دهس الطلاب أمام المدارس

س: اذكر خطوات العبور الآمن للطريق

١. اختيار المكان المناسب للمرور مع الوقوف على حافة الرصيف بثبات

٢. النظر يساراً للتأكد من خلو الشارع من السيارات من الجهة اليسرى

٣. النظر يميناً للتأكد من خلو الشارع من السيارات من الجهة اليمنى

٤. النظر يساراً مرة أخرى

٥. عبور الشارع بخط مستقيم وبحذر

س: لماذا عند الوقوف على جزيرة وسطية في الشارع نطبق قواعد العبور الآمن مرة أخرى؟

ج: لأن الجزيرة الوسطية تفصل بين شارعين نطبق قواعد العبور الآمن لكل شارع على حدة



س: اذكر قواعد الركوب الآمن للمركبات

1. الوقوف على الرصيف المحاذي للمكان المخصص للمركبة والتأكد من توقفها تمامًا
2. الصعود إلى المركبة مراعيًا التزام النظام
3. الجلوس في المقعد المخصص بطريقة صحيحة مع ربط حزام الأمان إن وُجد

س: اذكر قواعد النزول الآمن من المركبات

1. التأكد من توقف المركبة توقفًا تامًا
2. النزول منها بنظام
3. انتظار مغادرة المركبة والتأكد من خلو الشارع ثم العبور

س: اذكر أماكن اللعب والعبور الآمن وأماكن اللعب والعبور الخطر

- أماكن اللعب أو العبور الآمن: ١- الحدائق العامة ٢- المساحات المغلقة
- أماكن اللعب أو العبور الخطر:
 - ١- الشارع ٢- السدود ٣- حواف الأودية والمجاري المائية
 - ٤- أماكن تجمع الحشرات أو الجحور والشقوق

س: وضح كيفية تقليل وتجنب تعرض الأطفال للحوادث أثناء اللعب ..

(اذكر بعض الحلول أو الإجراءات لتقليل حوادث الأطفال أثناء اللعب)

1. ارتداء المعدات الواقية
2. ممارسة الألعاب في الأماكن الآمنة
3. الالتزام بقواعد الألعاب

تنبيه: لعبة كرة القدم من أكثر الألعاب انتشارًا بين الأولاد وينتج بسببها كثير من حوادث السير.



الوحدة الثانية: تكثير النباتات

س: اذكر أهمية نباتات الزينة وفوائدها...

- أو ما الأثر الذي تتركه زراعة نباتات الزينة في البيئة المحيطة بك؟
١. عنصر أساسي في تصميم الحدائق وتزيين الطرق والمنتزهات والميادين العامة
٢. تخفف التلوث البيئي حيث تمتص الغازات المضرّة من الجو
٣. تقلل الضوضاء بامتصاص الموجات الصوتية

الدرس الأول: تكثير نباتات الزينة

س: ما المقصود بـ تكثير نباتات الزينة؟

ج: إنتاج نباتات جديدة متنوعة بطرق عدّة

س: ما هي طرق تكثير أو تكاثر نباتات الزينة؟

ج: ١- التكاثر البذري

٢- التكاثر الخضري: أ- بالأبصال ب- بالعُقل

س: ما المقصود بـ التكاثر البذري؟ (التكاثر البذري)

ج: إنتاج نبات جديد عن طريق جنين البذرة الناتج من عملية التلقيح والإخصاب (تم دراسته في

صف خامس التربية المهنية - الفصل الأول)

س: اذكر خطوات تقنية استخلاص بذور نباتات الزينة

١. تُجفّف الأزهار تحت أشعة الشمس مدة من الزمن

٢. تُفرك الأزهار الجافّة وتؤخذ البذور منها

٣. تُحفظ البذور في مكان جاف درجة حرارته معتدلة، وبعد التأكد من جفافها يمكن حفظها في

علب غير منفذة للماء مثل: العلب البلاستيكية، أو الزجاجية أو المعدنية



س: كيف تُحافظ البذور التي تُجمع لأغراض التكاثر من التعفن؟

١. تحفظ في مكان جاف ودرجة حرارة معتدلة
٢. وبعد جفافها تمامًا تحفظ في علب غير منفذة للماء

س: متى تُستنتب البذور؟

ج: إذا توافرت الظروف البيئية المناسبة

س: أين تُستنتب البذور؟

١. تزرع في الأرض الدائمة مباشرة إذا كانت كبيرة
٢. أو تزرع في أماكن خاصة كالمنابت أو صواني التشتيل إذا كانت صغيرة
٣. أو تزرع في أكياس بلاستيكية حتى تنبت وتصبح أشتالاً (٨-١٠ سم) ثم تزرع في الأرض الدائمة أو الأصص

س: ما المقصود بـ صواني التشتيل؟

ج: أوعية مصنوعة من البولسترين لها عيون مثقوبة من الأسفل، تُزرع فيها البذور لإنتاج الأشتال، ثم يُعتنى بها لحين زراعتها في الأرض الدائمة

س: ما المقصود بـ الوسط الزراعي؟

ج: بيئة زراعية بديلة عن التربة العادية تزرع فيها البذور

س: ما المقصود بـ البيتموس؟

ج: مادة عضوية متحللة وجافة، أصلها من الطحالب توجد في المناطق الرطبة من العالم في مساحات كبيرة، تستخدم وحدها أو مخلوطة بالرمل أو التربة العادية وغيرهما



س: اذكر أهمية وفوائد البذور

ج: ١ - من وسائل تكثير النبات وانتشاره ٢ - مخزن للغذاء والطاقة

س: ما هي خطوات التكثير البذري في صواني الشتيل؟

١. تجهيز الأدوات والوسط الزراعي وغالبًا يكون من البيتموس، أو التربة الناعمة والرمل والسماد البلدي المعقم والمعقم بنسبة (١:١:١).

