

- قررت وزارة التعليم تدريس
- هذا الكتاب وطبعه على نفقتها

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الثاني الابتدائي

الجزء الأول من المقرر

قام بالتأليف والمراجعة

فريق من المتخصصين

ح) المركز الوطني للمناهج، ١٤٤٦ هـ

المركز الوطني للمناهج

المهارات الحياتية والأسرية: الصف الثاني الابتدائي: الجزء الأول من المقرر :
المركز الوطني للمناهج. - الرياض، ١٤٤٦ هـ.
٧٦ ص؛ ٢٥,٥ X ٢١ سم

رقم الإيداع: ١٥٣٢٧ / ١٤٤٦

ردمك: ٦ - ٤٣ - ٨٥٢٧ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم
www.moe.gov.sa

مواد إنرائية وداعمة على "منصة عين الإنرائية"



ien.edu.sa

أعزاءنا المعلمين والمعلمات، والطلاب والطالبات، وأولياء الأمور، وكل مهتم بالتربية والتعليم؛
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.



fb.iien.edu.sa



المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وبعد ..

يسرنا أن نقدم كتاب الطالب للصف الثاني الابتدائي من سلسلة مقرر المهارات الحياتية والأسرية، انسجاماً مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ التي تنص على "إكساب الطالب المعارف و المهارات والسلوكيات الحميدة ليكون ذا شخصية مستقلة تتصف بروح المبادرة والمثابرة والقيادة".

وقد حرصنا في تأليفه على تنوع أساليب عرضه باستخدام مصادر التعلم المختلفة من رسوم وصور وأنشطة لإثارة التفكير، وإكساب الطالب مهارات القرن الحادي والعشرين في إطار أهداف الوحدات الدراسية.

وتتيح أنشطة التعلم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للتعلم كي يفكر ويحاور ويعبر عن رأيه، ليكتسب المهارات والكفايات القابلة للتطبيق في حياته اليومية.

لقد حاولنا أن يشمل هذا الكتاب المجالات الأساسية لمقرر المهارات الحياتية والأسرية، ليكون عوناً للطالب على أن يصبح ذا شخصية متزنة، واثقاً بنفسه، محباً لوطنه، يتصرف التصرف السليم في المواقف والمناسبات المختلفة، ويكتسب العادات الصحية السليمة في غذائه ومسكنه وبيئته، ويستثمر أوقات فراغه فيما يعود عليه بالنفع والفائدة، بحيث يصبح فرداً فعالاً في بناء أسرته ومجتمعه.

كما أنه من منطلق اهتمام المملكة العربية السعودية بالأشخاص ذوي الإعاقة، والتزامها باستيفاء كافة الحقوق الممكنة لدعمهم ودمجهم في المجتمع، أدرجت مفردات بلغة الإشارة في هذا المقرر؛ لتزويد الطلاب السامعين بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية التي يؤمل أن يكون لها أثرها في كسر حاجز اللغة وتيسير عملية الاندماج، وخلق نوع من التواصل بين الطلاب السامعين والطلاب الصم.

نسأل الله عز وجل- أن يجعل هذا العمل خالصاً لوجهه تعالى، والله من وراء القصد.

مفاتيح الكتاب

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

رؤية السعودية ٢٠٣٠

VISION 2030
Saudi Vision 2030

أنشطة فردية أو جماعية ذات علاقة بمحتوى الدرس، تُنفذ داخل الصف أو خارجه.



التفكير الناقد.



التفكير الإبداعي وحل المشكلات.



التواصل.



التعاون والمشاركة المجتمعية.



أُسرتي العزيزة.



معلومات إثرائية.



أناشيد يسيرة تُقدّم للمتعلم لتأكيد مفاهيم الدرس وإضفاء روح المرح، ولا يُطلب منه حفظها، بل تردّد مع المعلم فقط.



إرشادات عامة.



مقياس يُحدّد مدى استيعاب الدرس وفهمه.



هيا نتعلم لغة الإشارة.



