



كراسة الأنشطة
في

تعمير وطيركة

بناء الشخصية

للفف التاسع



المرحلة المتوسطة

الطبعة الأولى

كراسة الأنشطة في

تعداد الطلبة

بناء الشخصية

للسف التاسع

تأليف

أ. دلال محمد الأنصاري
أ. أمل عساف العنزي

أ. نادية عبدالله العريضان
أ. وسمية ناصر الهاجري

الطبعة الأولى

١٤٣٧ هـ

٢٠١٦ - ٢٠١٧ م

حقوق الطبع والتأليف والنشر محفوظة لوزارة التربية - قطاع البحوث التربوية والمنهج
إدارة تطوير المنهج

الطبعة الأولى ٢٠٠٩ / ٢٠١٠ م

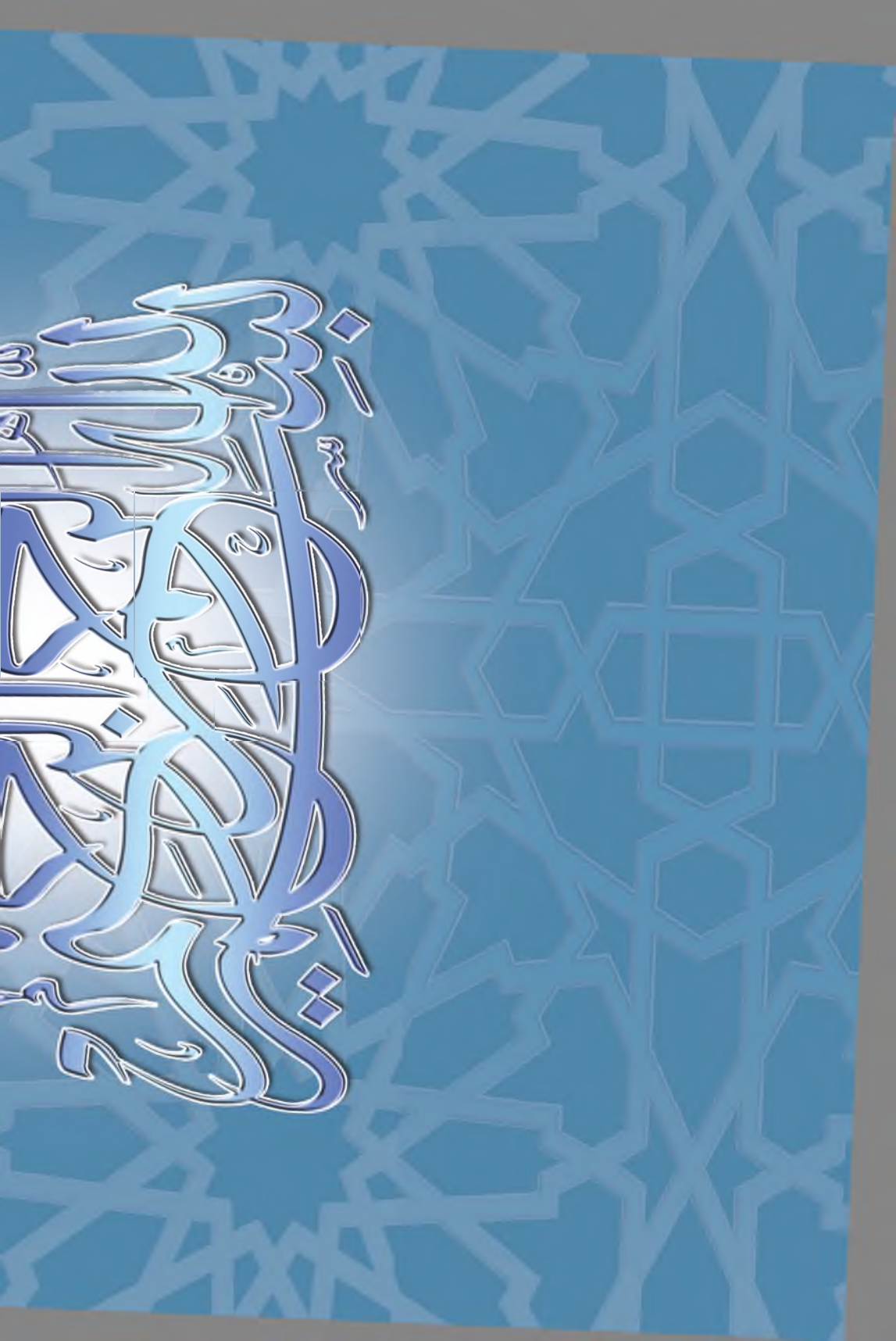
٢٠١١ / ٢٠١٢ م

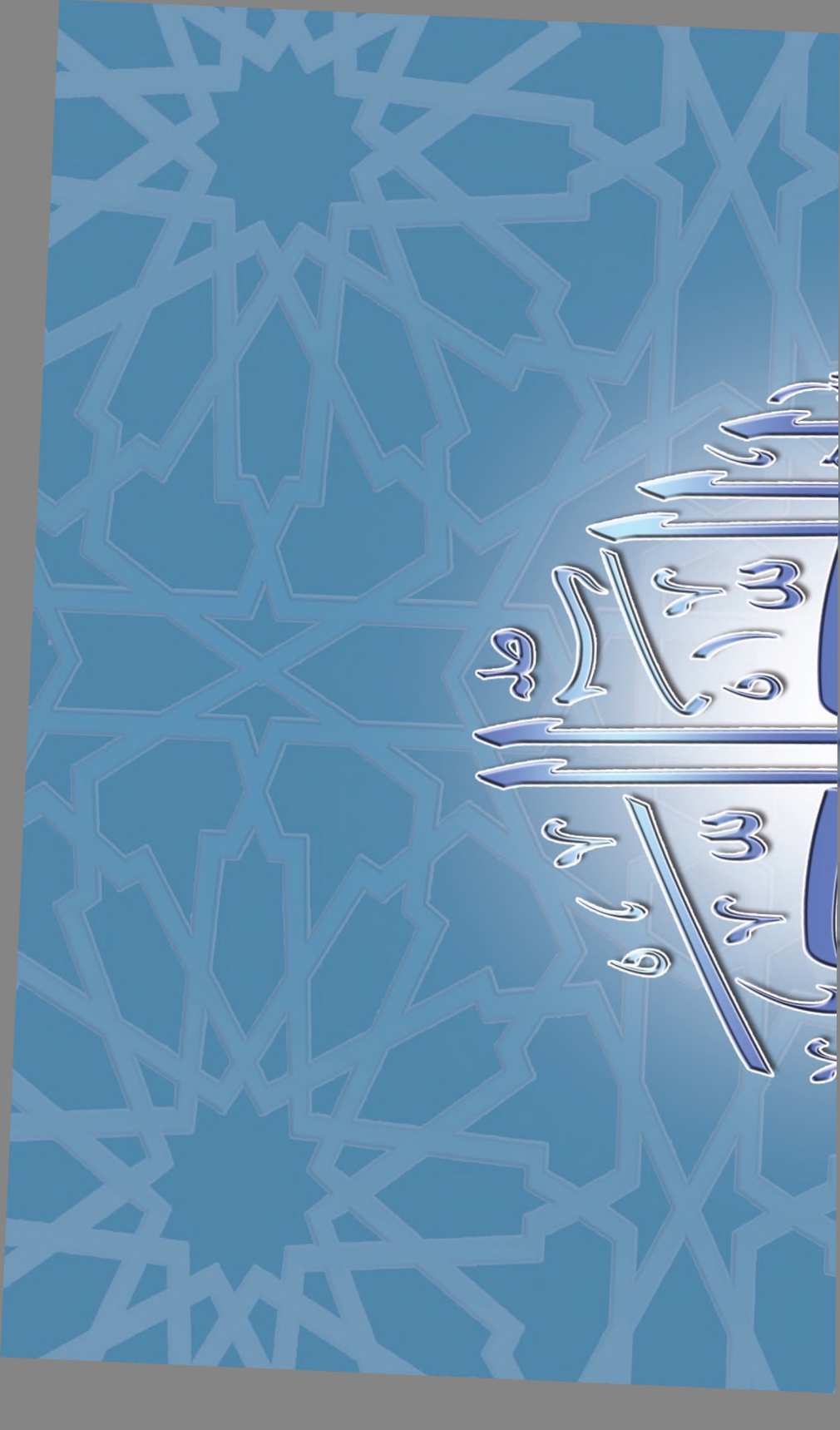
٢٠١٣ / ٢٠١٤ م

٢٠١٦ / ٢٠١٧ م



سورة الاحقاف







صاحب السمو الشيخ صباح الأحمد الجابر الصباح
أمير دولة الكويت



سَيِّدُ الشَّيْخِ نَوَافِ بْنِ فَهْدِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ السَّبَّاحِ
وَلِيِّ عَهْدِ دَوْلَةِ الْكُوَيْتِ



الصفحة	الموضوع	المحور
١١	المقدمة	
١٥	أولاً: التفكير العلمي في حل المشكلات	الأول التفكير وحل المشكلات
١٩	ثانياً: التفكير الإبداعي في حل المشكلات	
