



# الدليل الإرشادي

لتفعيل حصص المهارات الحياتية

(برامج وأنشطة داعمة)

المرحلة التأسيسية

الصف الأول

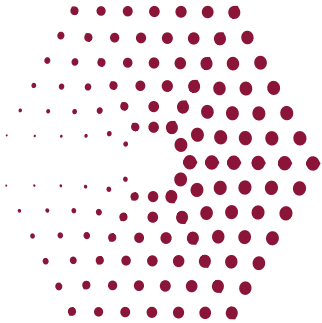
العام الأكاديمي 2025 - 2026

3	المقدمة
4	رؤية وزارة التربية والتّعليم والتّعليم العالي
4	رسالة وزارة التربية والتّعليم والتّعليم العالي
4	القيم المؤسسية
5	أهداف دليل المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية
6	الإرشادات العامة لتفعيل أنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية
7	مستهدفات أنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية
9	مقترحات لأنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية
19	الخاتمة
20	المراجع
20	فريق الإعداد والاعتماد

تعتبر المهارات الحياتية والمهنية هي اللبنة الأساسية التي تصقل شخصية الطلبة، وتساعد في إعداده لمواجهة تحديات الحياة اليومية، والتكيف مع التغير المستمر للمجتمع، والتعامل مع المشكلات، واتخاذ القرارات، وإدارة الوقت، وذلك بتطوير قدراته على التفكير الناقد المستقل، والتواصل الاجتماعي، وتكوين صداقات مع الآخرين، وتعزيز الاستقلالية والثقة بالنفس لدى الطلبة؛ مما يساعدهم على النجاح في حياتهم الشخصية والمهنية حتى يكونوا أعضاء مسؤولين وفاعلين في مجتمعهم ومحبين لوطنهم، بالإضافة إلى جعلهم مرنين في التعامل مع الظروف الحياتية الأخرى.

ومن هذا المنطلق ارتأت وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي إعداد هذا الدليل الذي يمثل أداة إرشادية مُعينة للمنسق والمعلم ولجميع أصحاب المصلحة من خلال تقديم مقترحات ووصف لأنشطة المهارات الحياتية (برامج وأنشطة داعمة) في المرحلة التأسيسية للصف الأول، مما يساهم في توحيد الرؤى وتوجيه الطاقات، وبلورة الجهود، واستغلال كافة الإمكانيات، بأسلوب منهجيّ منظم؛ ضمناً لتحقيق الجودة في العمل والاستثمار الأمثل للوقت والجهد.

والله ولي التوفيق



## رؤية وزارة التربية والتعليم والتّعليم العالي

"متعلم ريادي لتنمية مستدامة".


## رسالة وزارة التربية والتعليم والتّعليم العالي


"نرسي بيئة تعليمية شاملة ومبتكرة تعزز القيم والأخلاق وتؤهل المتعلم بمهارات عالية؛ لإعداد جيلٍ واعٍ قادرٍ على بناء مجتمع متقدم واقتصاد مزدهر".

## القيم المؤسسية

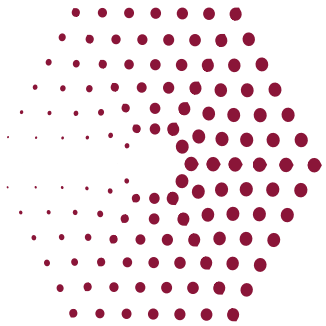
الابتكار 

التميز 

التواصل الفعال 

الجودة 

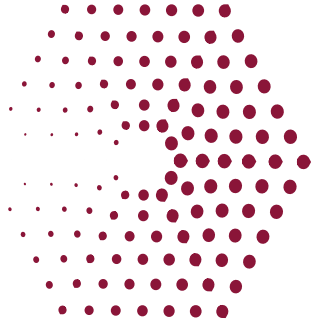
المسؤولية 



## أهداف دليل المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية:

يهدف هذا الدليل إلى وضع الإطار العام لحصص المهارات الحياتية المهنية (برامج وأنشطة داعمة) للمرحلة التأسيسية للصف الأول، وذلك على النحو التالي:

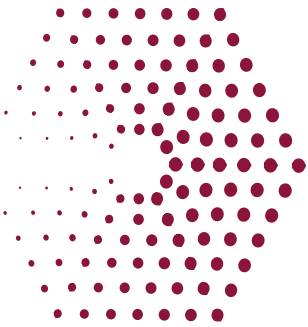
1. إعداد الطلبة للحياة الفعّالة في مجتمع يعتز بالإسلام، ويؤكد على احترام الآخرين، والعمل بروح الفريق.
2. بناء قدرات الطالب بشكل متوازن، فهي تبني المهارات النفسية، والاجتماعية، والعقلية، والبدنية.
3. تأهيل الطلبة لتحمل المسؤولية مما يولد لديهم الشعور بالاعتماد الذاتي، والقيام بالمهام والأدوار والواجبات بشكل شخصي.
4. مساعدة الطلبة على الوعي بالذات واكتشاف القدرات والمواهب الشخصية.
5. تحقيق التنشئة الاجتماعية السليمة، وذلك باكتساب مهارات التواصل والتعبير عن الذات، وآداب ومهارات الحوار مع الآخرين.
6. تنمية الثقافة الصحية والاجتماعية التي تُعنى بصحة الطلبة، وحماية أنفسهم من المخاطر.