الفهرس

الصفحة	الموضوع	الوحدة
٦	دليل الأسرة	
٩	تَقْلِيمُ الْأَطْفَالِ	صِحَّتِي وَسَلَامَتِي
١٤	تَرْتِيبُ الشَّعْرِ	
٢٢	آدَابُ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ	
٣٢	كَيْفَ أَتَصَرَّفُ عِنْدَ مُقَابَلَةِ الْآخَرِينَ؟	شَخْصِيَّتِي
٣٩	كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا مَرِضَ أَحَدٌ فِي الْمَنْزِلِ؟	
٥٥	التَّقْوِيمُ الْهَجْرِيُّ	وَقْتِي
٦٠	التَّقْوِيمُ الْمِيلَادِيُّ	
٦٧	تَمَارِينُ عَامَّةٌ	





دليل الأسرة

أولياء الأمور الكرام:

أهلاً وسهلاً بكم، نأمل أن يكون هذا العام الدراسي مثمراً ومفيداً، لكم ولأبنائكم الأعزاء. نهدف في تعليم مقرر المهارات الحياتية والأسرية إلى إكساب أبنائنا المفاهيم العلمية، والمهارات العملية المتنوعة، والقيم النبيلة التي يحتاجونها في حياتهم اليومية، لذا نأمل منكم مشاركة أبنائكم في تحقيق هذا الهدف. وستجدون في بعض صفحات هذا الكتاب أيقونة خاصة بكم بوصفكم أسرةً للتعلم، فيها رسالة تخصكم، ونشاط يمكنكم أن تشاركوا أبناءكم في تنفيذه. كما ضمن ملحق في نهاية كل وحدة بمفردات مترجمة بلغة الإشارة نهدف من خلالها تزويد الطلاب بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية لإيجاد نوع من التواصل بين أفراد المجتمع السامعين والصم.

فهرس تضمين أنشطة إشراك الأسرة في هذا الكتاب:

الوحدة	نوع النشاط	رقم الصفحة
الوحدة الأولى صحتي وسلامتي	تهيئة الدرس: أسرتي العزيزة.	١٥
	نشاط (أسري).	١٧
	نشاط ختامي.	١٨
	هيا نتعلم لغة الإشارة	٢٨
الوحدة الثانية شخصيتي	تهيئة الدرس: أسرتي العزيزة.	٣٩
	نشاط (أسري).	٤٦
	نشاط ختامي.	٤٧
	هيا نتعلم لغة الإشارة	٥١
الوحدة الثالثة وقتي	تهيئة الدرس: أسرتي العزيزة.	٥٦
	نشاط ختامي.	٥٨
	هيا نتعلم لغة الإشارة	٦٥



الوَحدةُ الأولى

صِحَّتِي وَسَلامَتِي

◀ تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ.

◀ تَرْتِيبُ الشَّعْرِ.

◀ آدَابُ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِياهِ.



صِحَّتِي وَسَلامَتِي

الأهداف

يَتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمِ فِي نِهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُوَضِّحَ مَضَارَّ الْأَظْفَارِ الطَّوِيلَةِ.
- ◆ أَنْ يَسْتَشِجَ طَرَائِقَ مُتَنَوِّعَةً لِلْعَنَاءِ بِشَعْرِهِ.
- ◆ أَنْ يُعَدِّدَ بَعْضًا مِنَ آدَابِ اسْتِخْدَامِ دَوَارِ الْمَيَاهِ.





www.jen.edu.sa

تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ

لِمَ تَطُولُ الْأَظْفَارُ؟

المفاهيم الرئيسة:

• الظفر.

• التقليم.

● يَدَايَ بِأَظْفَارٍ مُقْلَمَةٍ أَجْمَلُ.

● الْأَظْفَارُ الطَّوِيلَةُ تَتَجَمَّعُ تَحْتَهَا الْأَوْسَاخُ وَتُسَبِّبُ الْأَمْرَاضَ.

● الْأَظْفَارُ الطَّوِيلَةُ مُخَالَفَةٌ لِلسُّنَّةِ النَّبَوِيَّةِ.

