



المركز التربوي للبحوث والإنماء



وزارة التربية والتعليم العالي

التربية من أجل
التنمية المستدامة
صحتي ثروتتي

الرزمة التعليمية - رقم ٢

العام الدراسي ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩

صفوف الحلقة الثانية - القسم الانكليزي



التربية من أجل التنمية المستدامة صحتي ثروتي

الرزمة التعليمية - رقم ٢

العام الدراسي ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩

صفوف الحلقة الثانية - القسم الانكليزي

التربية من أجل التنمية المستدامة

تشكل التربية من أجل التنمية المستدامة بأبعادها الاقتصادية والثقافية / الاجتماعية والبيئية والسياسية التحدي الأكبر أمامنا في هذا القرن كما تعتبر الضمانة للأجيال الحالية والقادمة، غايتها الإنسان بمختلف مكونات شخصيته وأبعادها.

وبما أن التربية المدرسية والمجتمعية هي الأساس في توعية الإنسان الفرد وتوجيهه بما فيها خيره الشخصي والخير العام،

وانسجماً مع المرحلة الثانية من عقد التربية من أجل التنمية المستدامة، وعنوانها "مرحلة الالتزام والبناء" (من عام ٢٠٠٨ إلى عام ٢٠١١) والتي تهدف إلى استخدام العملية التربوية في تحقيق التنمية المستدامة، ما يتطلب إحداث نقلة نوعية في التعليم بمشاركة فاعلة وإيجابية من جميع الشركاء المعنيين بالتنمية المستدامة،

وانطلاقاً من مضمون البيان الوزاري وتوجهات معالي وزيرة التربية والتعليم العالي النائب بهية الحريري للسير قدماً في هذا المشروع الوطني الرائد، نظراً لأهدافه الإيجابية المتوخاة على المستويات الفردية والاقتصادية والاجتماعية والوطنية.

وحيث ان الالتزام والعمل البناء يتحققان من خلال التعريف والتوعية على أهمية التنمية المستدامة لكل إنسان ولكل مجتمع، من خلال منهج شامل يؤكد على تنمية المعارف والمهارات اللازمة للوصول إلى مستقبل مستدام.

لذلك فإننا نرى بأن المدخل الحقيقي هو اعتماد خطة عمل واضحة ورائدة، تنطلق من رؤية تربوية شاملة ومستقبلية، وترتكز على أبعاد التنمية المستدامة ومفاهيمها المختلفة، وتتسجم مع المناهج التربوية والمواد الأكاديمية التعليمية، هدفها صياغة أنشطة تعليمية/تعليمية تعتمد مقاربات تربوية متنوعة وملائمة، وتنفذ داخل المدرسة وخارجها، بمشاركة وتعاون جميع الأقرقاء العاملين في القطاع التربوي ولاسيما المعلمين لتأمين تفاعل إيجابي وديناميكي.

كما تشتمل الخطة إقامة ورش عمل ولقاءات تنفذ في المجال الوطني والاجتماعي تشارك فيها مختلف قطاعات المجتمع المحلي وجمعيات ومؤسسات وهيئات ومنظمات محلية وإقليمية هدفها نشر ثقافة التنمية المستدامة وتوعية المجتمع المحلي على أهمية هذا الموضوع معتمدين التنسيق والتشبيك في تبادل الخبرات واستثمار جميع الإمكانيات المتوفرة لتحقيق مستقبل مستدام للتمتع به.

وعليه، ونتيجة الاجتماعات الموسعة التي عقدت برعاية معالي وزيرة التربية والتعليم العالي، قام المركز التربوي للبحوث والإنماء، بوضع رزم تعليمية/تعليمية لكل حلقة من حلقات التعليم الأساسي تتضمن أنشطة تتسجم مع المواد الأكاديمية وتهدف إلى توعية التلامذة وإكسابهم المعلومات والمهارات والاتجاهات المرتبطة بالتنمية المستدامة.

وإننا إذ نضع بين أيديكم الرزمة الثانية من مجموعة الرزم الموجهة للحلقات الثلاث من مرحلة التعليم الأساسي بغية اعتمادها خلال العام الدراسي ٢٠٠٨-٢٠٠٩. نأمل أن نوفق في عملنا هذا، وأن نحقق ما نصبو وإياكم إليه، لأن أهدافنا واحدة: الإنسان في لبنان وخير المجتمع ومستقبل الوطن.

رئيسة المركز التربوي للبحوث والإنماء

إلى فياض

الرزمة التعليمية :

على تميمتها. ويتضمن كل نشاط تعليمي أو تطبيقي أو تقييمي مجموعة من المستندات والصور والوسائل التربوية المرافقة والتي ترتبط مباشرة بأهداف الأنشطة ومضامينها حيث يتم استغلالها وتطبيقها بأسلوب تربوي شيق وهادف لتحقيق الأهداف المرسومة.

الأنشطة المقترحة :

يضم كل نشاط مقترح مجموعة متدرجة من النقاط حيث تبتدئ بالعنوان وتنتهي بامتداد النشاط أو باستثماره مروراً بالمادة التعليمية والوقت والأهداف التربوية وخطة سير النشاط والاستراتيجيات المتبعة وعمل التلاميذ وتفاعلهم في كل خطوة من خطواته. وتتناغم بنية النشاط المقترح مع نظرية البنائية المعرفية والبنائية الاجتماعية التي تنطلق من معرفة التلاميذ ومعلوماتهم من خلال وضعيات متنوعة وعمل فريقي لتطوير معلوماتهم وخبراتهم وصولاً إلى بناء معرفتهم بأنفسهم عن طريق أعمالهم ونشاطاتهم وخبراتهم المكتسبة.

تطبيق الأنشطة :

إن عملية تطبيق الأنشطة سهلة وبسيطة، إذا كان المعلم صاحب خبرة في مجال الطرائق الناشطة أو في اعتماد تقنيات التنشيط والعمل الجماعي في تعليمه الصفي. كما يستطيع أي معلم أن يطبقها دون صعوبات تذكر إذا قرأ الرزمة أولاً بكاملها وتعرّف إلى الأنشطة وخطوات تنفيذها وحاول أن يتصور ذهنياً تدرج هذه الخطوات بشكل متسلسل حتى يصل إلى تحقيق الأهداف النهائية من كل نشاط.

وعلى المعلم، مهما كان اختصاصه، أو المادة التي يعلمها، أن يجعل من تطبيق هذه الأنشطة عملاً حيوياً وناشطاً بحيث لا يطفئ دوره وكلامه على دور التلامذة وكلامهم. وعليه أن يجعل من بيئة الصف مجتمعاً مصغراً يسوده

هي مجموعة من الأنشطة التعليمية التعلّمية الموجهة إلى مجموعة من التلاميذ أو مجموعات من الشباب يعملون معاً، لتزويدهم بمعلومات وإكسابهم مهارات واتجاهات ترتبط بموضوع الصحة للفرد والمجتمع والبيئة الكونية بما يخدم أهداف التنمية المستدامة بمختلف أبعادها.

خلفية الرزمة :

إن صحة الفرد والكوكب هي مكون أساسي من مكونات التنمية المستدامة، كما تعتبر الأمراض والأوبئة التي تصيب الإنسان على مستوى كوكب الأرض والوطن، عنصراً رئيساً من عناصر التنمية المستدامة تؤثر في المستويات الاجتماعية والاقتصادية والبيئية، وتجعل صحة الكوكب والإنسان معرّضين إما للفناء أو للتغيرات السلبية المتسارعة، مع ما يستتبع ذلك من تداعيات ومشكلات قد يصعب مواجهاتها ووضع الحلول المناسبة لها.

والتربية من حيث إنها العملية الأساسية الهادفة إلى تنشئة شابات المستقبل وشبانهم وتوعيتهم وإكسابهم المهارات اللازمة للاهتمام بصحتهم وصحة مجتمعهم وبيئتهم وعالمهم لتأمين التوازن المطلوب بين حاجاتهم الحالية وحاجاتهم المستقبلية، فقد وضعنا هذه الرزمة من النشاطات المتكاملة المرتبطة بمجموعة من المواد الأكاديمية والمستندة إلى مفاهيم التنمية المستدامة وتوجهنا بها إلى المعلمين لتطبيقها مع التلاميذ مباشرة لتوعيتهم وإكسابهم المهارات والاتجاهات المناسبة من أجل تحقيق التنمية المستدامة.