٢٦	أولاً: الإيمان بالقدرات والإمكانات	الثاني تعزيز الثقة بالنفس
٢٩	ثانياً: القدرة على العمل والإنجاز	
٣٥	أولاً: كيف نكسب الأصدقاء؟	الثالث التفاعل الاجتماعي
٤٠	ثانياً: كيف نمتلك مهارات الحوار؟	
٥٠	أولاً: إدارة الوقت في الحياة الاجتماعية	الرابع إدارة تنظيم الوقت
٥٤	ثانياً: إدارة الوقت في الحياة الدراسية	



الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.
يتناول الكتاب موضوع مهارات بناء الشخصية وكيفية إعداد أبنائنا الإعداد الأمثل الذي يفجر طاقاتهم ويستثمر إمكاناتهم ويوجهها لما يلبي احتياجاتهم ومطالب التربية الوطنية الشاملة في مجتمعنا . وانطلاقاً من هذا الهدف تضمن الكتاب المحاور التالية:

- المحور الأول : التفكير وحل المشكلات:

- التفكير العلمي في حل المشكلات.
- التفكير الإبداعي في حل المشكلات.

- المحور الثاني : تعزيز الثقة بالنفس:

- الإيمان بالقدرات والإمكانات.
- القدرة على العمل والإنجاز.

- المحور الثالث : التفاعل الاجتماعي:

- كيف نكسب الأصدقاء؟
- كيف نمتلك مهارات الحوار؟

- المحور الرابع : إدارة تنظيم الوقت:

- إدارة الوقت في الحياة الاجتماعية.
- إدارة الوقت في الحياة الدراسية.

نرجو أن يكون الكتاب حقق الأهداف التي وضع من أجلها لما اشتمله من موضوعات وثيقة الصلة بالحياة، حيث إنه يضع بين يدي المتعلم خطوات عملية في مجال بناء الشخصية... تحتاج منه أن يبدأ في تطبيقها.

والله الموفق

المؤلفون



المحور الأول

التفكير وحل المشكلات





التاريخ :

ه...../...../.....
م...../...../.....

«التفكير وحل المشكلات»

عنى الإسلام عناية فائقة بدعوة الإنسان إلى التفكير في بديع خلق الله تعالى و هناك من الآيات التي تصف المؤمنين بالتفكير ، واستخدام هذه القدرة على الدوام، قال تعالى:

﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا

مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴾ سورة آل عمران - الآية ١٩١ .



أ - مفهوم التفكير:

هو استكشاف متبصر للخبرة من أجل الوصول إلى الهدف وهذا الهدف، قد يكون الفهم أو اتخاذ القرار أو التخطيط وحل المشكلات أو الحكم على شيء ما .