● أُشِيرُ إِلَى الْأَظْفَارِ الَّتِي تُشَبِّهُ أَظْفَارِي فِي الصُّورَتَيْنِ الْآتِيَتَيْنِ
وَأَذْكُرُ رَأْيِي فِيهَا:



أظفاري مرتبة ونظيفه



- ◆ أَسْمِي اللَّهَ قَبْلَ الْبَدْءِ بِأَيِّ عَمَلٍ.
- ◆ أَحَاوِلْ تَقْلِيمَ أَظْفَارِي بِنَفْسِي كُلَّ أُسْبُوعٍ.
- ◆ أَقْلَمُ أَظْفَارَ يَدَيَّ وَقَدَمَيَّ بِحَذَرٍ.
- ◆ أَجْمَعُ قُصَاصَاتِ أَظْفَارِي، ثُمَّ أَضَعُهَا فِي الْقُمَامَةِ.



أَحِيطْ مِقْصَّ الْأَظْفَارِ بِدَائِرَةٍ.



أُكْمِلُ الْجُمْلَةَ الْآتِيَةَ بِكَلِمَةٍ مُنَاسِبَةٍ.

◆ قَضَمُ الْأَظْفَارِ بِالْأَسْنَانِ عَادَةٌ **سيئة**





أناقش مع المعلم الصور الآتية مبيناً رأيي فيها.



طلاء الأظفار يمنع وصول الماء في الأظفار ويجعل الوضوء غير صحيح تواصل

الأظفار المقلمة نظيفة وجميلة

الأظفار طويلة متسخة تنقل الجراثيم إلى طعامك وتسبب المرض



اكتب نصيحة مفيدة للعناية باليدين والقدمين.
قلمي أظفرك الآن اظافر الطويلة
مخالفة للسنة وضارة بصحة

التفكير الإبداعي



ماذا تتوقع أن يحدث لو لم نعلم أظفار المولود الصغير؟

ستجمع تحتها الأوساخ وتنقل الأمراض كما تسبب له الإصابة بخدوش نتيجة الحركات العشوائية



إرشادات عامة

- ◆ قَضَمُ الْأَظْفَارِ بِالْأَسْنَانِ يَنْقُلُ الْأَوْسَاحَ مِنْهَا إِلَى الْفَمِ مُبَاشَرَةً.
- ◆ الْأَظْفَارُ الطَّوِيلَةُ تُؤْذِيكَ وَتُؤْذِي الْآخَرِينَ.
- ◆ حَثَّ الرَّسُولُ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - عَلَى تَقْلِيمِ الْأَظْفَارِ.
- ◆ طِلَاءُ الْأَظْفَارِ يَمْنَعُ وَصُولَ الْمَاءِ وَالْهَوَاءِ إِلَيْهَا وَيَجْعَلُ الْوُضُوءَ غَيْرَ صَحِيحٍ.



هيا نمرح

❁ ألون الدائرة بالأخضر أمام العادات الحسنة، وألونها بالأحمر

أمام العادات السيئة:



• صبغ الأظفار بالحناء للفتيات.



• قضم الأظفار بالأسنان.



• تقليم الأظفار أسبوعياً.



• ترك الأظفار طويلة.

❁ أختار العبارة المناسبة للصورة وأكتبها:

• شكل أظفاري ومظهر يدي جميل.

• تسكن الجراثيم والأوساخ تحت الأظفار الطويلة.



شكل اظفاري ومظهر

يدي جميل



تَرْتِيبُ الشَّعْرِ

المفاهيم الرئيسة:

• الشعر.

• الترتيب.

ما الذي يجعلُ الشعرَ جميلاً؟



لِتَنْظِيفِ شَعْرِي وَالْعِنَايَةُ بِهِ أَحْتَاْجُ إِلَى :



شَامْبُو وَكَرِيمَاتُ مَغْذِيَّة



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ: أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةَ دُرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ كَيْفِيَّةَ الْعِنَايَةِ بِشَعْرِي وَتَرْتِيْبِهِ، وَهَذَا نَشَاطٌ نَسْعَدُ بِتَنْفِيْذِهِ أُسْرَةً وَاحِدَةً، مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ - ابْنُكُمْ / ابْنَتُكُمْ.

نشاط:

عَزِيزِي الْأَبَ / عَزِيزَتِي الْأُمَّ، سَاعِدَا أَبْنَاءَكُمْ عَلَى الْإِجَابَةِ عَنِ السُّؤَالِ الْآتِي:



لَمْ نَقْصُ أَطْرَافَ الشَّعْرِ؟

لكي نتخلص من الاظافر الميته وغير الصحية لنحامي

الشعر من التقصف ويساعده ذلك على النمو بشكل

صحي  **أحرصُ على تمشيط شعري وترتيبه يوميًا.**



عِنْدَ الذَّهَابِ إِلَى الْمَدْرَسَةِ لَا بُدَّ أَنْ يَكُونَ شَعْرِي نَظِيفًا وَمُرْتَبًا.