مكونات الرزمة :

تحتوي هذه الرزمة على عدد من الأنشطة التي تؤمّن تحقيق الترابط بين مفاهيم التنمية المستدامة المتوافرة في مضامين المواد الأكاديمية وبين القدرات والمهارات الفكرية والجسدية والانفعالية التي تعمل هذه الأنشطة

مناخ من الاستقرار والتفاعل والأمان والإبداع، حتى يفسح في المجال للتلميذ / المتعلم ان يشارك بفاعلية، وان يعبر عن رأيه بصراحة وجرأة دون شعور بالخوف أو القلق، وان يتبادل الخبرة والمعلومات مع زملائه ومعلميه بتواضع وثقة، وان يُنتج أو يُبدع في جو من الأمان والحرية.

مضمون الأنشطة :

ان العنوان المعتمد لجميع الأنشطة في الرزمة واحد، فنراه يتكرر في كل نشاط ويعود ذلك إلى وحدة الموضوع المشترك بين الأنشطة، لكن المضمون يتغير انسجاماً مع محتوى المادة التعليمية والمفاهيم المرتبطة بها. وهذا يعني بأن مجموعة الأنشطة الموجودة في الرزمة التعليمية تؤدي إلى تحقيق أهداف خاصة بكل نشاط وفي الوقت عينه إلى تحقيق الأهداف العامة للرزمة ككل بعد تطبيقها، أي ان الأنشطة قد ترتبط وتتكامل مع بعضها بشكل شمولي لتطوير المهارات والمعلومات والاتجاهات وتعزيزها.

تقييم الأنشطة :

لقد اعتمدنا في تطبيق الأنشطة مع المتعلمين مبدأ التقييم التكويني، أي التصحيح الفوري للمتعمّل في مساره التعليمي، بحيث يصحح أخطاءه مباشرة ويكمل عمله. كما ان الأنشطة، ويتبين ذلك في أثناء التنفيذ، قد اعتمدت وصول المتعلم إلى اكتساب المفاهيم والمهارات بنفسه ومن خلال خبراته المكتسبة عن طريق تفاعله مع الآخرين ومع مصادر المعرفة المختلفة، ما يجعل المتعلم قادراً وبطريقة عفوية وتلقائية على تقييم نفسه وتصحيح مساره والحكم على أدائه ونتاجه من دون الاستناد إلى أدوات التقييم ووسائلها التقليدية. مع العلم بأننا اعتمدنا بطاقة تقييم خاصة بالمعلم بعد تنفيذ الأنشطة المرتبطة بالمادة التي يعلمها، لتكون مرجعاً مهماً في إعادة النظر

بالأنشطة والطرائق المتبعة إذا أظهرت البطاقات مثل هذا التوجه. وتتناول هذه الاستمارة رأي المعلم وموقفه من الأنشطة وأهدافها ومنهجيتها والخطوات المعتمدة لتحقيق الأهداف، وإبداء الرأي حولها بغية إجراء التعديل أو التصحيح المناسبين في المراحل القادمة.

ملاحظة: إن رزم الأنشطة التعليمية / التعليمية ليست نهائية بل إنها وضعت بصيغتها الحالية لتكون مرحلة أولية تجريبية بحيث يصار بعدها إلى تنقيحها وتعديلها وإخراجها بشكلها النهائي في الفترات اللاحقة.

صحتي ثروتي





الموضوع: المحافظة على الصحة عنوان النشاط: بطاقتي الصحية

النشاط رقم ١

أهداف النشاط:

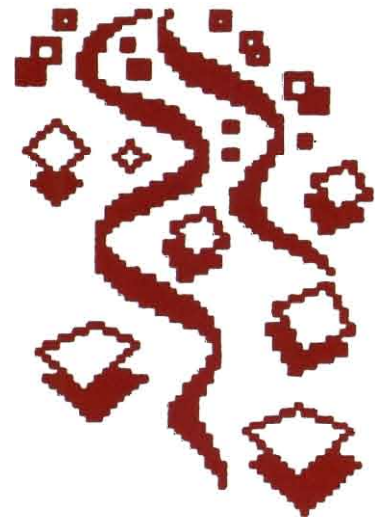
- مقارنة بين عوارض بعض الأمراض بغية الوقاية منها.
- تسجيل بعض الأحداث أو الوقائع في تسلسل تاريخي.
- تحضير البطاقة الصحية.

الوسائل التربوية المساندة:

- مستند ١: صور بعض الأولاد المصابين بأمراض مختلفة.
- مستند ٢: جدول اللقاحات.
- أقلام تلوين، مقص، أوراق بيضاء، غراء.

خطوات تنفيذ النشاط:

- ١- يبدأ المعلم بطرح مشكلة الأولاد المصابين ببعض الأمراض الشائعة. يوزع المستند ١ ويناقش معهم سبل الوقاية منها خاصة اللقاح.
- ٢- يشرح معنى الخط الزمني و يناقشه مع التلامذة.
- ٣- يضع الخط الزمني على اللوح على الشكل الآتي:



استثمار النشاط:

- تحضير البطاقة الصحية:
- يطلب من التلامذة إحضار نسخة عن دفتر اللقاحات الذي يخصهم وأن يضعوا بأنفسهم خطهم الزمني ليفهموا أهمية تسلسل اللقاحات وضرورة متابعتها للوقاية من الأمراض والحفاظ على الصحة.
- يكتب التلامذة تاريخ اللقاح ونوعه على الخط الزمني.

مستند ١ : صور * لبعض الأولاد المصابين بأمراض مختلفة



* بعض الصور أخذت من سلسلة أنا وصحتي.



مستند ٢ : جدول اللقاحات

العمر	اللقاح
ثاني وثالث ورابع شهر.	دفتيريا - كزاز - الشاهوق - الشلل (DTCP)
في عمر السنة.	الحصبة - أبو كعيب - الحصبة الألمانية (ROR).
في الشهر السادس عشر.	جرعة تذكيرية (DTCP).
في عمر ٦ سنوات.	جرعة تذكيرية (DTP).
من عمر ١١ سنة حتى ١٢ سنة .	جرعة تذكيرية (DTP) و جرعة تذكيرية ((ROR في عمر ١٢ سنة.
من عمر ١٦ سنة حتى ١٨ سنة .	جرعة تذكيرية (DTP).
كل عشر سنوات .	جرعة تذكيرية للكرزاز والشلل.

الموضوع: المحافظة على الصحة عنوان النشاط: كيف تكون مستهلكاً واعياً

النشاط رقم ٢



أهداف النشاط:

- يقرأ الملقق الخاص بالمحتويات ويشرحه.
 - يحلل المعلومات ويستخلص النتائج.
 - يتصرف كمستهلك واعٍ.
- ٤- يوزع المعلم المستند رقم ٢ على المجموعات ويطلب من كل مجموعة أن تجيب عن الأسئلة الآتية: ما هي المحتويات الأساسية؟ هل هناك نظام خاص يحدد الأسس المعتمدة للاصقة؟
- ماذا تعني إي (E) ١٠٢ أو ٩٣٤٠؟

الوسائل التربوية المساندة:

- مستند ١: جدول حول كمية السكر في بعض الأطعمة / المأكولات.
- مستند ٢: ملصقات خاصة بالمحتويات.

استثمار النشاط:

- يوضح المعلم أن البطاقة الخاصة بكل نوع من المأكولات الموجودة في الأسواق يجب أن تلتزم بإعطاء معلومات عن المحتويات الأساسية، تاريخ انتهاء مدة الصلاحية، طريقة الحفظ مع درجة الحرارة، ...
- يكتب الاستنتاج على اللوح:
- ترتب المحتويات بحسب الكمية: فيكون أول ما يرد في اللائحة هو العنصر الأهم من حيث الكمية (الترتيب التنازلي للكمية).
- باستطاعة المعلم ذكر الإضافات التي يرمز إليها بـ إي (E) ١٠٢ للملونات وإي (E) ٢٢٦ للمواد الحافظة.

خطوات تنفيذ النشاط:

- ١- يبدأ المعلم بشرح معنى الطعام الصحي.
- ٢- يقسم الصف الى مجموعات ويوزع نسخاً عن المستند رقم ١. يطلب منهم أن يضعوا ٧ ملاعق صغيرة من السكر في الصحن (وهو مقدار ما يوجد في زجاجة مرطبات غازية). يسألهم ما إذا كانوا يضعون ٧ ملاعق صغيرة من السكر في فنجان الشاي الذي يشربونه عادة.
- ٣- يناقش معهم إذا كانت المرطبات الغازية صحية أم لا. ويستنتج التلامذة أنها تحتوي على كثير من السكر وهي ليست صحية.