## الإرشادات العامة لتفعيل أنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية:

لتنفيذ أنشطة المهارات الحياتية والمهنية في المرحلة التأسيسية بشكل فعّال من المهم اتباع مجموعة من الإرشادات العامة التي تضمن تحقيق الأهداف المطلوبة، وتوفير تجربة تعليمية ممتعة ومثمرة، وفيما يلي بعض الإرشادات الهامة لتنفيذ الأنشطة:

- تنفيذ حصص المهارات الحياتية (برامج وأنشطة داعمة) من قبل معلمي المسار العلمي بعدد (9 حصص) خلال العام الأكاديمي 2025 - 2026.
- التخطيط المسبق والاستعداد الجيد للأنشطة من خلال: (تحديد الهدف من النشاط، توفير الأدوات المطلوبة، التأكد من البيئة المناسبة لتنفيذ النشاط).
- تحميل الفيديو والاطلاع عليه قبل الحصة وعدم عرضها من اليوتيوب مباشرةً في الصف.
- توفير بيئة تعليمية داعمة وآمنة مع التحفيز المستمر للطلبة.
- المرونة والتكيف في تنفيذ واختيار الأنشطة المناسبة بناءً على احتياجات واهتمامات الطلبة.
- تعزيز المشاركة الفعالة من خلال إتاحة الفرصة لجميع الطلبة للمشاركة في الأنشطة والتعبير عن آرائهم ومناقشة أفكارهم.
- تنمية مهارات التفكير النقدي والإبداعي من خلال تشجيع الطلبة على التفكير بطرق مبتكرة واتخاذ القرارات المناسبة في المواقف المختلفة.
- ربط الأنشطة التفاعلية بحياة الطلبة من خلال استخدام أمثلة واقعية تساعد على تطبيق المهارات في المواقف الحياتية.
- تثبيت ما تم إكسابه للطلبة من مهارات حياتية في نهاية النشاط من خلال ملخص يقدمه الطلبة شفويًا أو كتابيًا أو بالرسم.



## مستهدفات أنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية:

تحرص إدارة التعليم المبكر على بناء طلبة يتسمون بالالتزان والإيجابية، وتطويرهم فكرياً ووجدانياً وجسدياً واجتماعياً، ويمتلكون زمام المبادرة في مواقف حياتهم المختلفة، وجعلهم قادرين على المبادرة بالسلوك الإيجابي تجاه ذاتهم وأسرهم ومجتمعهم، وإعداد طلبة متعلمون مدى الحياة يمتلكون المعرفة والمهارات والقيم التي تمكنهم من النجاح والإبداع في شتى ميادين الحياة؛ لذلك تم تقسيم مجالات حصص المهارات الحياتية إلى خمس مجالات وهي كالتالي:

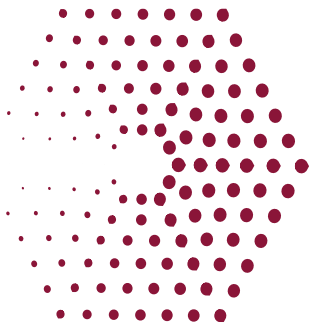
الحياة الشخصية، الحياة الأسرية، الحياة الصحية الآمنة، الحياة المجتمعية، والحياة المهنية.

المجال	الموضوع	نتائج التعلم	الكفايات
أولاً: الحياة الشخصية	التكيف مع الآخرين والأنظمة بالمدرسة	<ul style="list-style-type: none"> <li>يتعرف على معلمه وزملائه داخل الصف.</li> <li>يُعرّف بنفسه أمام الآخرين.</li> <li>يعبر عن مشاعره بشكل إيجابي، ويقدر أثرها على حياته وعلى الآخرين.</li> </ul>	التواصل التعاون والمشاركة الكفاية اللغوية حلّ المشكلات
	العمل ضمن فريق كعضو وقائد	<ul style="list-style-type: none"> <li>يعرف ماهية العمل ضمن فريق.</li> <li>يستنتج أهمية الالتزام بأخلاقيات ومهارات المشاركة كعضو ضمن فريق ويقدر قيمة العمل.</li> <li>يطبق مهارات المشاركة.</li> </ul>	
ثانياً: الحياة الأسرية	سلامة الغذاء والتعامل الإيجابي معه	<ul style="list-style-type: none"> <li>يميز بين الغذاء الصحي وغير الصحي.</li> <li>يقدر أهمية تناول الغذاء الصحي.</li> <li>يُعدّ وجبة غذائية صحية خفيفة ويراعي آداب تناولها.</li> </ul>	التواصل التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والتفكير الناقد
	العناية بالمنزل وتجميله	<ul style="list-style-type: none"> <li>يوضح بعض السلوكيات الصحيحة في تنظيف البيت ويدرك أهميتها.</li> <li>يستخدم أدوات التنظيف بشكل صحيح.</li> <li>ينظم أدوات البيت وأثاثه.</li> <li>يصنع مشغولة جمالية لتزيين البيت.</li> </ul>	الكفاية اللغوية التقصي والبحث حلّ المشكلات
	التعامل مع الفئات الخاصة (كبار القدر - ذوي الإعاقة)	<ul style="list-style-type: none"> <li>يعرف كيفية التعامل الإيجابي مع كبار القدر وذوي الإعاقة.</li> <li>يطبق إجراءات التعامل الإيجابي مع كبار القدر وذوي الإعاقة.</li> </ul>	