٢. تعقيم صواني الشتيل بمواد التعقيم المناسبة إذا كانت مستعملة من قبل

٣. تعبئة الصواني بالوسط الزراعي وضغطه جيدًا

٤. تحديد مكان وضع البذور في كل عين بالضغط بإصبع اليد

٥. وضع بذرة أو بذرتين في كل عين بعمق مناسب

٦. تغطية البذور بالوسط الزراعي نفسه

٧. ريّ البذور بالماء ريًا هادئًا

٨. مراقبة إنبات البذور بعد يومين

٩. تعهدها بالريّ لحين نمو الأشتال ونقلها إلى مكان الزراعة الدائمة

س: علل: يفضل استخدام تربة البيتموس لزراعة نباتات الزينة الداخلية

أو اذكر مميزات أو أهمية البيتموس لنباتات الزينة الداخلية

١. مادة عضوية طبيعية صديقة للبيئة

٢. قدرته على امتصاص الماء وتصريفه

٣. المسامية العالية التي تسمح بفاذ الهواء من خلاله لجذور النباتات

٤. خفيف الوزن فيسهل حمله ونقله



س: علل: يجب تعقيم صواني الشتيل المستعملة بمواد تعقيم مناسبة قبل إعادة استعمالها

ج: للتخلص من الميكروبات الضارة التي قد تنقل الأمراض للنباتات الجديدة

س: ما المقصود بـ التكاثر الخضري؟ (التكاثر الخضري)

ج: هو الحصول على نبات كامل باستخدام أي جزء من النبات الأم عدا البذرة (تم دراسته في الصف

الخامس مهني - فصل ١)

س: ما المقصود بـ أبصال الزينة؟ (الأبصال)

ج: نباتات مزهرة تحتوي على جزء خضري ينمو تحت سطح التربة يخزن مواد غذائية ويستعمل في

التكاثر

س: أين تزرع الأبصال عادة؟

١. الأحواض الأمامية من الحديقة

٢. أصص توضع على الشرفات أو أصص داخل المنزل

س: اذكر أهمية أو فوائد أبصال الزينة؟

١. تخزن مواد غذائية

٢. تستعمل في التكاثر

٣. تجمل الحدائق والمنازل بسبب تعدد ألوانها وجمال أزهارها

س: علل: تنتشر أبصال الزينة في الحدائق أكثر منها داخل المنازل في الأصص.

أو أين يفضل زراعة أبصال الزينة داخل البيت أم الحديقة ولماذا؟

ج: لأنها تتكاثر بسرعة وبكميات كبيرة وتحتاج مسافات فيما بينها فيفضل زراعتها في الحدائق



س: وضح طريقة زراعة الأبال في تربة الحديقة؟

١. في الأحواض الأمامية من الحديقة
٢. تستخدم تربة خفيفة جيدة في تصريف المياه
٣. تزرع على مسافات تتناسب مع حجم النبات وتكون المسافة عادة (١٥ - ٢٠) سم.

س: وضح طريقة زراعة الأبال في الأصص؟

١. تنظيف الأصيص بالماء ووضع حصى في قاعه إذا كانت الثقوب كبيرة
٢. ملء ثلثي الأصيص بالبيتموس أو خليط تربة ورمل وسماذ بلدي مختمر معقم
٣. وضع عدد من الأبال يتناسب مع حجم النبات فوق التربة بحيث لا يلامس جدار الأصيص، والجذور للأسفل
٤. إضافة الخلطة الزراعية حول الأبال وفوقها حتى يمتلئ الأصيص مع إبقاء ٢ سم أسفل حافة الأصيص بلا تراب
٥. ري التربة ريثاً هادئاً

س: ما هي أقسام الأبال حسب موسم زراعتها وإزهارها؟

١. أبال الزينة الشتوية: أ- تنمو في درجات حرارة منخفضة أواخر الصيف والخريف
- ب- تزهر أواخر الشتاء وأوائل الربيع ثم تذبل في الصيف

مثال: النرجس

٢. أبال الزينة الصيفية: أ- تنمو في درجات حرارة مرتفعة وفترة إضاءة طويلة
- ب- تزرع بداية الربيع وتزهر في الصيف ثم تذبل في الخريف

والشتاء مثال: الزنبق

س: علل: بعد انتهاء موسم النمو يمكن إبقاء الأبصال في الأرض

ج: لأنها تنمو في الموسم التالي

س: اذكر طرق إعادة زراعة الأبصال بعد انتهاء موسم النمو

١. إبقاؤها في الأرض دون قلع فتتمو لوحدها في الموسم التالي

٢. أو قلعها بعد اصفرار أوراق النبات، ثم تنظيفها وتجفيفها وحفظها في مكان جيد التهوية حتى

الزراعة القادمة

س: قارن بين أبصال الزينة الصيفية والشتوية من حيث الحاجة لـ الحرارة والضوء للنمو

أبصال الزينة الصيفية	أبصال الزينة الشتوية	
تحتاج حرارة مرتفعة نسبيًا	تحتاج حرارة منخفضة نسبيًا	الحرارة
بحاجة لفترة إضاءة طويلة	ليست بحاجة لفترة إضاءة طويلة	الضوء

الدرس الثاني: تكثير نباتات الزينة بالعقل

س: ما المقصود بـ العقلة النباتية؟

ج: جزء من النبات قادر على تكوين نبات جديد إذا توافرت له الظروف المناسبة مثل الرطوبة

والحرارة، ويسمى تبعًا للجزء الذي يؤخذ منه.

س: بم يتميز التكثير بالعقل؟ أو اذكر مميزات طريقة التكثير بالعقل

١. إنتاج نباتات مشابهة تمامًا للنبات الأم

٢. سرعة نمو النباتات الجديدة

٣. الحصول على أعداد كثيرة من نبات واحد



س: ما أنواع العقل النباتية؟ مع تعريف كل نوع

١. عَقْل ساقية: تؤخذ العقلة من ساق النبات أو أغصانه

٢. عَقْل ورقية: تؤخذ العقلة من الأوراق

س: ما الأكثر شيوعاً العقل الساقية أم الورقية في تكثير نباتات الزينة؟

ج: العقل الساقية

س: اذكر أنواع العقل الساقية في تكثير نباتات الزينة، مع تعريف كل نوع أو من أين تؤخذ من الساق؟

١. العقل الساقية الغضة: تؤخذ من أطراف السيقان وتحوي على القمة النامية مع جزء من الفرع والأوراق

٢. العقل الساقية شبه المتخشبة: تؤخذ من أواسط الفروع التي لا يزيد عمرها على سنة

٣. العقل الساقية المتخشبة: تؤخذ من سيقان خشبها تام النضج ويزيد عمرها على سنة

س: قارن بين العقل الساقية من حيث طول العقلة، مواصفاتها، موسم أخذ العقلة، أمثلة

طول العقلة	مواصفاتها	موسم أخذ	نبات زينة
		العقلة	يتكاثر بالعقل الساقية
العقل الساقية الغضة	- تؤخذ من أطراف السيقان وتحوي على القمة النامية مع جزء من الفرع والأوراق - تمتاز بسهولة التجذير وسرعته		السجاد القرنفل