مستند ١ :

جدول يظهر كمية السكر الموجودة في بعض المأكولات



النوع	الكمية	عدد ملاعق (صغيرة)
شوكولاتة.	بسكوطة ١ (٢٦ غ)	١ ٣/٤
شوكولاتة بالحليب.	قطع صغيرة (٣٨ غ)	٣ ١/٢
شوكولاته.	قطعة (٤٥ غ)	٥ ١/٢
كولا.	عبوة أو قنينة (٣٣٠ مل)	٧
كورن فلاكس.	ملعقة صغيرة (٢٠ غ)	١/٤
مثلجات.	٣٠٠ غ	٩
كاشاب.	٣ ملاعق صغيرة (١٥ غ)	٣/٤

مستند ٢ :

المحتويات

سكر، روح الخل، قرنييط،
جزر، بصل، نشاء، تفاح، تفل
الشمندر، توابل.

المحتويات

ماء، رب البندورة، سكر، خل، ملح،
نشاء، توابل.

المحتويات

سكر، زبدة، الكاكاو، دقيق القمح،
حليب مقشود، حليب بودرة، ملح،
فانيليا.

المحتويات

فريز، ماء، سكر، مارغارين، بيض، زيوت
مشبعة، نشاء، ملونات، حامض الستريك،
مادة ملونة (إي (E) ١٠٢)، و(إي (E)
١٥٠، ١٦٠)، مادة حافظة (إي (E) ٢٢٦)
مادة مثبتة (إي (E) ٣٤٠).

Document 1: Pictures of children suffering from different diseases



Document 2: Immunization Schedule

AGE	VACCINES
From Birth	BCG (Tuberculosis) for infants with high risk.
2 months	Diphtheria, Tetanus, Whooping Cough, Polio (DTCP)
3 months	Diphtheria, Tetanus, Whooping Cough, Polio (DTCP)
4 months	Diphtheria, Tetanus, Whooping Cough, Polio (DTCP)
12 months	MMR (measles, mumps, rubella)
16 months	DTCP booster
6 years	DTP booster
About 11 years à 13 years	DTP booster, MMR booster about 12 years.
About 16 years à 18 years	DTP booster
Every 10 years	TP booster

Theme: Healthy, Wealthy and Wise

Title of Activity: Prepare Your Own Medical File

Activity 1

Activity Objectives:

- Compare health symptoms in an attempt to prevent some illnesses.
- Put events in chronological order.
- Prepare own medical file.

Supporting Materials:

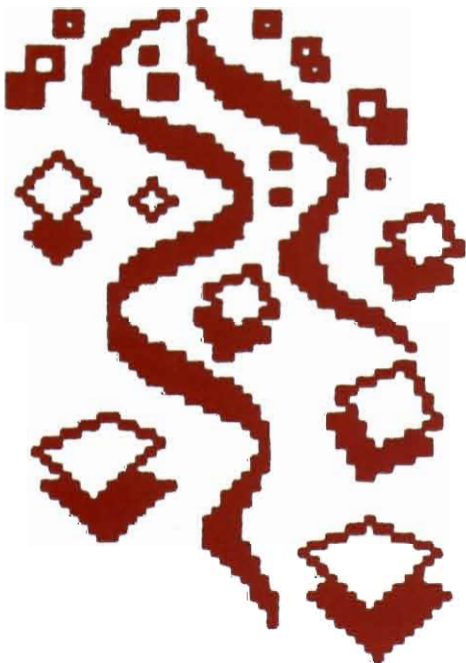
- Document 1: Pictures of children suffering from different diseases.
- Document 2: Immunization Schedule.
- Coloring pencils, scissors, paper, glue.

Activity Steps:

- 1- Raise the problem of children's illnesses and distribute document 1,
- 2- Explain the time- line. Discuss the meaning of chronological order.
- 3- Draw the time-line on the blackboard.



- 4- Ask every student's date of birth, and write all the dates on the time-line that you drew on the blackboards.
- 5- Give each student a piece of cardboard or paper on which they can outline their footprints (both feet-shoes on).
 - On the right footprint, the student lists the event and the date on which it took place (health symptoms, illness with date, injection and doctor's appointment).
 - On the left footprint, the student will draw or stick the appropriate picture or photo.
- 6- Put all the papers into chronological order on the wall.



Activity Exploitation:

To prepare the medical file:

- Tell the students to bring a copy of their vaccination file and ask them to draw their time line in order to understand the sequence of their vaccinations / (immunization schedule).
- Students will write the date and the vaccine name on the time – line.

Document 1: How Much Sugar is Added?

How much sugar is added?

The table below shows you how many teaspoons of sugar you would find in certain foods.

	Amount	Number of teaspoons of sugar
Chocolate digestives	1 biscuit (26 g)	1¾
Milk chocolate	Small bar (38 g)	3½
Mars Bar	1 bar (45 g)	5½
Cola	1 can (330 ml)	7
Cornflakes	6 tbsps (20 g)	¼
Ice cream	1 small block (300 g)	9
Tomato ketchup	3 tsps (15 g)	¾



Document 2: Labels of Certain Foods

Ingredients

Sugar, spirit vinegar, cauliflower, carrots, onion, starch, apple, treacle, spices.

Ingredients

Water, tomato paste concentrate, sugar, vinegar, salt, starch, spices.

Ingredients

Sugar, cacao butter, wheat flour, skimmed milk, milk powder, emulsifier salt, vanillin (artificial)

Ingredients

Strawberries, water, sugar, margarine, eggs, hydrogenated vegetable oil, wheat flour, starch, acidity regulators (E₃₉₀, E₃₄₀), colors (E₁₀₂, E₁₅₀, E₁₆₀)

Theme: Healthy, Wealthy and Wise

Title of activity: Being a Wise Consumer

Activity 2

Activity Objectives:

- Read and explain a label.
- Deduce and interpret information.
- Behave as a wise consumer

Supporting Materials:

- Document 1: A table about sugar content in certain foods
- Document 2: Labels of certain foods.
- Sugar, teaspoons, plates

Activity Steps:

The teacher should:

1. Introduce the idea of healthy food.
2. Distribute copies of document 1 to the students.
 - Let them, in their groups, try to measure out 7 teaspoons of sugar on to a plate. This is how much sugar there is in a can of soft drinks.
 - Ask them if they usually put 7 teaspoons of sugar into a cup of tea.
 - Conclude that soft drinks are unhealthy.
3. Distribute document 2 to each group.
4. Let them, in their groups, answer the following questions:
 - Which are the main ingredients?
 - Is there any rule about the way of labeling?
 - What are the E numbers?
5. Discuss the E numbers with the students. They are additives: E₁₀₀ are usually colors, E₂₀₀ are preservatives, E₃₀₀ for antioxidants, E₄₀₀ are stabilizers.



Activity Exploitation:

- The teacher will explain that labels give us information about: the ingredient quantity, the expiry date, the temperature of conservation, the energetic value.... The ingredients are listed in order of quantity with main ingredients first. For example, the first label shows that there is more sugar in the food than spirit vinegar, there is more spirit vinegar than cauliflower and so on.

Conclude that:

- Certain consumers can develop allergies due to the consumption of these additives. When it is proven that those are inapt for food consumption, they are recalled (Example: Chinese melamine-tainted milk).
- Food pollutants such as additives, pesticides, irradiations are health hazards.

الموضوع: المحافظة على الصحة عنوان النشاط: التنويع في الغذاء

النشاط

أهداف النشاط:

- مراعاة الغذاء الطبيعي في اختياره لطعامه.
- تعرّف الأضرار الناتجة عن السلوك غير السليم صحياً.

الوسائل التربوية المساندة:

- نصّ بعنوان "الغذاء الطبيعي".

خطوات تنفيذ النشاط:

- 1- يدير المعلم/ة نقاشاً صفياً من خلال طرح الأسئلة الآتية:

• ماذا أكلتم البارحة؟

• ماذا أحضرت معكم اليوم من أطعمة؟

2- قراءة نصّ "الغذاء الطبيعي" .:

- يقرأ المعلم/ة النصّ قراءة جهريّة معبّرة، ثمّ يعيد بعض التّلامذة القراءة من بعده.

- يناقش المعلم/ة مضمون النصّ مع التّلامذة من خلال طرح الأسئلة الآتية:

• ما دور الغذاء الطبيعي في تقويم صحّة الإنسان؟

• مم يتكوّن الغذاء الطبيعي؟

• بم يجب ان يستعاض الانسان لحماية أسنانه من التسوّس؟

• كيف يحافظ المرء على حيويته ونشاطه؟

• ما هي أهمّ العوامل التي تقي الإنسان المرض؟

- يسجّل المعلم/ة على اللوح الإجابات التي تخدم أهداف النشاط.