<p>التواصل التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والتفكير الناقد الكفاية اللغوية الكفاية العددية التقصي والبحث حلّ المشكلات</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوضح بعض طرائق العناية بالنظافة الشخصية ويقدر أهميتها للوقاية من المشكلات الصحية.</li> <li>• يبين الخدمات الصحية المتوفرة في مجتمعه ويقدر أهميتها للآخرين.</li> <li>• يبين مبادئ الأمن والسلامة في المنزل والمدرسة والطريق ويلتزم بها.</li> <li>• يحمي نفسه بطريقة آمنة.</li> <li>• يميز مصادر الخطر في بيته ومدرسته وطريقه وكيفية التعامل معها.</li> <li>• يطبق إجراءات الإخلاء والتبليغ بطريقة صحيحة.</li> </ul>	<p>النظافة الشخصية والخدمات الصحية</p> <p>مبادئ الأمن والسلامة في المنزل والمدرسة والطريق والتصرف الصحيح عند الطوارئ</p>	<p>ثالثًا: الحياة الصحية الآمنة</p>
<p>التواصل التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والتفكير الناقد الكفاية اللغوية حلّ المشكلات</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعرف ماهية المرافق العامة والمحافظة عليها.</li> <li>• يتعامل بصورة صحيحة مع المرافق العامة للمجتمع.</li> <li>• يتعرف على بعض أساليب التواصل الآمن مع الأقران والغرباء.</li> <li>• يتبع بعض أساليب التواصل الإيجابي مع الأقران والغرباء ويقدر أهميتها.</li> </ul>	<p>التعامل الإيجابي مع المرافق العامة</p> <p>التواصل مع الآخرين (الأقران والغرباء)</p>	<p>رابعًا: الحياة المجتمعية</p>
<p>التواصل التعاون والمشاركة التفكير الإبداعي والتفكير الناقد الكفاية اللغوية الكفاية العددية حلّ المشكلات</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يكتشف المواهب التي يمتلكها ويسعى لتنميتها.</li> <li>• يوائم بين موهبته ومهنة المستقبل.</li> </ul>	<p>تنمية المواهب والهوايات</p>	<p>خامسًا: الحياة المهنية</p>

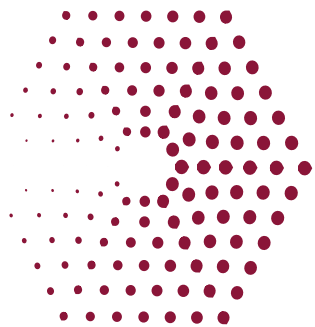
## مقترحات لأنشطة المهارات الحياتية للمرحلة التأسيسية:

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
أولاً: الحياة الشخصية	1. التكيف مع الآخرين والأنظمة بالمدرسة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يتعرف على معلمه وزملائه داخل الصف.</li> <li>• يعرّف بنفسه أمام الآخرين.</li> <li>• يعبر عن مشاعره بشكل إيجابي ويقدر أثرها على حياته وعلى الآخرين.</li> </ul>
العنوان	جسور التواصل	
التهيئة	عرّف بنفسك: اطلب من كل طالب التحدث عن نفسه وعن أسرته وبيئته والأشياء المفضلة لديه، وأن يعبر عن مشاعره بشكل إيجابي، ويتحدث عن زملائه المفضلين بالصف وسبب اختياره لهم.	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تصميم بطاقة تعريفية: تصميم كل طالب بطاقة تعريفية عن نفسه وأسرته وصفه ومعلمه وزملائه.</li> <li>• جولة مدرسية: أخذ الطلبة في جولة حول المدرسة للتعرف على مرافقها أو زيارة أحد الصفوف العليا، وتنفيذ نشاط مشترك بين الطلبة في الصف أو في الاستراحة مثل: (إعداد البطاقات التعريفية، أو بطاقات التحية، أو بطاقة شكر، أو إلقاء أنشودة تعليمية ...).</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشودة تعليمية</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cJkOwnGSYM4">https://www.youtube.com/watch?v=cJkOwnGSYM4</a></li> </ul>