		- طول العقلة ٧-١٥ سم		
الياسمين	نهاية الربيع وبداية الصيف	- تؤخذ من أواسط الفروع التي لا يزيد عمرها على سنة - طول العقلة ١٠-١٥ سم - تؤخذ العقل نهاية الربيع وبداية الصيف	١٠-١٥ سم	العقل الساقية شبه المتخشبة
نبات الورد الجوري	في فصل الشتاء قبل بدء نمو البراعم	- تؤخذ من سيقان خشبها تام النضج ويزيد عمرها على سنة - طول العقلة ١٠-٦٠ سم - تؤخذ في فصل الشتاء قبل بدء نمو البراعم	١٠-٦٠ سم	العقل الساقية المتخشبة

تنبيه: خلاصة طريقة العقلة وزراعتها:

- ١- العقل الغضة طول العقلة ٧-١٥ سم، العقل شبة المتخشبة ١٠-١٥ سم، العقل المتخشبة ١٠-٦٠ سم
- ٢- القطع أسفل البرعم مباشرة مع إزالة الأوراق عند القاعدة وترك الأوراق العلوية
- ٣- القطع أفقي عند القاعدة ومائل في القمة، وعند الزراعة الطرف المائل للأعلى
- ٤- القاعدة توضع في هرمون التجذير ويتم التخلص من الزائد بهز القاعدة
- ٥- غرس العقلة في الوسط الزراعي بحيث عدد معين من البراعم يُطمر في التربة
- ٦- الري والمتابعة إلى حين التجذير ثم إزالتها ونقلها لمكان زراعة دائم

س: بم تتميز العقل الساقية الغضة عن غيرها من العقل؟

ج: سهولة التجذير وسرعته



س: علل: معاملة العقل بهرمون التجذير قبل زراعتها

ج: لتسريع عملية التجذير

س: اذكر طرق التأكد من التجذير للنباتات المزروعة بالعقل الساقية

١. ظهور علامات بدء النمو في الجزء العلوي من العقلة

٢. ظهور الجذور من الثقوب في أسفل الوعاء أو على الجوانب

٣. يمكن إخراج العقلة كاملة مع ترابها من الوعاء بقلبها باليدين وإعادتها إلى مكانها إذا لم تكن

الجذور نامية

س: علل: تؤخذ العقل من فروع سليمة خالية من الأمراض والحشرات

ج: حتى لا تنتقل تلك الأمراض والحشرات للنبات الجديد

س: علل: يفضل إجراء التكاثر لعقل الياسمين في فصل الربيع

ج: لأن فصل الربيع أفضل موسم لزراعة الياسمين فالياسمين يزهر لفترة طويلة خلال الربيع.

س: اذكر أسماء نباتات زينة تتكاثر بالعقل الساقية

ج: ١- السجاد ٢- القرنفل ٣- الياسمين ٤- نبات الورد الجوري



الوحدة الثالثة: اختيار الملابس

س: ما المواد التي تصنع منها الملابس؟

ج: ١- مواد طبيعية ٢- مواد مصنّعة

س: علل: من الضروري أن نتعلّم كيف نميز بين الملابس من حيث طبيعتها ووظيفتها ومواصفاتها

ووقت ارتدائها

ج: نظرًا إلى تنوعها في حياتنا المعاصرة

س: كيف تتحقق الأناقة في الملابس؟

ج: باختيار الملابس ذات الألوان المنسجمة والمتناسقة التي تراعي شكل الجسم ولون البشرة وتتناسب

مع العمر

الدرس الأول: اختيار الملابس المناسبة

س: عدّد الأمور أو المعايير التي يجب مراعاتها عند اختيار الملابس..

١. ملاءمة الملابس للمناسبات والأنشطة المختلفة

٢. ملاءمة الملابس لفصول السنة

٣. ملاءمة الملابس للفئات العمرية

٤. مراعاة الظروف الاقتصادية

س: ما هي أقسام الملابس من حيث المناسبات والأنشطة المختلفة

١. ملابس العمل

٢. ملابس الزيارات والمناسبات

٣. ملابس الراحة والنوم

٤. ملابس الرياضة والرحلات

٥. الملابس الداخلية

س: اذكر المواصفات التي يجب توافرها في ملابس العمل

١. التصميم المريح وتحقيق الانسجام والأناقة
٢. القماش مصنوع من الألياف القطنية والكتانية
٣. توفر الحماية والأمان، مثل: ملابس رجال الإطفاء
٤. أحذية مريحة مع تجنب ذات الكعب العالي

س: علل: يُنصح بتجنب الأحذية ذات الكعب العالي في العمل

ج: لأن الفرد يقضي وقتاً طويلاً في العمل ولذا يحتاج لحذاء مريح وآمن وأحذية الكعب العالي غير مريحة في العمل

س: علل: اختيار ملابس العمل من قماش مصنوع من الألياف القطنية أو الكتانية

ج: ١ - لأنها تتحمل كثرة الاستخدام والتنظيف ٢ - سهولة الكي والألوان تبقى ثابتة

س: اذكر المواصفات التي يجب توافرها في ملابس الزيارات والحفلات (ملابس المناسبات الرسمية

والأعياد والأفراح.. الخ)

١. ذات تصاميم أنيقة

٢. أقمشة ناعمة وبرّاقة مع المكملات والإكسسوارات، مثل: الأقراط والأزرار وغيرها

س: اذكر المواصفات التي يجب توافرها في ملابس الراحة والنوم (الفساتين الواسعة والأرواب

والبيجامات.. الخ)

١. مريحة وفضفاضة وتسمح بحرية الحركة

٢. تتحمل التنظيف والغسل المتكرر ولا تحتاج إلى كيّ

٣. من قماش قطني أو كتاني ناعم ورقيق وخفيف الوزن وتشعر بالبرودة صيفاً والدفء شتاءً



س: اذكر المواصفات التي يجب توافرها في ملابس الرياضة والرحلات

١. مريحة وتسمح بحرية الحركة وخالية من الإضافات التي تعوق الحركة أو تسبب الأذى
٢. أقمشة قابلة لامتصاص العرق كالأقمشة القطنية
٣. متينة تتحمل التنظيف والغسل المتكرر ولا تحتاج إلى الكي
٤. ذات ألوان متنوعة لتعطي الشعور بالحياة والنشاط
٥. تدل على نوع اللعبة الرياضية
٦. الأحذية مريحة وتسمح بحرية حركة الأصابع

س: علل: اختيار الأقمشة القطنية في ملابس الرياضة والرحلات

ج: لأنها قابلة لامتصاص العرق

س: علل: اختيار الأقمشة المتينة في ملابس الرياضة والرحلات

ج: لكي تتحمل التنظيف والغسل المتكرر

س: علل: الأفضل أن تكون ملابس الرياضة والرحلات ذات ألوان متعددة

ج: لتعطي الشعور بالحياة والنشاط

س: اذكر المواصفات التي يجب توافرها في الملابس الداخلية

١. مصنوعة من القطن ذات أقمشة ناعمة لا تهيج الجلد ولها قدرة عالية على امتصاص الرطوبة