3- تعبير كتابي:

- يكتب كلّ تلميذ نصّاً، يتناول فيه نوعاً مفيداً من الغذاء يختاره، ويتحدّث عنه بحوالى عشرة أسطر.



استثمار النشاط:

- يطلب المعلم/ة من التّلامذة أن يجلبوا معهم أنواعاً من المأكولات أو المشروبات التي يعتبرونها صحيّة، ثمّ يطلب من كلّ منهم أن يملأ الجدول الآتي ويقوم بقراءته أمام زملائه في الصف.

المأكولات أو المشروبات التي اخترتها	تعلييل الاختيار	فوائدها الصحيّة



الغذاء الطبيعي

إنَّ للغذاء الطبيعي دوراً مهماً في تقويم صحة الإنسان وفي شفاؤه من الأمراض حتى المُستعصية منها.

يكون الغذاء الطبيعي بالنَّبيء الطَّارِج من الخضار، والفواكه، والحبوب المَبْلُولَة بالماء، واللبن والحليب وزيت الزيتون، وخبز الحنطة الصافية من الأسمدة الكيماوية، ومن الأدوية الزراعية الملوثة، وغير ذلك من المواد الطبيعية والحشائش، وكذلك مياه الينابيع التي لم تُدنَّسها عقاقير التَّطهير ولا الأنابيب المعدنية، وملح البحر دون تَصْفِيَة لاجئة، وعدم تناول السكر الأبيض والحلويات المصنوعة منه، بل الإِستِعَاضة عنهما بالعسل والدُّبْس العنبي أو الخرنوبي.

وفي المحافظة على الأسنان والأضراس من أي إهتراء أو تَسْوُس يجب تجنُّب

السكر الأبيض ومُشتقَّاته وحلوائه مَهْمَا كُلف الأمر.

وفي سبيل المحافظة على حيوية ونشاط المرء شايماً كان أم كهلاً أم شيخاً عليه أن يَأْكُلَ الفاكهة في كل يوم، وبمُعْظَمِهَا غير مَقْشُورَة، وذلك بَعْدَ غَسْلِهَا بِشِدَّةٍ بالماء.

Document 1 – Background information – The Food Guide Pyramid

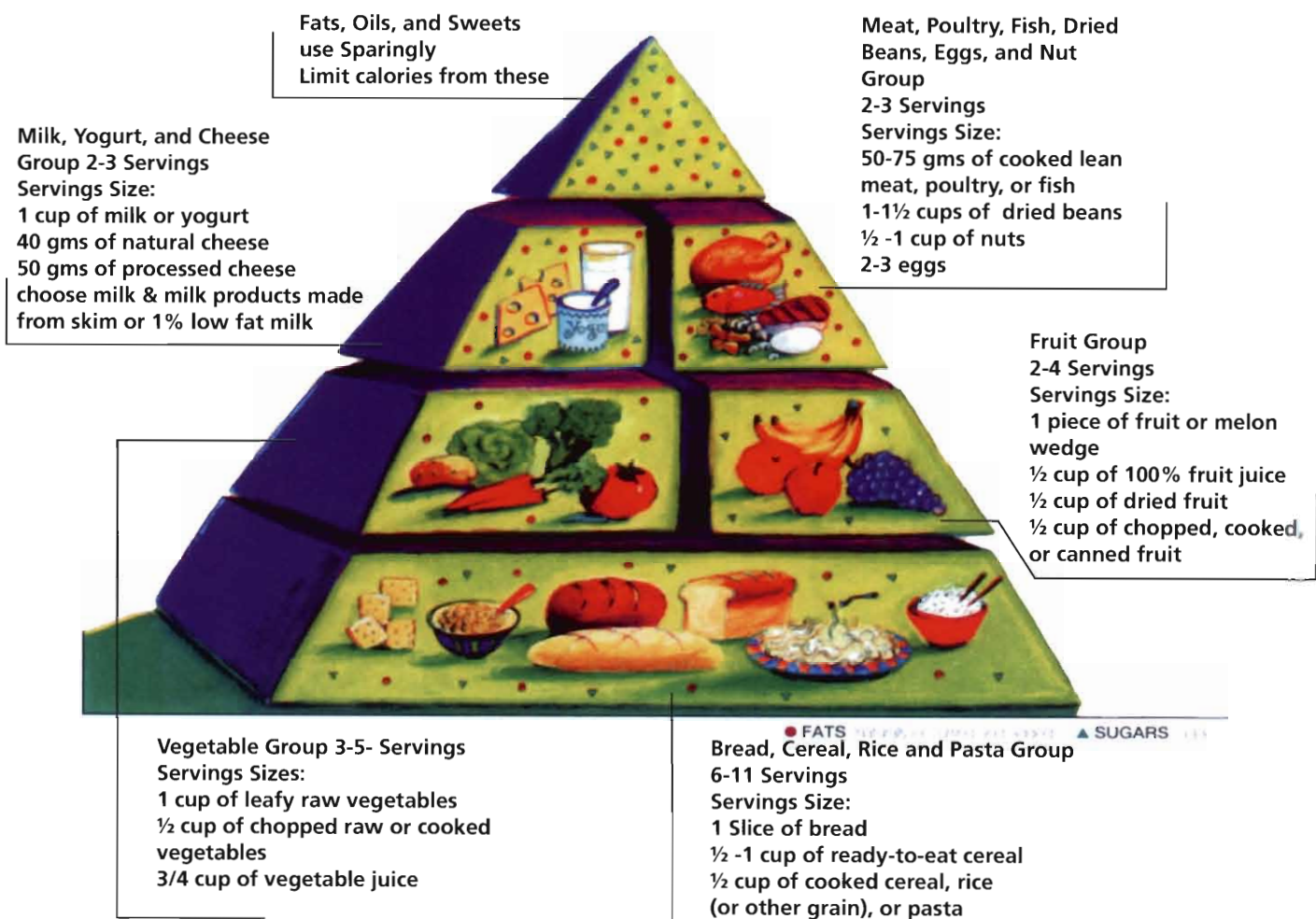
The pyramid shape is related to the recommended daily amount of food from each of five major groups and from a sixth grouping of “extras”. Most people should eat more servings of foods from groups closer to the base and fewer servings of food from groups closer to the tip.

For good health you need foods from the five major food groups shown in the Food Guide Pyramid. At the base of the Pyramid is the **Bread Group**, which includes bread, cereal, rice, and pasta. On the next level are the **Vegetable Group**—including yellow, root, and green leafy vegetables— and the **Fruit Group**. On the third level are the **Milk Group**—which includes milk, yogurt, and cheese— and the **Meat Group**, which includes meat, poultry, fish, dry beans, eggs, and nuts. The sixth grouping—**Fats, Oils, and Sweets**— is shown at the tip of the Pyramid; these extras are grouped together because they each should be used sparingly. In addition, it is essential to drink eight glasses of water a day to stay healthy.

Source: The National Geographic Society (NGS) Kids Network.

The Food Pyramid helps the Lebanese to choose healthy meals and live a healthy life. People who work with the Ministries of Health around the world warn the people that junk food is dangerous to their health. Healthy food reduces heart diseases, high blood pressure, stroke, certain cancers, and diabetes. It is better to prevent such serious diseases than to cure them. The money the governments save can be spent on other useful projects such as building public schools and repairing roads.

- Explain / check comprehension by asking questions.
- Why is health an important topic all over the world?



Source: National Geographic Society (NGS) Kids Network

Theme: Healthy, Wealthy and Wise Title of activity: Healthy Food

Activity

Activity Objectives:

- Identify daily food choices for a healthful diet.
- List factors that determine the food people eat.
- Link a healthful diet to a healthy, wealthy and wise society.

Supporting Materials:

- Document 1: The food Guide Pyramid
- Document 2: What Are We Eating?

Activity Steps:

1. Read/ check comprehension of document 1.
2. Read/check comprehension of document 2.
 - ask comprehension questions.
 - divide the class into groups.
 - groups fill – in graphic organizers.
 - every student determines the healthfulness of a national dish and prepares a questionnaire.



Activity Exploitation

- Every student finds the food related graphic English words.



What do People Eat?