المجال	الموضوع	نتائج التعلم
أولاً: الحياة الشخصية	2. العمل ضمن فريق كعضو وقائد	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعرف ماهية العمل ضمن فريق.</li> <li>• يستنتج أهمية الالتزام بأخلاقيات ومهارات المشاركة كعضو ضمن فريق ويقدر قيمة العمل.</li> <li>• يطبق مهارات المشاركة.</li> </ul>
العنوان	معًا لنفوز	
التهيئة	سرد القصص الجماعية: اجعل الطلبة يجلسون في دائرة، وابدأ بسرد قصة قصيرة، ثم اطلب من كل طالب إضافة كلمة أو جملة واحدة إلى القصة؛ لتطوير فكرة مشتركة، وتوضيح أهمية العمل كفريق لإكمال المهام.	
الأنشطة المقترحة	<p>تصميم أنشطة تفاعلية وألعاب جماعية تتطلب التعاون، مما يعزز قدرتهم على العمل معًا لتحقيق هدف مشترك، مثل:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ لعبة الجري في الأكياس: يحتاج الطلبة إلى العمل كفريق للفوز في اللعبة.</li> <li>❖ لعبة السباق التعاوني: يتعين على الطلبة العمل كفريق لنقل كرات أو أكياس من نقطة إلى أخرى دون إسقاطها.</li> <li>❖ تحدي البناء: تقديم مجموعة من المواد والأدوات للطلبة مثل: (الطين، والمكعبات، والأوراق)، واطلب منهم بناء نموذج معين مثل: (منزل أو جسر...) مع تحديد الأدوار والمهام لكل طالب، وتشجيعهم على تبادل الأفكار والعمل معًا لتنفيذ خططهم.</li> <li>❖ لعبة البحث عن الكنز: يحتاج الطلبة إلى العمل كفريق للعثور على "الكنز المخفي" باستخدام أدلة مختلفة.</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	• فيديو توعوي	• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gN5QKoU94yE">https://www.youtube.com/watch?v=gN5QKoU94yE</a>
	• أنشودة تعليمية	• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Rki-z1icqFU">https://www.youtube.com/watch?v=Rki-z1icqFU</a>

نتائج التعلم	الموضوع	المجال
<ul style="list-style-type: none"> <li>• يميز بين الغذاء الصحي وغير الصحي.</li> <li>• يقدر أهمية تناول الغذاء الصحي.</li> <li>• يُعدّ وجبة غذائية صحية خفيفة ويراعي آداب تناولها.</li> </ul>	1. سلامة الغذاء والتعامل الإيجابي معه	ثانيًا: الحياة الأسرية
مغامرتي مع الطعام الصحي		العنوان
أنشطة القصة التفاعلية: اقرأ للطلبة قصصًا تتناول موضوعات حول سلامة الغذاء والتعامل معه بشكل إيجابي، وتشجيعهم على تناول الغذاء الصحي مع مراعاة آداب تناول الطعام.		التهيئة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• سباق الطعام الصحي: وضع صورٍ أو نماذجٍ من الأطعمة الصحية وغير الصحية على الأركان. بحيث يجمع الطلبة فقط الأطعمة الصحية في سلالهم بأسرع وقت ممكن ضمن فريق، والفريق الفائز هو الذي يجمع أكبر عدد من الأطعمة الصحية.</li> <li>• ورشة عمل تحضير الطعام: تحضير وجبات بسيطة وصحية مثل: (إعداد شطيرة، طبق فاكهة...).</li> </ul> <p>يمكن أن تشمل الأنشطة على: رسم الوجبات، غسل الفواكه والخضراوات، ترتيب الطعام، وتناول وجبات صحية مع التركيز على النظافة وتوضيح آداب تناول الطعام.</p>		الأنشطة المقترحة
المصدر المساند	نوع المصدر المساند	مصادر مساندة مقترحة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=x1E_78mS7cE">https://www.youtube.com/watch?v=x1E_78mS7cE</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Fa3giR1vnlo">https://www.youtube.com/watch?v=Fa3giR1vnlo</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشودة تعليمية</li> </ul>	