والعرق

٢. ملائمة للجسم غير فضفاضة ولا ضيقة

٣. تتحمل التنظيف والغسل المتكرر ولا تحتاج إلى كي

٤. ألوانها فاتحة

س: علل: الأقمشة القطنية هل أفضل أنواع الأقمشة للملابس الداخلية

١. لأنها ناعمة لا تهيج الجلد

٢. لها قدرة عالية على امتصاص الرطوبة والعرق

٣. تتحمل التنظيف والغسل المتكرر

س: قارن بين الملابس الشتوية والملابس الصيفية

- الملابس الشتوية: ١ - من الصوف والتركو والموهير

٢ - تلبس فوقها المعاطف والستر الجلدية والصوفية والشمواه

- الملابس الصيفية: ١ - من القطن أو الكتان أو الحرير ٢ - ملابس خفيفة

س: علل: يفضل اختيار الملابس الخفيفة في الصيف كالقطن والكتان والحرير

ج: لأنها تمتص الرطوبة والعرق

س: علل: لا ينصح بالإكثار من شراء الملابس للأطفال والناشئين

ج: لأن فترة الأطفال والياfecين تتميز بالنمو المتسارع للفرد

س: ما الأمور التي يجب مراعاتها عند اختيار ملابس الياfecين؟ (مواصفات ملابسهم)

١. مريحة وتسمح بحرية الحركة ولا تكون ضيقة

٢. ملائمة لعمر الشخص ومطابقة لمقاسه

٣. متينة وتتحمل كثرة الاستخدام وسهل الغسل والتنظيف

٤. ألوان مريحة وحيوية و فاتحة

٥. أحذية مريحة وتجنب أحذية الكعب العالي للبنات

٦. اختيار الجوارب القطنية

س: علل: اختيار ملابس مريحة لا تكون ضيقة للناشئين (اليافعين)

ج: حتى لا تعوق النمو

س: علل: ينصح بتجنب الأحذية ذات الكعب العالي وبخاصة للناشئين (البنات)

١. لأن فترتهم فترة حركة دائمة ونشاط مستمر

٢. وفترة نمو متسارع وأحذية الكعب العالي تؤثر على شكل الجسد.

س: كيف نراعي الظروف الاقتصادية عند شراء واختيار الملابس؟

١. الاعتدال عند الشراء والابتعاد عن الإسراف والتبذير

٢. عدم الاندفاع في مسايرة الموضة إلا بقدر تسمح به ظروف الأسرة الاقتصادية

تنبيه: اختيار الملابس المناسبة لطبيعة المجتمع وتقاليد وعاداته

الدرس الثاني: الانسجام في ألوان الملابس وأقمشتها

س: علل: يجب اختيار الألوان بعناية عند اختيار الملابس

١. تؤثر في النفس وانسجامها يوحى بالسرور والراحة

٢. تحدّد ملامح الجسم من حيث كبره وصغره

٣. تضفي جمالاً على الشخص

س: ما المقصود بدائرة الألوان؟

ج: هي عجلة الألوان التي تحقق الانسجام اللوني وتستعمل لاختيار المجموعة اللونية المناسبة وتنقسم

لثلاث أقسام: الألوان الأساسية والألوان الثانوية والألوان المشتقة (الثلاثية).

س: اذكر أقسام دائرة الألوان

ج: ١- الألوان الأساسية ٢- الألوان الثانوية ٣- الألوان المشتقة (الثلاثية)





س: ما المقصود بـ الألوان الأساسية؟ واذكر أمثلة عليها

ج: الألوان التي لا يمكن اشتقاقها من ألوان أخرى. مثال: الأحمر والأصفر، والأزرق

س: علل: يسمى كل من اللون الأحمر والأصفر والأزرق لوناً أساسياً

ج: لأنها ألوان لا يمكن اشتقاقها من ألوان أخرى

س: ما المقصود بـ الألوان الثانوية؟ واذكر أمثلة عليها

ج: الألوان المشتقة من مزج لونين أساسيين بحيث ينتج لوناً آخر.

مثال: البرتقالي: الأحمر + الأصفر / الأخضر: الأزرق + الأصفر / البنفسجي: الأحمر + الأزرق

س: ما المقصود بـ الألوان المشتقة (الثلاثية)؟ واذكر أمثلة عليها

ج: الألوان التي تتكون من مزج لون أساسي بلون ثانوي وهي تتوسط الألوان الأساسية والثانوية ..

مثال: الأخضر المصفر: أخضر + أصفر

س: اذكر الأسس أو قواعد الألوان التي يجب مراعاتها عند ارتداء الملابس

١. تنافر الألوان المتقابلة في دائرة الألوان.

مثال: الأحمر يقابله الأخضر البرتقالي يقابله الأزرق

(إذا كانت المساحة كبيرة لكل لون وكل لون أظهر الآخر فستكون لافتة وتناسب الاستعراض

المسرحي أما إذا كانت موزعة بصورة متناسقة فإنها تكون أكثر انسجاماً أي أن تكون مساحة لون

أكبر من الآخر)

٢. انسجام الألوان المتجاورة على دائرة الألوان.

مثال: الأزرق يجاوره البنفسجي أو النيلي أو الأخضر

(وأيضا درجات اللون الواحد تحقق الانسجام الواضح) مثل: الألوان الأحادية

(أو الألوان التي تنسجم مع كل الألوان) مثل: الألوان الحيادية

٣. انسجام الألوان مع لون البشرة.

مثال: الأصفر لا يناسب البشرة الشقراء أو الشعر الأشقر وينفع لهم اللون البني، الأحمر والأصفر يناسب البشرة السمراء

٤. تأثير اللون في الحجم. مثال: اللون الغامق كالأسود يجعل الجسم أصغر

س: ما المقصود بالألوان الأحادية؟ واذكر أمثلة عليها

ج: درجات اللون الواحد وهي ذات درجات متعددة من اللون نفسه.

مثال: أخضر ورق الزيتون - أخضر ورق الحشائش - أخضر ورق الليمون

س: ما المقصود بالألوان الحيادية؟ واذكر أمثلة عليها

ج: الألوان التي تنسجم مع الألوان جميعها. مثال: الأسود - الأبيض - الرمادي

س: علل: الأجسام الممتلئة يناسبها ارتداء الملابس الغامقة خلافاً لذوي الأجسام النحيفة يناسبها

الألوان الفاتحة

ج: لأن اللون له تأثير في الحجم، فالألوان الغامقة تجعل الجسم يبدو أصغر حجماً من الحقيقي والفاتح

تجعله يبدو أكبر.