التَّفْكِيرُ الْإِبْدَاعِي



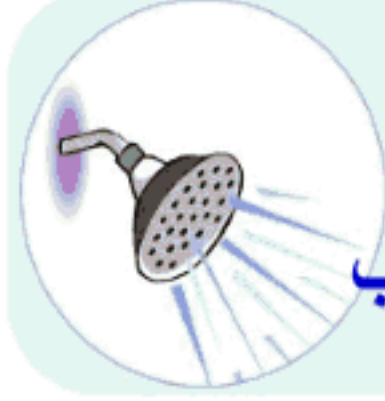
مَاذَا لَوْ ذَهَبْتُ إِلَى الْمَدْرَسَةِ دُونَ أَنْ
أَمْشِطَ شَعْرِي؟

سيكون شعري غير مرتب

وقد أصاب بحشرة القمل



◆ أحرصُ على الاستحمام يومياً بعد العودة من المدرسة، خاصة في فصل الصيف.



لم يُغسل الشعر في الصيف كثيراً؟

يسبب الحر الشديد الذي يجلب
التعرق فيجلب الاتربة الى
الشعر



أكتشف الخطأ في كل صورة:



يقوم بحلاقة شعره تقوم بوضع شعرها
بالماكينة بدون تقص شعرها
في فمها وهذا خاطئ وهذا خاطئ
اشراف احد بالغ



◆ أحرص على تجفيف شعري بمنشفة بعد الاستحمام.

أسرتي العزيزة



عزيزي الأب / عزيزتي الأم، ساعدا أبناءكما على الإجابة عن السؤال الآتي:

لِمَ يُحَذِّرُ الْمُتَخَصِّصُونَ مِنْ إِهْمَالِ نِظَافَةِ الشَّعْرِ؟

**للمحافظة على الشعر ولكي لا
تصاب بحشرة القمل**



◆ ألون الشعر مثل لون شعري.



أَبْحَثْ عَنْ حَلٍّ لِإِزَالَةِ عِلْكَةِ التَّصَقُّتِ بِخُصْلَةٍ
مِنَ الشَّعْرِ.



استخدام مكعبات الثلج
لأزالتها من الشعر

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عَزِيزِي الْأَبَّ / عَزِيزَتِي الْأُمَّ، أَرْشِدَا أَبْنَاءَكُمْ إِلَى أَنَّ جَمَالَ الشَّعْرِ يَدُومُ
بِالْمُحَافَظَةِ عَلَى نِظَافَتِهِ وَتَرْتِيبِهِ.