المجال	الموضوع	نتائج التعلم
ثانيًا: الحياة الأسرية	2. العناية بالمنزل وتجميله	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوضح بعض السلوكيات الصحيحة في تنظيف البيت ويدرك أهميتها.</li> <li>• يستخدم أدوات التنظيف بشكل صحيح.</li> <li>• ينظم أدوات البيت وأثاثه.</li> <li>• يصنع مشغولة جمالية لتزيين البيت.</li> </ul>
العنوان	رحلتي إلى عالم التنظيم	
التهيئة	التعلم عبر القصص: اقرأ للطلبة قصصًا عن العناية بالمنزل والنظافة، ثم ناقش معهم كيف يمكنهم المساعدة في جعل منازلهم أكثر جاذبية ونظافة.	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تنظيم الملابس: استخدم صناديق ملونة أو سلال لتعليم الطلبة كيفية تنظيم الملابس في الخزائن أو الأدراج، ويمكن إضافة ملصقات؛ لتحديد أنواع الملابس أو الألوان.</li> <li>• جلسات تزيين للعيد أو المناسبات: تنظيم نشاط يتعلق بتزيين المنزل للمناسبات كالأعياد أو المناسبات الخاصة، حيث يمكن للطلبة صنع زينة أو بطاقات تهنئة.</li> <li>• تزيين الغرف: استخدام ملصقات حائطية ملونة، أو وضع زينة بسيطة كالأضواء الصغيرة أو الأشربة الملونة؛ لتزيين غرفهم.</li> <li>• سحر تنظيم الفوضى: وضع أدوات مبعثرة في وسط المجموعة وتوجيه المجموعات لتحويل الفوضى إلى أدوات منظمة باستخدام طرق بسيطة وممتعة.</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشودة تعليمية</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=3hmUuQ0LL4">https://www.youtube.com/watch?v=3hmUuQ0LL4</a></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=fAGYKj3AyTA">https://www.youtube.com/watch?v=fAGYKj3AyTA</a></li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=CAcTQItGCOK">https://www.youtube.com/watch?v=CAcTQItGCOK</a></li> </ul>

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
ثانيًا: الحياة الأسرية	3. التعامل مع الفئات الخاصة (كبار القدر - ذوي الإعاقة)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يعرف كيفية التعامل الإيجابي مع كبار القدر وذوي الإعاقة.</li> <li>• يطبق إجراءات التعامل الإيجابي مع كبار القدر وذوي الإعاقة.</li> </ul>
العنوان	كُن عونًا	
التهيئة	<p>قصص وكتب تعليمية: استخدم قصصًا وكتبًا تتناول موضوعات عن كبار القدرين وذوي الإعاقة. وناقش مع الطلبة كيفية التعامل معهم بلطف واحترام مع توضيح التحديات التي يواجهونها وكيفية تقديم المساعدة وربطها بحياة الطلبة.</p>	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشطة تفاعلية: تنظيم ألعاب تعليمية أو تمثيلية صغيرة أو ورش عمل حيث يمثل الطلبة أدوارًا لكبار القدر أو طلبة ذوي الإعاقة. يمكنهم تجربة كيفية استخدام الكراسي المتحركة أو النظارات؛ لتجربة ما يشعر به الآخرون وكيف يمكنهم تقديم المساعدة والدعم للآخرين.</li> <li>• استضافة مؤسسات مجتمعية (إن أمكن): تنظيم استضافة لإحدى المؤسسات أو مراكز تعنى بكبار القدر أو ذوي الإعاقة، ويمكن للطلبة التفاعل معهم ومشاركة الأنشطة، مثل قراءة القصص أو أداء عروض صغيرة.</li> <li>• مشاريع تطوعية بسيطة: تنظيم مشاريع تطوعية بسيطة مثل صنع بطاقات تهنئة لكبار القدر وذوي الإعاقة؛ لتعريف الطلبة بأهمية العطاء والمشاركة.</li> </ul>	
مصادر مساعدة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=piMIVJTIvtw">https://www.youtube.com/watch?v=piMIVJTIvtw</a></li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=A2rtQNK4Nps">https://www.youtube.com/watch?v=A2rtQNK4Nps</a></li> </ul>

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
ثالثًا: الحياة الصحية الآمنة	1. النظافة الشخصية والخدمات الصحية	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يوضح بعض طرائق العناية بالنظافة الشخصية ويقدر أهميتها للوقاية من المشكلات الصحية.</li> <li>• يبين الخدمات الصحية المتوفرة في مجتمعه ويقدر أهميتها للآخرين.</li> </ul>
العنوان	نظافتي عنواني	
التهيئة	<p>قصص صحية تفاعلية: اقرأ للطلبة قصصًا تحتوي على شخصيات تهتم بالنظافة الشخصية والاهتمام بالصحة، وناقش معهم الدروس التي تعلموها من القصص وطرق تطبيقها في حياتهم اليومية مع توضيح أهمية الخدمات الصحية المتوفرة في المجتمع.</p>	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• لعبة زيارة الطبيب: تنظيم تمثيلية عن زيارة الطبيب أو طبيب الأسنان، واستخدام ألعاب طبية بلاستيكية آمنة مثل السماعات أو أدوات فحص الأسنان؛ لتعزيز فهمهم للزيارات الطبية.</li> <li>• جلسات توعوية: تنظيم زيارة لمرض المدرسة أو استضافة زائر من خارج المدرسة وإجراء جلسات توعوية حول كيفية التعامل مع الأمراض البسيطة، مثل نزلات البرد أو السعال، وأهمية إخبار الوالدين عند الشعور بالمرض، ويمكن استخدام نموذجًا تعليميًا؛ لتوضيح أنه لا ينبغي تناول الأدوية إلا بمساعدة الكبار.</li> <li>• غسل اليدين وتنظيف الأسنان: استخدم ألعابًا بلاستيكية آمنة حول أهمية غسل اليدين وتنظيف الأسنان، مثل فيديوهات تعليمية أو قصص تفاعلية، واجعل الطلبة يتدربون على كيفية غسل اليدين وتنظيف الأسنان بشكل صحيح باستخدام الماء والصابون والمعجون، كما يمكن استخدام دُمي لتوضيح الخطوات.</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أنشودة تعليمية</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=sw2Q7tER59U">https://www.youtube.com/watch?v=sw2Q7tER59U</a></li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MObf5Io8quc">https://www.youtube.com/watch?v=MObf5Io8quc</a></li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=WGS0YZVfQLo">https://www.youtube.com/watch?v=WGS0YZVfQLo</a></li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=dzsjTAVnARQ&amp;t=2s">https://www.youtube.com/watch?v=dzsjTAVnARQ&amp;t=2s</a></li> </ul>