س: علل: تستعمل الألوان المحايدة مع الألوان الأخرى في دائرة الألوان

ج: لأنها تنسجم مع الألوان جميعها

تنبيه: الألوان المحايدة ليست من ضمن دائرة الألوان

س: علل: تتنوع الأقمشة فيما بينها في الشكل واللون والملمس.. أو ما هو سر تنوع الأقمشة؟

ج: ١ - بسبب الخيوط المتنوعة ٢ - طرق النسيج المختلفة ٢ - الألوان والرسوم المتعددة



س: ما المعايير الواجب مراعاتها عند شراء الأقمشة؟

١. القماش الرقيق الناعم لا ينسجم مع القماش السميك الخشن. مثال: لا ينسجم المخمل مع الساتان

٢. تصميم الأقمشة وملمسها يؤثر في الحجم الظاهري للجسم

٣. الخطوط الأفقية في الملابس لا تناسب السمنة بينما يناسبهم الخطوط الطولية (العمودية)

٤. النقوش الكبيرة في الملابس تجعل الجسم يبدو أكثر حجماً وأقصر.





الوحدة الرابعة: إدارة الوقت وتنظيمه

الدرس الأول: إدارة الوقت

س: ما المقصود بإدارة الوقت؟

ج: أن يستثمر الفرد وقته في تحقيق أهدافه وذلك بتنظيمه والمواءمة بين واجباته ورغباته وأهدافه باستخدام الطرق والوسائل التي تعينه على ذلك

س: كيف نحقق إدارة الوقت كل يوم؟ أو ما الأسئلة التي تسألها لنفسك كل صباح لتنظم وقتك على نحو أمثل؟

ج: نسأل أنفسنا: ١ - ماذا يجب عليّ أن أعمل؟ ٢ - متى يجب أن أعمل؟

٣ - أين يجب أن أعمل؟ ٤ - ما أولوياتي؟

٥ - ما مقدار الوقت الذي أحتاج إليه لإنجاز عملي؟

س: ما أنواع الوقت حسب التنظيم والإدارة؟ واذكر تعريفه.. ومثال عليه

١. وقت يمكن تنظيمه وإدارته: الوقت الذي نخصصه للعمل ونستطيع تنظيمه وتحقيق أهدافنا به.

مثال: وقت العمل

٢. وقت قد يصعب تنظيمه وإدارته: وقت لا نستفيد منه كثيرًا في غير ما خصّص له لكنه مهم

للموازنة بين أهدافنا وواجباتنا ورغباتنا. مثال: وقت النوم، الأكل، الراحة، الزيارات الأسرية والاجتماعية

س: علل: للوقت أهمية كبيرة في حياة الإنسان

ج: لأنه هو العمر والحياة فإضاعة الوقت تعني إضاعة العمر.



س: بين أهمية الوقت وتنظيمه وكيفية استغلاله استغلالاً أمثل

١. للوقت أهمية كبيرة في حياة الإنسان فهو العمر والحياة وإضاعة الوقت تعني إضاعة العمر

٢. إذا تم تنظيم الوقت فإن الإنسان يحقق أهدافه وينجز أعماله اليومية

أما عن كيفية استغلال الوقت الاستغلال الأمثل فيكون —:

١ - استغلال الوقت بالأمر التي تفيد الإنسان في الدنيا والآخرة، مثل: أداء العبادات - طلب

العلم - السعي في طلب الرزق - العمل التطوعي - ممارسة الرياضة

٢ - أداء واجباته وحسن استغلاله للوقت المتاح في حياته

س: كيف يمكنك استثمار وقتك استثماراً جيداً؟ (طرق أو وسائل استثمار الوقت)

١. التفاؤل والنشاط أثناء تنفيذ العمل

٢. عدم تضييع الوقت بالندم إذا فشل عمل ما

٣. اتباع طرق جديدة لاستغلال الوقت كل يوم

٤. أعمال مفيدة مثل مساعدة الآخرين، ممارسة الرياضة، زيارة مريض

٥. النظر إلى الممارسات اليومية والتخلي عما يضيع الوقت

٦. تدوين خطة يومية في الليلة السابقة أو الصباح الباكر.

الدرس الثاني: تنظيم الوقت

س: وضح القواعد الأساسية لتنظيم الوقت.. أو ما هي قواعد إدارة الوقت؟

١. مراجعة الأهداف والخطط

٢. الاحتفاظ بخطة زمنية

٣. وضع قائمة بالإنجازات اليومية



٤. الابتعاد عن معوقات تنظيم الوقت

٥. استغلال الأوقات الهامشية

س: وضح كيفية الاحتفاظ بخطة زمنية؟

١. وضع برنامج زمني مثل: عمل قائمة أو مفكرة لتحقيق الأهداف

٢. الخطة الزمنية تتضمن الأعمال والمهام والمسؤوليات وتاريخ البدء بها والانتهاج منها

س: ما الهدف من وضع قائمة إنجازات يومية؟

ج: للتذكير بالأعمال الواجب أداؤها

س: ما الأمور التي يجب مراعاتها عند إعداد قائمة الإنجازات اليومية؟

١. القائمة اليومية جزء من الحياة

٢. عدم المبالغة في وضع أشياء كثيرة في القائمة

٣. إعطاء النفس راحة في الإجازات ونهاية الأسبوع

٤. المرونة، حيث قائمة الإنجازات ليست إلا وسيلة لتحقيق الأهداف ضمن وقت محدد

س: اذكر أهم معوقات تنظيم الوقت

ج: ١- النسيان ٢- الكسل ٣- التردد ٤- التأجيل

س: ما المقصود بـ قائمة الإنجازات اليومية؟

ج: قائمة يومية تذكر بالأعمال الواجب أداؤها ضمن وقت محدد

س: ما المقصود بـ الأوقات الهامشية؟

ج: الأوقات الضائعة بين الالتزامات والأعمال



س: اذكر أمثلة على الأوقات الضائعة أو الأوقات الهامشية التي تضيع الوقت

١. أوقات الترفيه غير النافع. مثل: الألعاب الالكترونية
٢. أوقات الاتصال بالأهل والزملاء والأصدقاء من غير ضرورة
٣. الانشغال بمجالسة الزوار أو الرفاق أو مشاهدة التلفاز