وزارة التعليم
Ministry of Education

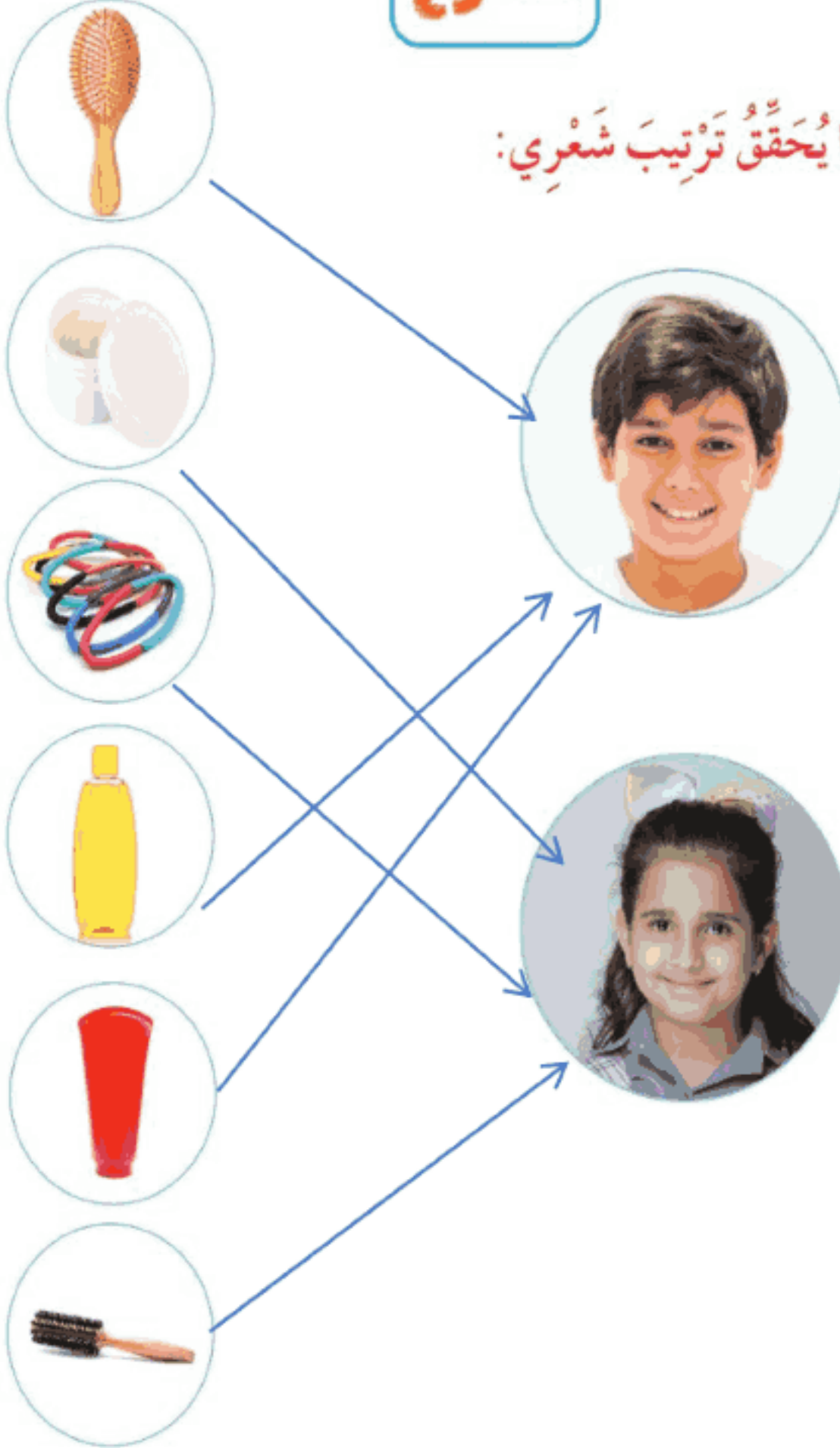


إرشادات عامة

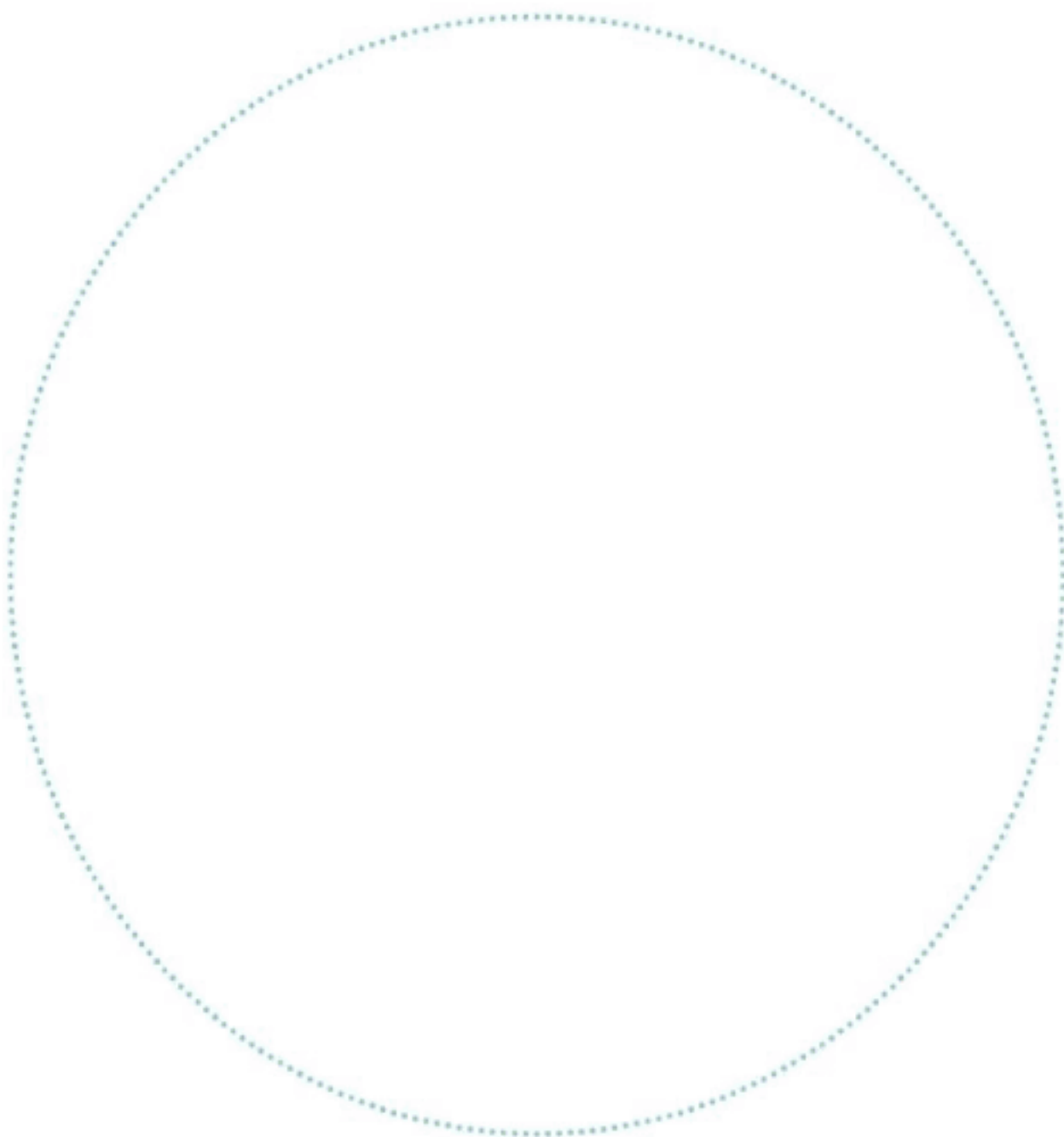
- ◆ الشَّعْرُ نِعْمَةٌ مِنْ نِعَمِ اللَّهِ فَاحْمَدِ اللَّهَ عَلَيْهَا.
- ◆ جَمَالُ الشَّعْرِ يَعْتَمِدُ عَلَى الصَّحَّةِ الْجَيِّدَةِ وَالتَّغْذِيَةِ السَّليمةِ، مَعَ النِّظَافَةِ وَالْعِنَايَةِ الْكَامِلَةِ بِهِ.
- ◆ تَمْشِيطُ الشَّعْرِ بِتَقْسِيمِهِ إِلَى أَقْسَامٍ، وَالْبَدْءُ بِفَكَ عَقْدِ الشَّعْرِ، ثُمَّ يُمَشَّطُ مِنَ الْأُطْرَافِ ثُمَّ يُمَشَّطُ كَامِلًا.
- ◆ لِكُلِّ شَخْصٍ مِشْطٌ خَاصٌّ بِهِ.
- ◆ اسْتِعْمَالُ الزَّيْتِ لِلشَّعْرِ يُسَاعِدُ عَلَى لُيُونَتِهِ وَإِعْطَائِهِ لَمْعَةً وَجَمَالًا.
- ◆ نِظَافَةُ الشَّعْرِ تَقِي مِنَ الْإِصَابَةِ بِالْقَمَلِ.
- ◆ اسْتِخْدَامُ الْحِنَاءِ يُسَاعِدُ عَلَى تَقْوِيَةِ الشَّعْرِ.
- ◆ الشَّعْرُ يَتَضَرَّرُ عِنْدَ تَعَرُّضِهِ لِأَشِعَّةِ الشَّمْسِ فتراتٍ طَوِيلَةً وَلَا سِيَّما فِي فَصْلِ الصَّيْفِ.