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
ثالثًا: الحياة الصحية الآمنة	2. مبادئ الأمن والسلامة في المنزل والمدرسة والطريق والتصرف الصحيح عند الطوارئ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يبين مبادئ الأمن والسلامة في المنزل والمدرسة والطريق ويلتزم بها.</li> <li>• يحمي نفسه بطريقة آمنة.</li> <li>• يميز مصادر الخطر في بيته ومدرسته وطريقه وكيفية التعامل معها.</li> <li>• يطبق إجراءات الإخلاء والتبليغ بطريقة صحيحة.</li> </ul>
العنوان	سلامتي مسؤوليتي	
التهيئة	أنشطة أمان المدرسة: استخدم قصصًا أو رسومًا توضيحية عن قواعد الأمان في المدرسة، مثل عدم الجري في الممرات، واحترام قواعد الفصول الدراسية، وركوب الحافلات مع توضيح أهمية هذه القواعد والقوانين لسلامة الطلبة.	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• لعبة سلامة المنزل: استخدم قصصًا أو صورًا أو نماذج صغيرة لمناطق في المنزل؛ للتعرف على أخطار السلامة المنزلية مثل: (المطبخ، الحمام، والأسطح العالية، الموقف المنزلي للسيارة...)، واطلب من الطلبة تحديد الأماكن التي يجب تجنبها أو كيفية التعامل معها بأمان، مثل عدم لمس المقابس الكهربائية أو عدم اللعب بأدوات حادة.</li> <li>• خطة الإخلاء: قم بعمل تمارين إخلاء بسيطة في المدرسة، مع شرح للطلبة كيفية التصرف السليم عند سماع صفارات الإنذار، وجعلها تجربة ممتعة ومكررة؛ لتعزيز الذاكرة.</li> <li>• طريقي أمني: إعداد مشاهد مسرحية أو عروض تمثيلية تتناول مشاهد تتعلق بالسلامة المرورية والسلوكيات الصحيحة والخاطئة على الطريق مثل: (عبور الطريق، اتباع إشارات المرور...).</li> <li>• أنشطة التعرف على الأرقام: استخدم بطاقات تعليمية تحتوي على أرقام الطوارئ مثل: (رقم الشرطة، الإطفاء، والإسعاف)، واطلب من الطلبة التعرف عليها وترديدها، وناقش معهم الحالات التي يحتاجون فيها للاتصال بهذه الأرقام.</li> <li>• استضافة مؤسسات مجتمعية (إن أمكن): دعوة خبراء في السلامة المرورية لإلقاء محاضرات توعوية عن تأثير الحوادث المرورية على الأفراد والمجتمعات مثل: (شرطي المرور أو الإنقاذ) والإجابة عن الأسئلة والمشاركة في الأنشطة.</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=fglYQiYKCGQ">https://www.youtube.com/watch?v=fglYQiYKCGQ</a></li> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IOthwlbGocM">https://www.youtube.com/watch?v=IOthwlbGocM</a></li> </ul>