س: كيف تخطط لإنجاز أعمالك باستخدام خطة يومية (مفكرة) أو برنامج عمل خاص بك؟

أو صمم خطة يومية لإنجاز الأعمال

١. رسم نموذج خطة يومية على ورق أبيض أو كرتون
٢. كتابة قائمة المهام والأنشطة اليومية المراد تحقيقها
٣. ترتيب الأعمال اليومية حسب الأولويات
٤. تدوين الزمن اللازم لتحقيق كل منها
٥. تحديد ما يُتوقع تحقيقه في الوقت المخصص
٦. وضع أو تعليق الخطة اليومية في مكان مناسب للاطلاع عليها



الوحدة الخامسة: أشغال الإبرة

س: ما أهمية أشغال الإبرة اليدوية؟

- ج:** ١- موروث شعبي في بلادنا ٢- تسد أوقات الفراغ ٣- لها مردود اقتصادي
٤- تعلم الصبر ٥- تضيف الجمال على الملابس والبيوت

الدرس الأول: الغرز اليدوية

س: ما الغرض من استخدام الغرز اليدوية؟

- ج:** ١- صنع الملابس وتزينها ٢- تثبيت الملابس

س: اذكر المواد والأدوات المستخدمة في تنفيذ الغرز اليدوية.. أو ما هي المواد والأدوات اللازمة لإنجاز أشغال الإبرة؟

١. أدوات القياس والرسم:

- أ- شريط القياس (لأخذ القياس)
ب- المساطر المتنوعة (مرقمة وناعمة الحواف)

٢. أدوات الخياطة ولوازمها:

- ١) الأقمشة ومصادرها: ١- طبيعي ٢- صناعي
٢) مقصات الخياطة: ١- مقص الخيوط رفيع وصغير وطرفه حاد
٢- مقص القماش كبير أو متوسط
٣) أدوات التأشير: تستخدم لنقل العلامات إلى القماش:

- ١- طباشير التأشير: مصنوع من مادة شمعية (صابونة التأشير)، أو مادة طباشيرية.
٢- ورق الكربون الملون للخياطة والعجلة (روليت الخياطة)



- ٤) الدبابيس بأنواعها: تصنع من الصلب، حادة من طرف واحد، وتستخدم لتثبيت القماش ولا تترك أثراً عند إزالتها
- ٥) الإبر اليدوية: تصنع من الصلب الذي لا يصدأ، حافتها حادة وسُمُّها (ثقب الإبرة) واسع.
- ٦) الخيوط: تختلف في النوع والسمك واللون ويختار ما يناسب القماش ولونه ونوع الغرزة
- ٧) واقى الإصبع "الكشتبان": أداة تلبس في الإصبع الوسطى من اليد ويصنع من البلاستيك أو معدن لا يصدأ

٨) علبة المواد أو أدوات الخياطة: تستخدم لحفظ أدوات الخياطة والتطريز

س: اذكر أدوات القياس والرسم في أشغال الإبرة أو الغرز اليدوية

ج: ١- شريط القياس ٢- المساطر المتنوعة

س: لم يستخدم شريط القياس؟

ج: لأخذ القياسات

س: ما هي المواصفات المطلوبة في مساطر أشغال الإبرة؟

ج: ١- مرقمة بوضوح ٢- ذات حواف ناعمة

س: علل: المساطر المستخدمة في أشغال الإبرة ذات حواف ناعمة

ج: حتى لا تخدش الأقمشة عند تنفيذ الخطوط عليها

س: اذكر أدوات الخياطة ولوازمها في أشغال الإبرة

ج: ١- الأقمشة ٢- مقصات الخياطة ٣- أدوات التأشير ٤- الدبابيس

٥- الإبر اليدوية ٦- الخيوط واقى الإصبع (الكشتبان) ٨- علبة المواد أو أدوات الخياطة



س: ما هي مصادر الحصول على الأقمشة؟

ج: ١- مصادر طبيعية ٢- مصادر صناعية

س: ما هي المواصفات المطلوبة في مقصات الخياطة؟

١. مصنوعة من المعدن

٢. لها أشكال وحجوم مختلفة: مقص الخيوط رفيع وصغير و طرفه حاد، مقص القماش كبير أو

متوسط

س: لم تستخدم أدوات التأشير؟

ج: لنقل العلامات إلى القماش

س: ما أنواع أدوات التأشير؟

١. طباشير التأشير: وتصنع من مادة شمعية أو مادة طباشيرية

٢. ورق الكربون الملون للخياطة والعجلة

س: علل: يفضل استعمال طباشير التأشير في أدوات التأشير

ج: لسهولة إزالتها عن الأقمشة

س: فيم يستخدم ورق الكربون الملون للخياطة والعجلة (روليت الخياطة)؟

١. لنقل علامات الخياطة وخطوطها من الورق إلى القماش

٢. ولنقل الأشكال المطلوب تطريزها على الأقمشة

س: اذكر المواصفات المطلوب توافرها في الدبابيس المستخدمة في أشغال الإبرة

١. تصنع من الصلب وحادة من طرف واحد

٢. لا تترك أثراً عند إزالتها



س: فيم تستخدم الدبابيس؟

ج: لتثبيت القماش

س: علل: يفضل توافر مغناطيس مع الدبابيس

ج: كي يسهل التقاطها عند سقوطها في أثناء العمل

س: ما فائدة حامله الدبابيس؟

ج: تحفظ الدبابيس من الضياع أو السقوط على الأرض

س: ما المواصفات الواجب توافرها في الإبر اليدوية؟

ج: ١- تصنع من الصلب الذي لا يصدأ ٢- حافتها حادة وسمُّها (ثقب الإبرة) واسع

س: علل: تصنع الإبر اليدوية والدبابيس من الصلب الذي لا يصدأ

ج: ليسهل انزلاقها في النسيج

س: ما المواصفات الواجب توافرها في الخيوط؟

١. تختلف من حيث النوع والسمك واللون

٢. يختار منها ما يتناسب مع نوع القماش ولونه والغرز المراد عملها

س: علل: تستخدم الخيوط الرفيعة والمصنوعة من الحرير لخياطة الأقمشة الرقيقة

ج: لأن الخيوط تختار حسب نوع القماش ولونه والغرز المراد عملها، فالقماش الرقيق يناسبه الخيوط

الرفيعة.

س: ما المقصود بـ "واقي الإصبع" الكشتبان؟

ج: أداة مصنوعة من البلاستيك أو معدن لا يصدأ، تلبس في الإصبع الوسطى من اليد لتساعد على

إدخال الإبرة في النسيج بسرعة.