From High in the Mountains

Nepal is a landlocked country in the Himalayan, the highest mountain range in the world. Nepal has three distinct geographical zones —lowlands; hills, mountains, and valleys; and the Great Himalayan Range— with subtropical to alpine-arctic temperatures and wide variations in vegetation and animal life.

Most people in Nepal are farmers. They grow grains, fruits, and other crops in the lowlands, where temperatures are the warmest. Rice and corn grow in terraced, or stair- like, fields in the cooler hill regions. Potatoes and barley are the staple, or chief, crops at higher elevations, where temperatures are the coolest.

The Nepalese raise goats, cattle, and yaks for dairy products. Meat is eaten mostly on special occasions. Religious rules affect which meats people in Nepal eat: Hindus, who make up almost 90 percent of the population, do not eat beef, and Muslims do not eat pork. The Buddhist religion prohibits the killing of any animals but allows the eating of meat, so Buddhists hire butchers to slaughter animals for food.

A typical family meal in Nepal might include *daal bhat* (rice with lentil gravy) or *chapatti* (a flatbread), steamed vegetables, and *achaar* (a paste of spiced pickled fruits). About 90 percent of the Nepalese people live in rural areas. They often lack electricity for refrigerators or for cooking, so they rely on dried foods such as grains, lentils, and beans.

People carry traditions and foods with them when they move from one place to another. You might recognize examples when you look at your classmates' special family foods or at specialty restaurants in your community.

Source: The National Geographic Society (NGS) Kids Network.



Document 2 – What Are We Eating?

What do People Eat?

Many factors determine the foods that people eat. Geography and climate, tradition and history: They all go into our means. In the European country of Spain and the Asian country of Nepal, different physical environments and different cultures and customs affect what people eat.

From Land and Sea

Spain occupies most of the Iberian Peninsula, on the western edge of Europe. It is nearly surrounded by the Atlantic Ocean and the Mediterranean Sea.

Spain's dry climate and poor soil make farming difficult. Extensive irrigation allows farmers to raise strawberries and rice in dry areas. Vegetables and citrus trees grow on the coastal plains, and olives and grapes grow in the river valleys.

The grasslands of the large dry central plateau are used for grazing sheep, goats, and cattle. People in this region eat roasted and boiled meats. They also eat a spicy sausage called *chorizo*. People all over the country eat lots of seafood from the Atlantic and the Mediterranean.

One classic Spanish dish, *paella*, includes sausage, mussels, lobster, or chicken, plus red pepper, peas, tomatoes, and saffron rice. Peasants were the first to make *paella*, using whatever food was available. But this dish and others also reflect Spain's history of traders, conquerors, and explorers who brought a variety of foods by land and by sea.

Phoenicians from the Middle East introduced grapes to Spain in about 1100 B.C. Hundreds of years later, Romans brought olives from what is now Italy. In the 8th century A.D., Moors (Muslim Arabs and Berbers from Africa) introduced short-grain rice and *za faran*, or saffron —the spice that colors rice yellow. And in the 1400s, 1500s, and 1600s, Spanish explorers and traders returned home with nutmeg and cloves from the East Indies; and peppers, tomatoes, potatoes, and chocolate from the Americas.



Questions to discuss with your family:

Prepare a questionnaire and fill it with your family.

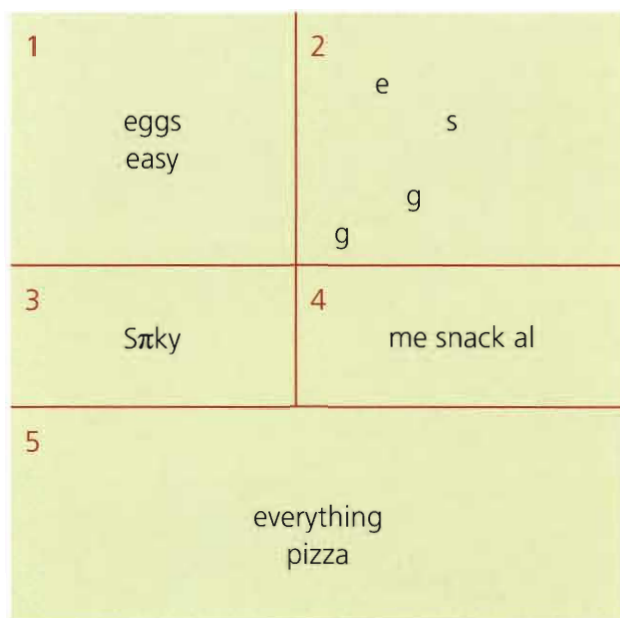
- 1- Is this food served on special occasions or all through the year?
- 2- Why is this food special to your family?
- 3- Are there any customs or traditions related to this food?
- 4- Is your special food influenced by where you live? (Example: Seafood dishes in areas near the beach).

Activity Exploitation

Exercise 1

Graphic English for Fun

Using the position and arrangement of the letters and words in each box, find the English word or phrase the picture represents.



Answers:

- 1- eggs over easy (eggs are prepared by turning the egg upside down and cooking it lightly)
- 2- scrambled eggs
- 3- pie in the sky
- 4- between meal snack
- 5- pizza with everything on it

Exercise1: Fill-in the following graphic organizer.

Country	Geography	Climate	Tradition	History	Specialty
Spain					
Nepal					
Lebanon (students research and add the information)					

Exercise 2: Sorting Foods Into Food Groups

This activity requires students to bring pictures of samples of food. Under each heading, list the foods that you have placed in that group.

Bread Group	Vegetable Group	Fruit Group	Milk Group	Meat Group	Fats, Oils, and Sweets

Exercise 3: Family Food

Write down a special dish or meal that you enjoy with your family. Is there a dish that is a specialty of the region you live in? If not, you may choose a favorite dish. Refer to the food pyramid. Is this specialty healthy?

- 1- Name of special family food.
- 2- List the ingredients and the amount of each ingredient in your special family food.
- 3- Refer to the Food Guide Pyramid. Is your choice healthy? Explain.

التربية الوطنية والتنشئة المدنية

الموضوع: المحافظة على الصحة عنوان النشاط: صحتي مسؤوليتي

النشاط

أهداف النشاط:

- تعرّف حقوقه وواجباته للمحافظة على صحته.
- وعي فوائد التمتع بصحة جيدة له ولجتمعه.
- تبني سلوكيات صحية واعية ومسؤولة.

الوسائل التربوية المساندة:

- مستند رقم ١: نص حول حقوق الطفل الأساسية.
- مستند رقم ٢: بيان بمواعيد اللقاحات والأعمار.

خطوات تنفيذ النشاط:

١. يطلب المعلم/ة من تلميذ أو أكثر، كل بدوره، قراءة نصوص أو مواد تتعلق بحقوق الطفل أو قراءتها لهم (مستند رقم ١) ثم يتوجه إليهم بعدها بالأسئلة الآتية ويستمع إلى إجاباتهم:
 - ما الحقوق الواردة في ما قرأتموه؟
 - من الجهة التي من واجبها أن تؤمن لنا هذه الحقوق؟
- بعدها يطلب المعلم/ة من التلامذة تعبئة الجدول الآتي بالحقوق التي يتمتعون بها، ويختار بعضهم لعرض ما خلصوا إليه أمام زميلاتهم وزملائهم.



٢. في ضوء الخلاصة يباشر المعلم/ة الخطوة الثانية بسؤال التلامذة:

- هل تتمتعون أنتم كأطفال بجميع حقوقكم؟ (يستمع إلى أجوبتهم ويسجلها على اللوح)

نعم ☐ ما هي هذه الحقوق؟ _____

كلا ☐ ما هو الحق وأو الحقوق التي حرمت من

التمتع بها، ولماذا؟ _____

- إذا لم يؤمن لنا أحد هذه الحقوق فما هي انعكاساته علينا؟

- هل علينا نحن واجب السعي للمطالبة بهذه الحقوق إذا حرمتنا منها والمحافظة عليها؟ كيف؟



الحق	الجهة أو الجهات التي تؤمنه لي

٣. يطرح المعلم/ة على التلامذة فكرة تمثيل مسرحية بعنوان (الابن المريض) ويختار من بينهم من سيلعب دور كل من: الأب، الأم، الابن المريض، الطبيب، الرفاق الزائرين... ويشرف على تنفيذ المسرحية وتوجيه التلامذة لجهة مراعاة تسلسل الخطوات الآتية:

- ارتفاع حرارة المريض.
- ارتباك الأب والأم نتيجة الحالة المرضية لولدهم وقرارهما استشارة طبيب وتداولهما في ما يجب عمله بشأن: أجره الطبيب وثمان الأدوية والدخول إلى المستشفى إذا دعت الضرورة وكيفية تأمينها.
- دعوة الطبيب المختص.
- الفحص الذي أجراه الطبيب بالتسلسل حتى وصف الدواء والعلاج.
- وصف الدواء أو الاستشفاء.
- زيارة الرفاق للمريض يحملون له الدروس والفروض التي أعطيت خلال تغيبه...