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
رابعًا: الحياة المجتمعية	1. التعامل الإيجابي مع المرافق العامة	<ul style="list-style-type: none"> <li>يعرف ماهية المرافق العامة والمحافظة عليها.</li> <li>يتعامل بصورة صحيحة مع المرافق العامة للمجتمع.</li> </ul>
العنوان	أبطال الأمان	
التهيئة	<p>رحلة في الحيّ: تنظيم زيارة افتراضية للمرافق العامة عن طريق استخدام مقاطع فيديو تعليمية أو عروض تقديمية تفاعلية لعرض كيفية استخدام المرافق العامة مثل: (الحدائق، المكتبات، ودورات المياه، والحافلات...)، ومناقشة الطلبة في كيفية التصرف بأدب واحترام في هذه الأماكن مثل: عدم إحداث الضوضاء أو عدم تلويث الأماكن.</p>	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>لعبة الأبطال الصغار: تنظيم لعبة تفاعلية يتقمص فيها الطلبة أدوارًا "الأبطال الصغار" الذين ينظفون ويحافظون على نظافة المكان، ويستخدمون أدوات تنظيف صغيرة وآمنة وألعاب تفاعلية لمحاكاة هذا الدور.</li> <li>سلامة المرافق العامة: إنشاء أنشطة تعليمية توضح أهمية عدم إتلاف المرافق العامة، مثل: استخدام الأسطح بشكل صحيح وعدم الكتابة على الجدران، الاستخدام الآمن للحافلات، ويمكنهم عمل ملصقات تحث على استخدام المرافق العامة بحذر واحترام.</li> <li>أبطال الأمان: تنظيم ورشة عمل يقوم بها الطلبة بإنشاء ملصقات توعية حول الأمان والنظافة في المرافق العامة، ويمكنهم رسم لافتات أو كتابة نصائح حول كيفية استخدام المرافق العامة بشكل آمن ومحترم.</li> <li>مسابقة تحدي النظافة: تنظيم مسابقة بعنوان "تحدي النظافة" أسبوعيًا يتابع الطلبة كيفية الحفاظ على نظافة الأماكن التي يستخدمونها في المدرسة، وتقديم شهادات أو مكافآت للأداء الجيد.</li> </ul>	
	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
مصادر مساندة مقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>أنشودة تعليمية</li> <li>فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=gf0V9ws9Kfg">https://www.youtube.com/watch?v=gf0V9ws9Kfg</a></li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=f0nYxFY-WJg">https://www.youtube.com/watch?v=f0nYxFY-WJg</a></li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=fAGYKj3AyTA">https://www.youtube.com/watch?v=fAGYKj3AyTA</a></li> <li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=KDWmOr0WhaQ">https://www.youtube.com/watch?v=KDWmOr0WhaQ</a></li> </ul>

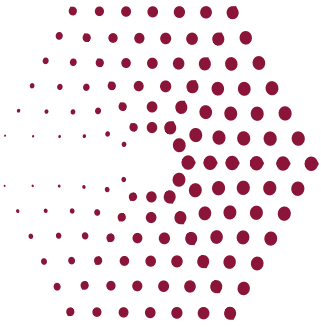
المجال	الموضوع	نتائج التعلم
رابعًا: الحياة المجتمعية	2. التواصل مع الآخرين (الأقران والغرباء)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يتعرف على بعض أساليب التواصل الآمن مع الأقران والغرباء.</li> <li>• يتبع بعض أساليب التواصل الإيجابي مع الأقران والغرباء ويقدر أهميتها.</li> </ul>
العنوان	كن حذرًا	
التهيئة	<p>أنشطة تفاعلية: استخدم مقاطع فيديو تعليمية أو عروض تقديمية تفاعلية لعرض كيفية التواصل الآمن والمناسب مع الأقران، وتوضح مخاطر التعامل مع الغرباء، وتعرض قصصاً حقيقية عن تجارب سلبية وكيف تم التعامل معها بشكل صحيح، مع تعزيز الثقة والوعي في مثل هذه المواقف.</p>	
الأنشطة المقترحة	<ul style="list-style-type: none"> <li>• جلسات نقاشية حول الأمان: تنظيم جلسات جماعية يتبادل فيها الطلبة أفكارهم وتجاربهم حول التواصل الآمن مع الأقران والغرباء، وطرح الأسئلة المحفزة لمناقشة طرق وأساليب الأمان والتحديات المحتملة مع تدريبهم على قراءة لغة الجسد والتعرف على الإشارات المريحة أو المربكة عند التفاعل مع الغرباء.</li> <li>• لعبة من هو الغريب: تنظيم مواقف تمثيلية ولعب الأدوار لتعليم الطلبة كيفية تقييم مواقف الأقران والغرباء الذين قد يكون لديهم نوايا سيئة، والتمييز بينهم وبين الأشخاص ذوي الثقة، وما إذا كانوا يشكلون تهديدًا أو يمكن الوثوق بهم في مواقف معينة، وكيفية طلب المساعدة عند الحاجة، مثل: التحدث إلى الأهل أو المعلم أو الشرطة في حالة الشعور بالخطر.</li> </ul> <p>ورشة عمل عن الاحتيال الإلكتروني: توعية الطلبة حول مخاطر الاحتيال الإلكتروني لتوضيح كيفية التعامل مع الغرباء عبر الإنترنت، مثل طلبات الصداقة أو الرسائل من أشخاص غير معروفين، والتأكيد على عدم مشاركة المعلومات الشخصية.</p>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• فيديو توعوي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Mo72S89Zh50">https://www.youtube.com/watch?v=Mo72S89Zh50</a></li> </ul>