س: فيم يستخدم الكشتبان؟

ج: ١- إدخال الإبرة في النسيج بسرعة ٢- حماية الأصابع من وخز الإبر

س: اذكر الأمور الواجب مراعاتها عند تنفيذ أشغال الإبرة

١. الاهتمام بنظافة اليدين جيداً قبل البدء بالعمل

٢. الجلوس الصحيح، بحيث يكون الظهر مستقيماً

٣. إبعاد قطعة القماش عن العينين مسافة تتراوح بين ٢٥-٣٠

٤. استخدام خيط مناسب، طوله ٥٠ سم تقريباً

٥. استخدام المقص في قطع الخيط وعدم استخدام الأسنان أو اليد

٦. قص طرف الخيط على نحو مائل. س: لماذا؟ ج: ليسهل إدخال الإبرة

٧. الحذر أثناء سحب الإبرة. س: لماذا؟ ج: حتى لا تؤذي الآخرين

٨. استخدام خيط مناسب لنوع القماش ونوع الغرزة

٩. توافر الإضاءة الجيدة في مكان تنفيذ أشغال الإبرة من الخلف

١٠. الاستراحة مدة من الوقت. س: لماذا؟ ج: من أجل سلامة العينين وتحريك العضلات

س: ما هي أنواع الغرز اليدوية حسب الغرض من استخدامها؟ وفيم تستخدم؟ مع مثال

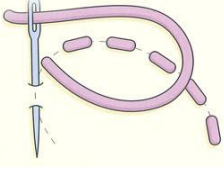
١. الغرز المؤقتة: تستخدم لتثبيت قطع القماش بصورة مؤقتة ثم تزال بعدها. مثال: غرزة السراجة المتساوية

٢. الغرز الدائمة (الثابتة):

(١) تستخدم لتثبيت أجزاء القماش. مثال: الغرزة الراجعة

(٢) لتنظيف الحواف. مثال: اللقطة والبطانية

(٣) لتثبيت خط الذيل وتسويته أو لزخرفة الملابس. مثال: غرزة الفرع والسلسلة



س: ما المقصود بـ غرزة السراجة اليدوية؟

ج: غرزة خياطة أساسية بسيطة وسريعة تنفذ على شكل خطوط متقطعة متساوية

س: فيم تستخدم غرزة السراجة اليدوية؟

أو اذكر الأغراض التي تستخدم فيها غرزة السراجة

١. تجميع أجزاء الثوب معاً بعد عملية قص القماش على نحو صحيح ومتناسق

٢. نقل بعض علامات الخياطة على الملابس

٣. تثبيت ثنية بعض أجزاء الثوب (خط ذيل الثنورة، الكم، البنطلون)

٤. زخرفة المفارش والملابس

س: كيف نقوم بغرزة التثبيت بعد الانتهاء من غرزة السراجة؟

ج: نعمل غرزتين صغيرتين إحداهما فوق الأخرى، ثم نمرر الخيط أسفل الخيط الغرزتين فيتكون ما

يشبه العقدة.

س: ما المقصود بـ غرز التطريز اليدوية؟

ج: غرز تستخدم لترزين كثير من الخامات، كالمفارش والأغطية والملابس

س: اذكر أنواع غرز التطريز اليدوية؟ مع تعريف كل نوع

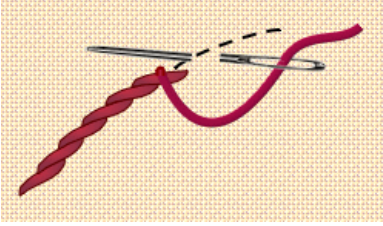
١. غرزة الفرع البسيط: مجموعة غرز متعاقبة تُنفذ غالباً على رسوم فروع الأشجار والأزهار

وتعطي أشكالاً جمالية.

٢. غرزة السلسلة: غرزة سهلة التنفيذ تشبه إلى حد كبير السلسلة

س: ما سبب تسمية الغرز الدائمة (الثابتة) بهذا الاسم؟

ج: لأنها تبقى بالثوب بعد إتمام الخياطة



س: ما سبب تسمية غرزة الفرع البسيط بهذا الاسم؟

ج: لأنها تنفذ غالبًا على رسوم فروع الأشجار والأزهار

س: ما سبب تسمية غرزة السلسلة بهذا الاسم؟

ج: لأنها تشبه إلى حد كبير السلسلة

س: اذكر استخدامات غرزة الفرع البسيط

١. تزيين المفارش والملابس

٢. التطريز على الخطوط بأنواعها المستقيمة والمنحنية، وعلى رسوم فروع الأوراق والمساحات

الزخرفية المتنوعة

٣. تحديد الحدود الخارجية للتصاميم

س: اذكر استخدامات غرزة السلسلة

١. تزيين المفارش والملابس

٢. ملء المساحات عند إنشاء التصاميم المختلفة

٣. تحديد الحدود الخارجية للتصاميم

س: كيف نتأكد من إتقان غرزة الفرع البسيط؟

ج: تظهر من الخلف على شكل صف من الغرز المتلاصقة

س: ماذا يحدث لو استخدمنا إبرة صغيرة وخيط سميك في خياطة قماش خفيف؟

ج: الخيط السميك ولو نفع أن يدخل في سمّ الإبرة الصغيرة فإنه سيتلف القماش الخفيف ويترك أثراً

ظاهراً



س: ماذا يحدث لو استخدمنا الأسنان أو اليد في قطع الخيط؟

ج: قد يُقطع الخيط أكثر أو أقل من اللازم، أيضا اليد أو الأسنان تتأذى من الخيط خاصة لو كان حاداً

س: ماذا يحدث لو استخدمنا خيط طويل أثناء تنفيذ الغرز اليدوية؟

ج: الخيط الطويل قد يتعقد ويتلوى ولا نستطيع إكمال الغرز.

الدرس الثاني: مثبتات الملابس

س: ما أهمية وجود المثبتات في الملابس؟

١. تعمل على إغلاق الفتحات في قطع الملابس

٢. تُسهّل ارتداء الملابس وخلعها

٣. تستخدم لتزيين الملابس وتجميلها

س: اذكر مثالا على مثبتات الملابس

ج: الأزرار

س: ما المقصود بالأزرار؟

ج: من المكملات المتصلة المهمة للملابس ولها أشكال وألوان وحجوم وأوزان، تصنع من البلاستيك

أو المعدن أو الخشب

س: فيم تستخدم الأزرار؟

ج: ١- إغلاق فتحات الملابس ٢- التزيين والزخرفة

س: عدد أنواع الأزرار المختلفة

ج: ١- أزرار ذات ثقبين ٢- أزرار لها أربعة ثقوب

٣- أزرار ذات أعناق ولها عروة من الخلف ٤- أزرار قيطان

س: اذكر خطوات تركيب أزرار ذات ثقبين

١. تحديد مكان الزر على القماش بوضع علامة بصابون التأشير أو دبوس
٢. استعمال خيط مزدوج، (س: علل استعمال خيط مزدوج) ج: ليعطي ثباتاً أكثر للعمل، واستعمال كشتبان أثناء تركيب الأزرار (س: علل استخدام الكشتبان) ج: لحماية الإصبع من الأذى
٣. غرز الإبرة من في ظهر القماش وعمل غرزة تثبيت
٤. تمرير الخيط من الظهر خلال الثقبين من الأول إلى الثاني ثم إلى ظهر القماش وهكذا يكرر تمرير الخيط
٥. عمل غرزة تثبيت في ظهر القماش.