ويحاول المعلم/ة في نهاية المسرحية تحسيس التلامذة بالانعكاسات السلبية للمرض على الفرد وعلى عائلته ومجتمعه صحياً، اجتماعياً، اقتصادياً، وضرورة التصرف الواعي والمسؤول وأهميته، لأنه يجنبنا الكثير من المشاكل.

٤. يباشر المعلم/ة هذه الخطوة بالإشارة إلى إجراء طبي ضروري ومهم في حياتنا ويجنبنا الكثير من المشاكل الصحية والجسدية، وهو: التلقيح، ويسألهم:

- من منكم أصيب بالأبو كعيب؟
- ما هي عوارض هذا المرض؟
- من منكم أصيب بالحصبة؟
- ما هي عوارض هذا المرض؟
- هل هذه الأمراض معدية؟
- هل يمكننا تجنب هذه الأمراض أو التخفيف من آثارها؟
- هل سبق لكم ان أعطيتم لقاحاً معيناً؟

يستمع إلى إجاباتهم ثم يطلب من أحدهم قراءة ما هو وارد في (المستند رقم ٢) ويوزعه عليهم ويطلب منهم تعبئته في المنزل بمساعدة الأهل ليتعرفوا اللقاحات التي أعطيت لهم ومواعيدها وتلك التي لم تعط لهم مع ذكر مواعيدها، على أن تتم مناقشتها لاحقاً في الصف وحث التلامذة الذين لم تعط لهم اللقاحات الضرورية على وجوب إجرائها والطلب من ذويهم مساعدتهم في ذلك.



استثمار النشاط:

يقسم المعلم/ة التلامذة إلى مجموعات ويطلب منهم التحضير لحملة توعية في المدرسة ومحيطها (ملصقات، رسوم...) حول أهمية اللقاحات ودورها في الوقاية من الأمراض والدعوة إلى إجرائها، ليتم لصقها أو تعليقها لاحقاً في المدرسة ومحيطها.

حقوق الإنسان هي الحقوق الأساسية الضرورية لنا لكي نحيا بصفتنا الإنسانية. فلكل شخص الحق في حياة كريمة وكاملة. ومعنى هذا أن كل شخص يستحق فرصة عادلة في النمو وتنمية قدراته بحيث تتجاوز ما يلزم للبقاء على قيد الحياة وتلبية الاحتياجات الأساسية فحسب. وتتضمن حقوق الإنسان الواجبة للأطفال، البيئة التي تكفل السلامة، والتعليم، ووقت الفراغ، والرعاية الصحية.

(أكتشف الأمم المتحدة، كتيب إلى أطفال العالم ص ٢٨)

جاء في المادة الحادية عشرة من الاتفاقية الدولية بشأن الحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية التي وافقت عليها الجمعية العمومية للأمم المتحدة: تقرر الدول الأطراف في هذه الاتفاقية بحق كل فرد في مستوى معيشي مناسب لنفسه ولعائلته بما في ذلك الغذاء المناسب والملبس والسكن.

وجاء في المادة الثانية عشرة: تقرر الدول الأطراف في هذه الاتفاقية بحق كل فرد في التمتع بأعلى مستوى ممكن من الصحة البدنية والعقلية.

وجاء في المادة الثالثة عشرة: تقرر الدول الأطراف في هذه الاتفاقية بحق كل فرد في الثقافة.

«حقوق الإنسان والنصوص الدولية الخاصة بها»

مستند رقم ٢ : بطاقتي الصحية

الاسم والشهرة: تاريخ الولادة: العمر:

برنامج التلقيح	
العمر	نوع اللقاح
شهران	ثلاثي وشلل
٣ أشهر ونصف	ثلاثي وشلل
٥ أشهر	ثلاثي وشلل
١٠ أشهر	حصبة
سنة	تحسّس للسل
١٥ شهراً	حصبة وحصبة ألمانية وأبو كعيب
١٨ شهراً	ثلاثي وشلل
سنتان ونصف	شلل
٤-٦ سنوات	ثلاثي وشلل وتحسّس للسل
٨ سنوات	شلل
١٠ سنوات	شلل وتحسّس للسل
١٢ سنة	حصبة وحصبة ألمانية وأبو كعيب

ملاحظة: يعاد تلقيح الكزاز كل ١٠ سنوات

[illegible]

الموضوع: المحافظة على الصحة عنوان النشاط: الأرض الزراعية وتأمين الغذاء

النشاط

أهداف النشاط :

- تبيين توزيع استعمالات الأراضي اللبنانية وواقع الأرض الزراعية.
 - التعرف إلى الآثار الناجمة عن الامتداد العمراني على المساحات الزراعية.
 - اقتراح حلول حيال تأمين استقلالية الغذاء من خلال الاستثمار الأفضل للأراضي الزراعية والمحافظة عليها.
 - توقع الأوضاع المستقبلية للقطاع الزراعي اللبناني.
٢. - قراءة النصوص (المستدين ٢ و ٣) للاطلاع على انتشار المناطق الزراعية في لبنان واستشراف أوضاع الزراعة مستقبلاً.
٣. استخلاص نتائج حول الأرض الزراعية وأثرها على إنتاج غذاء الإنسان وحول مساهمة القطاع الزراعي في البنية الاقتصادية والدخل القومي والاستقلالية الغذائية والاستقرار في الأرياف. ثم تدون الاجابات على لوح الصف.
٤. عصف ذهني مطروح من قبل المعلم: ماذا يحصل إذا غطى العمران الأراضي الزراعية في لبنان؟ تسجل الاجابات على اللوح.



استثمار النشاط :

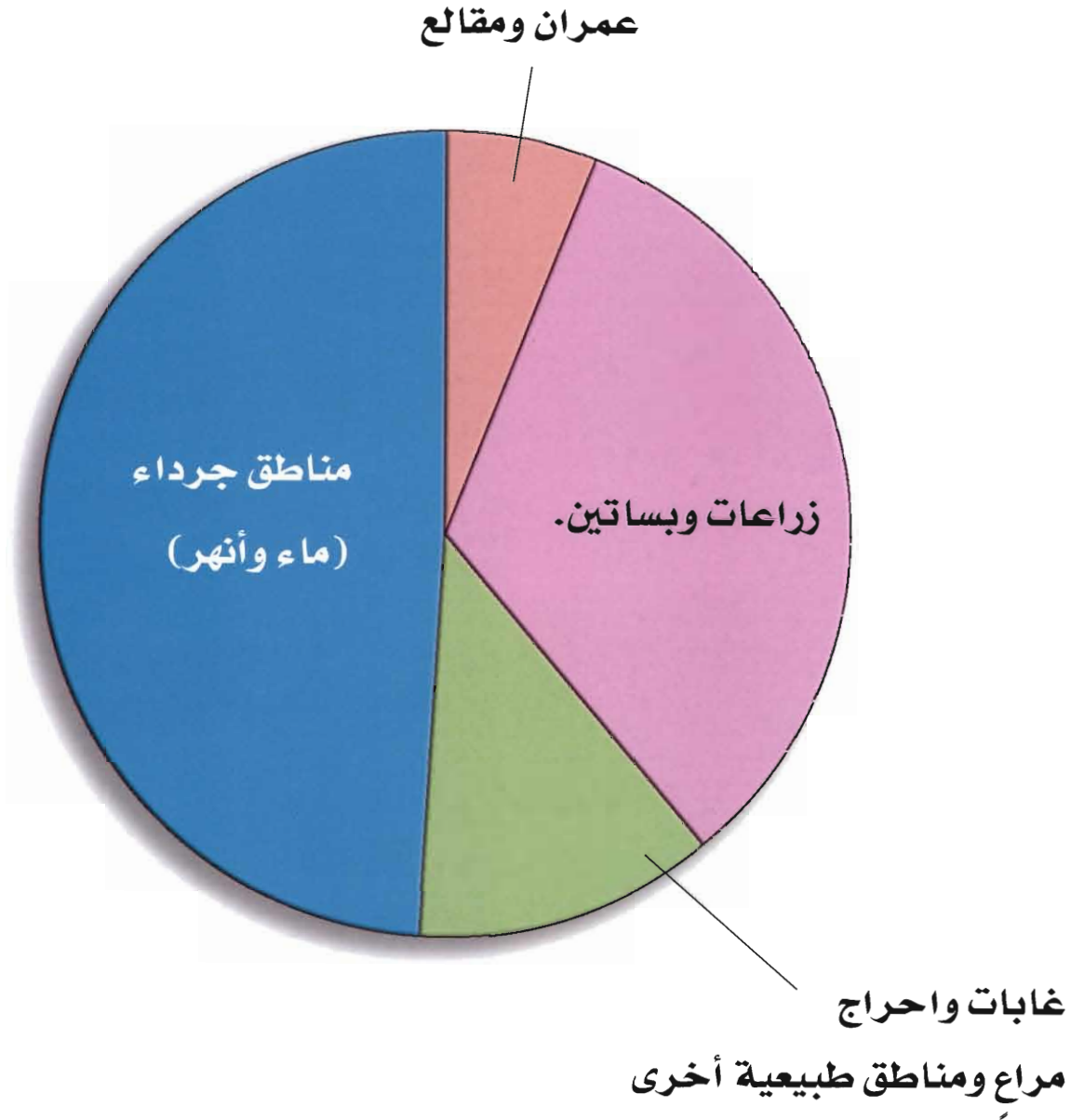
- يقسم المعلم الصف إلى مجموعات ويطلب منهم :
- إعداد ملصقات زراعية مصورة حول المناطق الآتية:
الساحل اللبناني، جنوب بيروت/ الساحل اللبناني، شمال بيروت/ سهل البقاع.
 - اقتراح بعض الحلول لإنقاذ ما تبقى من الأرض الزراعية واستثمارها بهدف توفير المداخل لسكان الأرياف وتشبيثهم في أرضهم.
 - إعداد لوحات إعلانية تطالب بتحسين مدفوعاتنا الخارجية وتخفيف تبعيتنا الغذائية من خلال التركيز على الزراعات الغذائية المعدة للاستهلاك المحلي.
- مثلاً: ”من يُطعم الأرض تطعمه ومن يسقها تسقه“ أو ”فلاح مكفي، سلطان مخفي، ما رأيك؟“