المجال	الموضوع	نتائج التعلم
خامسًا: الحياة المهنية	1. تنمية المواهب والهوايات	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يكتشف المواهب التي يمتلكها ويسعى لتنميتها.</li> <li>• يوائم بين موهبته ومهنة المستقبل.</li> </ul>
العنوان	أنا موهوب	
التهيئة	رحلة افتراضية: تنظيم رحلة افتراضية يتم فيها عمل جولات في الطبيعة أو رحلات استكشافية في الهواء الطلق وعرض أنشطة متنوعة عن المواهب والهوايات في المرحلة التأسيسية، واستكشاف مواهبهم وهواياتهم بطرق ممتعة وملهمة، مما يعزز تطوير مهاراتهم ويشجعهم على التعبير عن أنفسهم.	
الأنشطة المقترحة	<p>تنظيم أركان متنوعة تمكن الطلبة من التعبير عن إبداعهم واكتشاف مواهبهم وهي كالاتي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ ورشة الفنون والحرف: يمكن للطلبة تجربة الرسم، التلوين، التشكيل بالعجين، أو صنع الحرف اليدوية.</li> <li>❖ التمثيل الدرامي: يتقمص الطلبة أدوارًا مختلفة ويؤدون مشاهد قصيرة أو قصصًا مع توفير ملابس وإكسسوارات؛ لجعل التجربة أكثر تشويقًا.</li> <li>❖ أنشطة الطهي البسيطة: تنظيم أنشطة طهي بسيطة مثل صنع شطائر أو كعك صغير، ودع الطلبة يشاركون في عملية التحضير ويستكشفون المكونات المختلفة.</li> <li>❖ أنشطة بناء المهارات اليدوية: استخدم مكعبات البناء، والألعاب التي تعتمد على التركيب، وشجع الطلبة على بناء أشياء جديدة واستخدام خيالهم.</li> <li>❖ أنشطة الحرف البيئية: استخدم مواد وأدوات؛ لإعادة تدويرها كصنع أعمال فنية من علب الكرتون. واستخدام خيالهم لإنشاء أشياء جديدة من المواد المستعملة.</li> <li>❖ صنع المجوهرات: استخدم خرزًا ملونًا وخيوطًا بسيطة لعمل مجوهرات مثل الأساور أو العقود، وتصميم قطعهم الخاصة واكتشاف أذواقهم الشخصية.</li> <li>❖ التدوين والكتابة الإبداعية: توفير دفاتر ملاحظات أو أوراق خاصة للطلبة؛ ليكتبوا فيها قصصهم أو يدونوا أفكارهم، ويمكن للطلبة رسم أو كتابة مغامرات خيالية أو تجاربهم اليومية.</li> </ul>	
مصادر مساندة مقترحة	نوع المصدر المساند	المصدر المساند
	• أنشودة تعليمية	• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ajyvUOAY1fI">https://www.youtube.com/watch?v=ajyvUOAY1fI</a>
	• فيديو توعوي	• <a href="https://www.youtube.com/watch?v=gLqvS8jLZBw">https://www.youtube.com/watch?v=gLqvS8jLZBw</a>

وفي ختام هذا الدليل الإرشادي للمهارات الحياتية والمهنية في المرحلة التأسيسية، نؤكد على أهمية تنمية وتعزيز المهارات الأساسية في هذه المرحلة الحاسمة من حياة الطلبة. فكل مهارة تُكتسب تُسهم في بناء أساس قويّ

يساعد أبناءنا الطلبة على التكيف والتفاعل بشكل إيجابي مع بيئتهم، وتقديم الدعم والرعاية الكافية؛ لتسهم في تنمية شخصياتهم وتعزيز قدراتهم على مواجهة تحديات المستقبل.

ونتمنى أن يكون هذا الدليل مرجعًا مفيدًا ومصدر إلهامٍ لكل من يسعى لتطوير المهارات الحياتية للطلبة، وتعزيز نموهم في هذه المرحلة المهمة، ونتطلع إلى رؤية تأثير هذا العمل في تحسين جودة حياة الطلبة وتنمية قدراتهم؛ لتحقيق النجاح في مختلف جوانب الحياة.



- وثيقة معايير مادة المهارات الحياتية (1-9)، المديرية العامة لتطوير المناهج، وزارة التربية والتعليم، سلطنة عمان.
- منهج المهارات الحياتية والأسرية للصف الأول الابتدائي الفصل الدراسي الثاني 2023، وزارة التعليم، المملكة العربية السعودية.

## فريق الإعداد والاعتماد:

### إعداد فريق إدارة التعليم المبكر

أ.نسرین محمود

أ.عائشة الرويلي

أ.لبنى الغوطي

أ.عزة شراقي

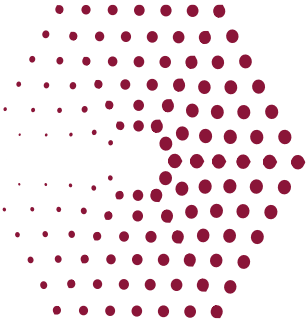
أ. نشوى خلف الله

### مراجعة وتدقيق واعتماد فريق إدارة المناهج الدراسية ومصادر التعلم

أ. عبير البوعينين

أ. هناء المهتمدي

قطاع شؤون التعليم وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي





تم تحميل هذا الملف من موقع منتديات صقر الجنوب

للدخول على الموقع انقر هنا

لمزيد من الملفات ابحث عن

# Search

منتديات صقر الجنوب المنهاج القطري



المنهاج القطري



Qatar@jnob-jo.com



+962 799238559

نعمل بجد لتقديم تعليم متميز يحقق طموحات المستقبل.