هَيَّا نَمْرَحْ

❁ أَصْلُ بِمَا يُحَقِّقُ تَرْتِيبَ شَعْرِي:



✿ أَرْسُمْ شَعْرًا مُرْتَبًّا كَمَا أُحِبُّ:



آدابُ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ

لماذا مِنَ الضَّرُورِيِّ وَجُودُ دَوْرَةِ مِيَاهٍ
فِي كُلِّ بَيْتٍ؟

المفاهيمُ الرئيسة:
• دَوْرَةُ الْمِيَاهِ.
• قَضَاءُ الْحَاجَةِ.

فائدةُ دَوْرَاتِ الْمِيَاهِ... **نَقْضِي فِيهَا حَاجَتَنَا وَنَسْتَحِمُ فِيهَا**

أَكْمَلُ دُعَاءِ دُخُولِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ:
(اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ ... **الْخَبِثِ** وَالْخَبَائِثِ).



تواصل



أَكْتُبْ آدَابَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ مُسْتَرْشِدًا بِالصُّورِ الْآتِيَةِ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.



اخرج باليمنى



ادخل بليسرى



اغلق الباب



غسل اليدين بعد قضاء الحاجة



غُفْرَانُكَ .

اقول غفرانك عند الخروج



استعمل الماء بعد قضاء الحاجة



غُفْرَانَكَ

بِسْمِ اللَّهِ

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.

أَخْتَارُ الدُّعَاءَ الْمُنَاسِبَ لِلصُّورَةِ.



أَلَوْنُ الدَّائِرَةِ تَحْتَ رَمْزِ دَوْرَةِ مِيَاهِ النِّسَاءِ بِلَوْنٍ
وَرْدِيٍّ، وَتَحْتَ رَمْزِ دَوْرَةِ مِيَاهِ الرِّجَالِ بِلَوْنٍ أَزْرَقٍ:



مِنَ الْأَخْطَاءِ الشَّائِعَةِ عِنْدَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ:

أَحَدُ الْخَطَأِ فِي الصُّورَةِ.



هَلْ تَعْلَمُ أَنَّ تَرْشِيدَكَ
لَا سَتَهْلَاكُ الْمَاءُ
هُوَ إِسْهَامٌ مِنْكَ فِي
الْبِرْنَامِجِ الْوِطْنِيِّ
لِكِفَاةٍ وَتَرْشِيدِ
الْمِيَاهِ.



إلقاء المناديل على
الأرض

دخول حافي القدمين



أَشْطَبُ الْحُرُوفِ الْمُتَشَابِهَةِ؛ لِأَحْصِلَ عَلَى حُرُوفِ
الْكَلِمَةِ الضَّائِعَةِ، وَأَكْمِلُ بِهَا الْعِبَارَةَ الْآتِيَةَ:

إِيَّاكَ وَ..... هَدَرَ..... الْمَاءَ.

ه ط س ص د ع ر س ص ط ع



إرشادات عامة

- ◆ لا تدخل دورة المياه ومعك طعام أو شيء كُتب عليه اسم الله.
- ◆ احرص على نظافة دورات المياه بعد استعمالها؛ لأنها وضعت لك ولغيرك.
- ◆ دورات المياه القذرة تُسبب انتقال كثير من الأمراض.
- ◆ احرص على إغلاق باب دورة المياه عند دخولك.



هَيَّا نَمْرَحْ

١ أَرْقُمْ آدَابَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَاتِ الْمِيَاهِ:

- ١ ذِكْرُ دُعَاءٍ مَا قَبْلَ الدُّخُولِ.
- ٢ الدُّخُولُ بِالرَّجْلِ الْيُسْرَى.
- ٣ الْإِسْتِتَارُ عِنْدَ قِضَاءِ الْحَاجَةِ.
- ٤ غَسْلُ الْيَدَيْنِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ.
- ٥ الْخُرُوجُ بِالرَّجْلِ الْيُمْنَى.
- ٦ ذِكْرُ دُعَاءِ الْخُرُوجِ.

٢ أَسَاعِدْ فَيَصْلًا عَلَى الدُّخُولِ فِي الْمَكَانِ الصَّحِيحِ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.





وَحْدَةُ صَحَّتِي وَسَلَامَتِي

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ الْآخَرِينَ مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا
قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكَفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.





المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط ١.