س: ما هي طرق تثبيت الأزرار ذات الثقوب الأربعة ووضحها بالرسم؟

- ج: ١- شكل سهم ٢- شكل مربع
٣- شكل متوازي ٤- شكل متقاطع

س: ما الأمور الواجب مراعاتها عند اختيار أو شراء أزرار الملابس؟

١. تؤخذ قصاصة من القماش عند الشراء (س: علل) ج: لضمان التناسق الجيد من حيث النوع واللون مع القماش
٢. يراعى تناسب حجم الأزرار ووزنها مع نوعية القماش، فالقماش الخفيف يناسبه أزرار خفيفة والعكس
٣. تتركب الأزرار لملايس النساء في الجهة اليسرى، ولملايس الرجال في الجهة اليمنى



الوحدة السادسة: الحلويات الشعبية

س: ما العوامل التي تساعد على نجاح صناعة الحلويات؟

ج: ١ - مكونات ذات نوعية جيدة ٢ - كميات صحيحة في التحضير والصنع

الدرس الأول: إعداد الحلويات الشعبية

س: ما سبب تسمية "الحلويات الشرقية" بهذا الاسم؟

ج: لأنها من الحلويات المشهورة في بلاد الشام

س: بم تتميز الحلويات الشرقية؟

ج: ارتفاع نسبة المواد الدهنية والسكرية التي تمد الجسم بالطاقة

س: اذكر بعض أنواع الحلويات الشعبية المشهورة في الأردن، مع التعريف بها وبمكوناتها:

١. الكنافة: نوع من الحلويات المشهور في الأردن، وتقدم غالباً في المناسبات، مكوناتها:

(١) عجينة الكنافة المفروكة أو الشعيرية الناعمة (٢) السمن (٣) الجبن

(٤) يضاف لها القطر (٥) تزين بالمكسرات

٢. المعمول: نوع من الحلويات الشعبية المشهورة في المنطقة العربية ويمكن إعداده في المنزل ويقدم

في المناسبات، مكوناتها:

(١) السميد أو الطحين (٢) الزبدة أو السمنة (٣) الحليب (٤) ماء الزهر أو الورد

(٥) الخميرة (٦) يُحشى بالتمر أو المكسرات (الجوز، الفستق الحلبي)

٣. المهلبية: من الأطباق المشهورة والخفيفة وسريعة التحضير، صحية ومفيدة للأطفال ولها عدة

أنواع، مكوناتها:

(١) الحليب ويضاف له النشا أو الأرز (٢) السكر

(٣) عصير الفواكه أو أي منكهات (٤) المكسرات



س: اذكر العناصر الغذائية التي تحتوي عليها حلوى المهلبية

١. الحليب والمكسرات: بروتين
٢. السكر والنشا والحليب: الكربوهيدرات
٣. الحليب: فيتامينات أ، د، ب، وأملاح معدنية: فسفور وكالسيوم

س: اذكر طريقة عمل المهلبية باختصار

١. يوضع الحليب على النار
٢. يذاب النشا في ماء بارد
٣. يضاف النشا المذاب والسكر إلى الحليب
٤. يستمر تحريك الخليط على النار إلى حد الغليان وتكاثف الخليط
٥. يضاف ماء الزهر أو الورد
٦. يسكب في صحون التقديم ويزين بالمكسرات ويقدم بعد أن يبرد.

س: علل: يجب إذابة النشا في الماء البارد قبل إعداد المهلبية

ج: حتى لا يتكتل النشا إذا وضعناه في الحليب الساخن

س: علل: يجب الاستمرار في تحريك خليط المهلبية حتى يبدأ الغليان

ج: حتى يتجانس المزيج ويصبح كثيفاً مع استمرار التحريك وإلا تكتل والتصق في قاع الإناء

س: كيف يتم تقديم المهلبية بعد الانتهاء منها؟

ج: تُسكب في صحون التقديم مزينة بالمكسرات وتكون باردة عند التقديم



س: علل: لا يُنصح بالإكثار من الحلويات

ج: لأن الإكثار منها يسبب مشكلات صحية مثل زيادة الوزن وأمراض القلب والشرابين ومرض السكري

س: ماذا تنصح من يكثر من تناول الحلويات؟

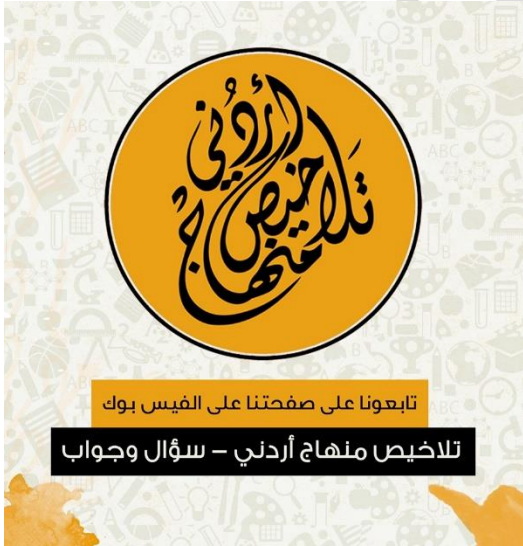
١. بممارسة الرياضة أو نشاط بدني للتخلص من السعرات الحرارية العالية التي تناولها من الحلويات

٢. التقليل من تناولها وعدم الإفراط في ذلك لأنها تسبب مشكلات صحية

س: اذكر المشكلات الصحية التي يسببها الإكثار من تناول الحلويات دون ممارسة الرياضة

ج: ١- زيادة الوزن والسمنة ٢- أمراض القلب والشرابين ٣- مرض السكري

تم بحمد الله



التلخيص شامل ويتضمن حل أسئلة الدروس
ويفضل الرجوع لاختيارات أستاذ المادة
وللكتاب