الوسائل التربوية المساندة :

- مستند رقم ١: استعمالات الأراضي في لبنان.
- مستند رقم ٢: الأرض الزراعية مصدر أساسي للغذاء.
- مستند رقم ٣: القطاع الزراعي في لبنان: آفاق مستقبلية.

خطوات تنفيذ النشاط :

١. يوزع المعلم المستندات ١ و ٢ و ٣ على تلامذته ويعرض عليهم أوضاع القطاع الزراعي في لبنان.
٢. مناقشة المستندات في مجموعات من خلال:
- قراءة ترسيمات دلالية (رسم بياني وخريطة - المستدين ٢ و ٣) للتعرف الى حصة الزراعة في لبنان بالنسبة لاستعمالات الأراضي فيه.



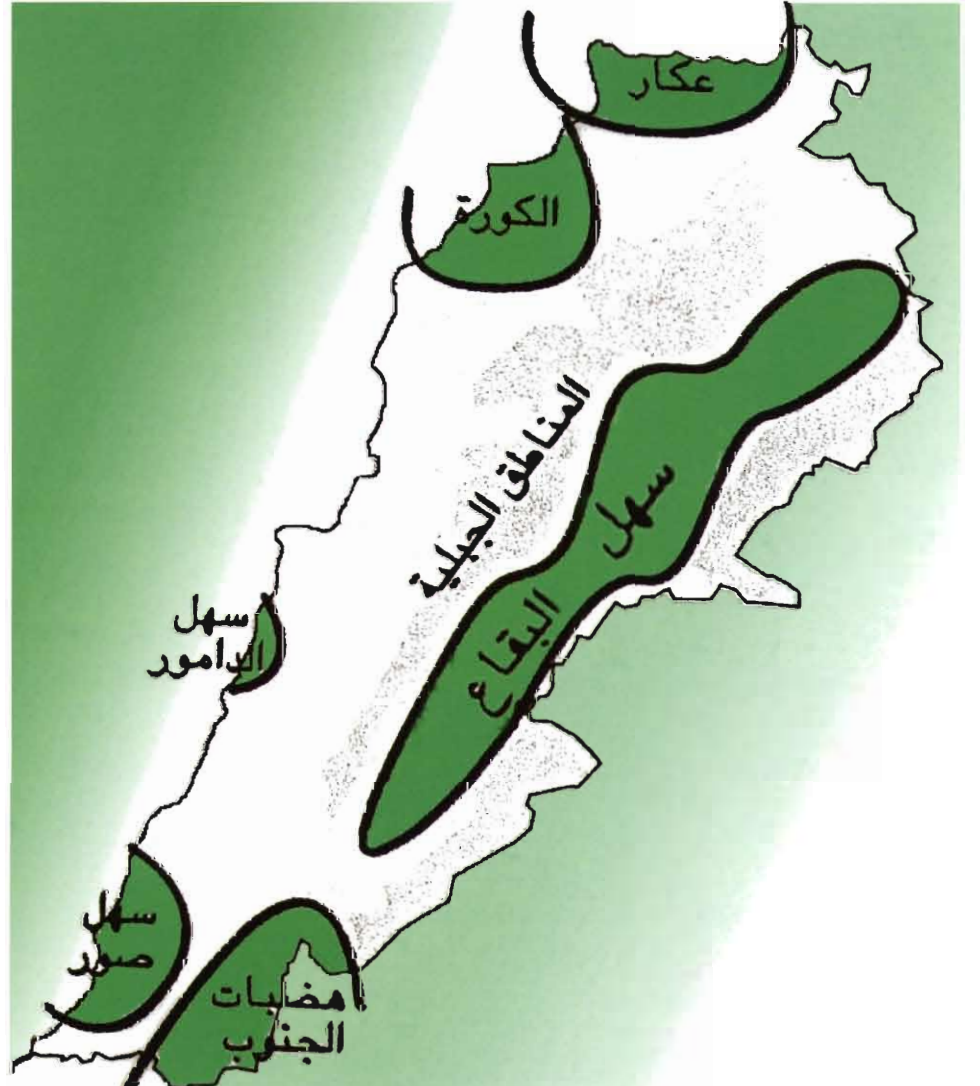
ملاحظة: أنجزت خريطة استعمالات الأراضي اللبنانية عام ٢٠٠٢ من قبل المجلس الوطني للبحوث العلمية من خلال تحليل صور الأقمار الاصطناعية IRS و LAND - SAT (١٩٩٨)، وفق ٦٩ مصطلحاً تم تجميعها في ٨ بنود رئيسية.

مستند رقم ٢ : الأرض الزراعية، مصدر أساسي للغذاء

- إن الإنسان بحاجة إلى الغذاء ليعيش، وإن الأرض الزراعية هي مصدر هذا الغذاء، إذ تنتج القسم الأكبر منه، فما هو وضع هذه الأرض الزراعية؟
- تبلغ مساحة الأرض المروية والصالحة للري، وهي الأرض الزراعية المنتجة فعلاً بحوالي ١٢٠,٠٠٠ هكتار، ما يشكل أقل من ٥٠٠ م^٢ للشخص الواحد وهي نسبة ضئيلة جداً.
- هذه الأرض معرضة للضياع في الوقت الحاضر لسهولة البناء فيها. وقد خسر لبنان أكثر من ٢٠,٠٠٠ هكتار من هذه الأرض الزراعية الممتازة خلال السنوات الأربعين الماضية، استعملت للبناء في طرابلس وجونية وناظلياس وبيروت وصيدا وصور والبقاع الأوسط... بينما تتكلف الدولة مبالغ طائلة لاستصلاح الأراضي بواسطة المشروع الأخضر وللحصول على أرض زراعية لن تكون بمستوى الأرض التي تستعمل للبناء، وهي سياسة خطيرة على المستوى الوطني وتؤدي إلى خفض الإنتاجية العامة في البلاد.

المناطق الزراعية الكبرى

تأمين المياه وضمان
بقاء الطابع الزراعي
للأراضي على المدى
البعيد هما الركيزتان
الأساسيتان لتطور
القطاع الزراعي.



مستند رقم ٣ : القطاع الزراعي في لبنان : آفاق مستقبلية

- إن لبنان أمام احد خيارين بالنسبة للقطاع الزراعي في المستقبل.

- ١- الخيار الأول: يقضي بصرف النظر عن الزراعة بسبب إتلاف الأراضي الزراعية اذ لا يمكن وجود زراعة من دون أرض زراعية، وهو ما سيؤدي إلى فقدان الأرض الزراعية وبالتالي إلى فقدان دور الزراعة اقتصادياً في لبنان مهما كانت النوايا طيبة للمحافظة عليها وتشجيعها.
- ٢- الخيار الثاني: يقضي باعتبار الزراعة ضرورة في لبنان وأحد عناصر الاقتصاد الوطني الأساسية ويجب بالتالي المحافظة على الأرض الزراعية فعلاً.

إن الخيار الثاني يفرض نفسه من دون تردد، فالإنتاج الزراعي يشكل جزءاً من الدخل القومي كما يشكل عامل استقرار في البنية الاقتصادية الوطنية، على الرغم من انخفاض نسبة اليد العاملة في الزراعة. كما ان كميات المواد الغذائية المنتجة عالمياً بالنسبة للشخص الواحد هي في انخفاض، وستجد البلدان المستوردة للمواد الغذائية صعوبات أكثر فأكثر للحصول على ما تحتاج إليه في المستقبل.

- إن الاحتفاظ بالأرض الزراعية هي سياسة من دون مخاطر وتبقى كاحتياط يمكن استعماله للبناء في أي وقت عند الحاجة، إذ من السهل البناء في أراض زراعية وتحويلها عند الضرورة إلى مناطق لل عمران ولكنه من المستحيل تحويل الأراضي المبنية إلى أراض زراعية.

إن حماية الأرض الزراعية واجب وطني ويجب إحصاء الأراضي الزراعية الخصبة المروية أو التي تتوافر فيها المياه، ومنع البناء فيها بدءاً بالمناطق المهددة بامتداد البناء إليها أكثر من غيرها.

- إن الحفاظ على الأراضي الزراعية تمليه المصلحة الوطنية العليا انطلاقاً من مبدأ تحسين التوازن في التبادلات وتأمين الحد الأدنى من الاستقلالية الغذائية وتوفير المداخل لعشرات ألوف الأسر في الأرياف اللبنانية.

تكنولوجيا

الموضوع: المحافظة على الصحة.

عنوان النشاط: مربى البيت.

النشاط

أهداف النشاط:

- تحضير نوع معين من المربيات (مربى التفاح)
- تحديد أهمية المربيات من النواحي: الاقتصادية والصحية والبيئية.

الوسائل المساندة:

- وصفة تحضير المربى.
- سكين من البلاستيك.
- قفازات نايلون، مريول مطبخ.
- ملعقة خشبية كبيرة.
- ورق محارم.
- طنجرة.
- عبوات زجاجية (مرطبان).
- ملاعق صغيرة.
- مياه صالحة للشرب.
- سخّان كهربائي.

خطوات تنفيذ النشاط:

1. يقوم المعلم/ة بطرح أسئلة ويجري عصفاً ذهنياً حول المربيات: أنواعها، أهميتها بالنسبة للصحة، أهميتها الاقتصادية، مقابقتها مع غيرها من الحلويات، كيفية تصنيعها، الطرق التقليدية والطرق الصناعية...

في هذه المرحلة من الضروري التأكيد على النقاط الآتية:
الصحة: إن المربيات المحضرة منزلياً مفيدة وضرورية للصحة، وخالية من المواد الملونة أو الحافظة.
الأهمية الاقتصادية: كلفة تحضيرها أقل من المربيات الجاهزة، اعتبار المربى نوعاً من أنواع الحفاظ على الفاكهة في غير موسمها.

2. يوزع المعلم/ة وصفة تحضير المربى على التلامذة ويطلب منهم إحضار ما تتضمنه من مواد ومعدات ضرورية لتنفيذ العمل.

التأكيد على قواعد وشروط السلامة والنظافة: ارتداء مريول المطبخ والقفازات، تنظيف اليدين، التنظيف الجيد للفاكهة، ترتيب مكان العمل، استخدام السخان الكهربائي،....



وصفة تحضير المربى

ملاحظات عامة:

- من الممكن تنفيذ كميات أقل
- يمكن للمعلم اختيار وصفة أخرى لتنفيذ مربى التفاح، كما يمكن أن يختار نوعاً آخر من الفاكهة.

المقادير:

- ٢ كيلو تفاح مقشّر ومقطّع إلى أجزاء صغيرة.
- ٦ أكواب من السكر.
- ١ ملعقة صغيرة قرفة.
- رشة صغيرة كبش قرنفل.
- رشة صغيرة جوزة الطيب.
- ١ عصير ليمون حامض.

خطوات التنفيذ:

- قشّر وانتزع البذور من التفاح.
- قطع التفاح إلى قطع صغيرة.
- ضع القطع في الطنجرة.
- أضف السكر إلى التفاح.
- حرّك الخليط بالملعقة الخشبية.
- أضف القرفة وكبش القرنفل وجوزة الطيب وحرّكها.
- ضّع الخليط على نار متوسطة.
- يترك الخليط فوق النار مدة ٤٠ دقيقة تقريباً مع تحريكه من وقت إلى آخر بملعقة خشبية.
- في هذا الوقت حضّر العبوات الزجاجية، قم بتعقيمها إذا لزم الأمر. (وذلك بغليها في الماء الساخن)
- بعد الغليان صبّ المربى في العبوات المعقّمة، أغلقها بإحكام ثم اقلب العبوات رأساً على عقب لفترة بسيطة وذلك للتأكد من خلّوها من الهواء.
- تترك العبوات لتبرد وتحفظ في مكان جاف (يمكن استهلاكها في اليوم التالي).

٣. يعتمد المعلم/ة إلى توزيع المهام على التلامذة لجهة تحضير المواد، الكيل، التقشير، التقطيع، خلط المواد، تنظيف مكان العمل والمعدات....

من المفضّل أن يقوم المعلم/ة باستخدام السخّان وبإبعاد التلامذة عن مصدر النار أو الحرارة.



استثمار النشاط:

- زيارة ميدانية لمعمل مربيات أو دعوة أحد الصناعيين أو أحد أولياء التلامذة إلى الصف لشرح كيفية إعداد أحد أنواع المربيات.
- إعداد جدول مقارنة لمكونات نوع معيّن من المربيات من مارتين مختلفتين بهدف التعرف إلى الاختلاف في المكونات.
- احتساب كلفة إعداد ١٠ كيلو من نوع معيّن من المربيات في المنزل ومقارنتها مع أسعار الكمية نفسها من المربيات المحضرة في الأسواق.
- دعوة تلامذة إلى إعداد لوحة إعلانية عن المربى تظهر فوائده الصحية والبيئية والاقتصادية.



صحتي ثروتي

بطاقة تقييم

- خاص بالمعلم -

بطاقة تقييم

- خاص بالمعلم -

الحلقة

عنوان النشاط

المادة

اسم المدرسة

اسم المعلم

١- الأنشطة الواردة على مستوى المادة هي من حيث العدد :

☐ كثيرة ☐ معتدلة ☐ قليلة

٢- هل واجهتك صعوبة في تطبيق الأنشطة؟ إذا كان الجواب نعم أذكر الأسباب.

٣- هل مستوى النشاط بشكل عام:

☐ أعلى من مستوى التلميذ ☐ في مستوى التلميذ ☐ أقل من مستوى التلميذ

٤- هل كانت الأنشطة مرتبطة بالموضوع؟ إذا كان الجواب لا ، اذكر الرقم والصفحة والسبب:

٥- هل كانت الصور أو الرسوم أو المستندات؟

رقم النشاط رقم المستند

غير واضحة

غير مناسبة

غير صحيحة

٦- هل تم استثمار الأنشطة بشكل كاف من قبلك:

☐ نعم ☐ كلا ☐ وسط

٧- هل تفاعل التلاميذ مع النشاط بشكل:

☐ ايجابي ☐ وسط ☐ سلبي

٨ - إلى أي مدى حققت أنشطة المادة أهدافها:

☐ إلى حد بعيد ☐ وسط ☐ مقبول

٩- هل تعتبر أن مضمون النشاط مرتبط بالأهداف؟:

☐ بشكل جيد ☐ وسط ☐ بسيط

١٠- برأيك هل أكسبت الأنشطة التلاميذ مهارات واتجاهات جديدة؟

☐ نعم ☐ كلا

إذا كان الجواب لا، ما هي الأسباب؟

١١- هل تقترح تعديلات على بعض الأنشطة؟ اذكرها