نشاط (١)

فكر معنا
ساعد النملة في الخروج
من البئر



وقعت نملة في بئر عميق مقداره ١٦ متراً أخذت النملة في تسلق جدار البئر. صعبت كل يوم ثلاثة أمتار، وسقطت من الأمتار الثلاثة مترين... كم يوماً تحتاج النملة للخروج من البئر؟

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

التفكير أداة للسيطرة على البيئة وهي سيطرة تتم عن طريق أفعال ما كان يمكن القيام بها لولا حل سابق لموقف معقد إلى عناصر مؤكدة وإمكانات مستقبلية مصاحبة لذلك.



الفياسوف «جون ديوي»

ب - هل لنا أن نتصور حياة الإنسان بدون تفكير...!!

التفكير بالنسبة للإنسان مسألة مُسلم بها، لأن التفكير والابتكار يخصان الإنسان دون سائر الكائنات الحية وهما يصنعان للإنسان الأهداف الأربعة لحياته وهي الاستقرار والقوة والسلام والحرية. ويمكن القول بأن التفكير ضرورة إيمانية وواجب ديني، يساعد الإنسان على فهمه لذاته والمحيطين به، مما يسهل عليه التفاعل والتواصل بالإضافة لتطوير ذاته، كذلك يساعد الإنسان على التكيف الاجتماعي والنفسي. ويقدم للإنسان استراتيجية حياتية مناسبة لقدراته وظروفه كالاختيار المهني وتجاوز المعوقات التي تعترض طريقه. كما أنه يعين الإنسان على تنظيم خبراته، ويمنحه الشعور بالرضا لامتلاكه وسائل تحقيق الطموحات والآمال.

نشاط (٢)

اقرأ النص السابق، ثم أجب عما يلي:

١ - دال على صحة العبارة التالية «التفكير ضرورة إيمانية وواجب ديني».

.....

.....

٢ - استنتج أهمية التفكير ودوره في بناء شخصية الفرد.

.....

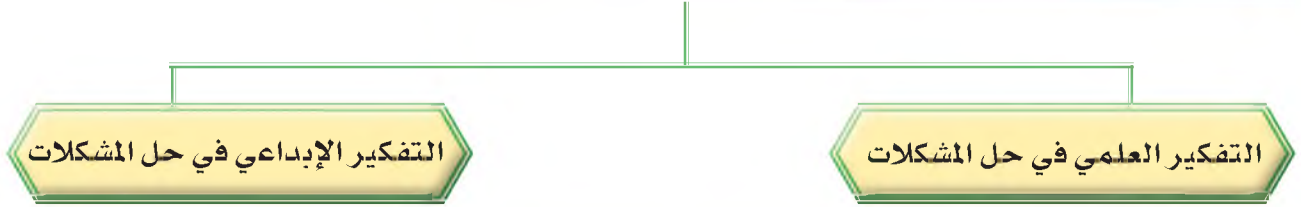
.....

٣ - حدد الأهداف الأربعة لحياة الإنسان.

.....

.....

جـ - أنواع التفكير في حل المشكلات



أولاً - «التفكير العلمي في حل المشكلات»

أ- مفهوم التفكير العلمي

«هو دراسة الظواهر وتحليلها واكتشاف العلاقات القائمة بينها، ومحاولة تفسيرها في ضوء أسباب موضوعية، وذلك بغرض الوصول إلى القوانين العلمية التي تحكم ظاهرة ما أو مجموعة ظواهر»

ب - خطوات وأسس التفكير العلمي



نشاط (٣)

طبق خطوات التفكير العلمي في حل المشكلة التالية:

«اكتشفت بعد عودتك من الإجازة الصيفية أن حديقتك قد تعرضت للتلف، ووجدت باب الحديقة مكسوراً والزهور مقطوعة».



.....

.....

.....

.....

.....

.....

التاريخ :

هـ/...../.....
م/...../.....

ثانياً: التفكير الابداعي في حل المشكلات

أ - مفهوم التفكير الإبداعي:

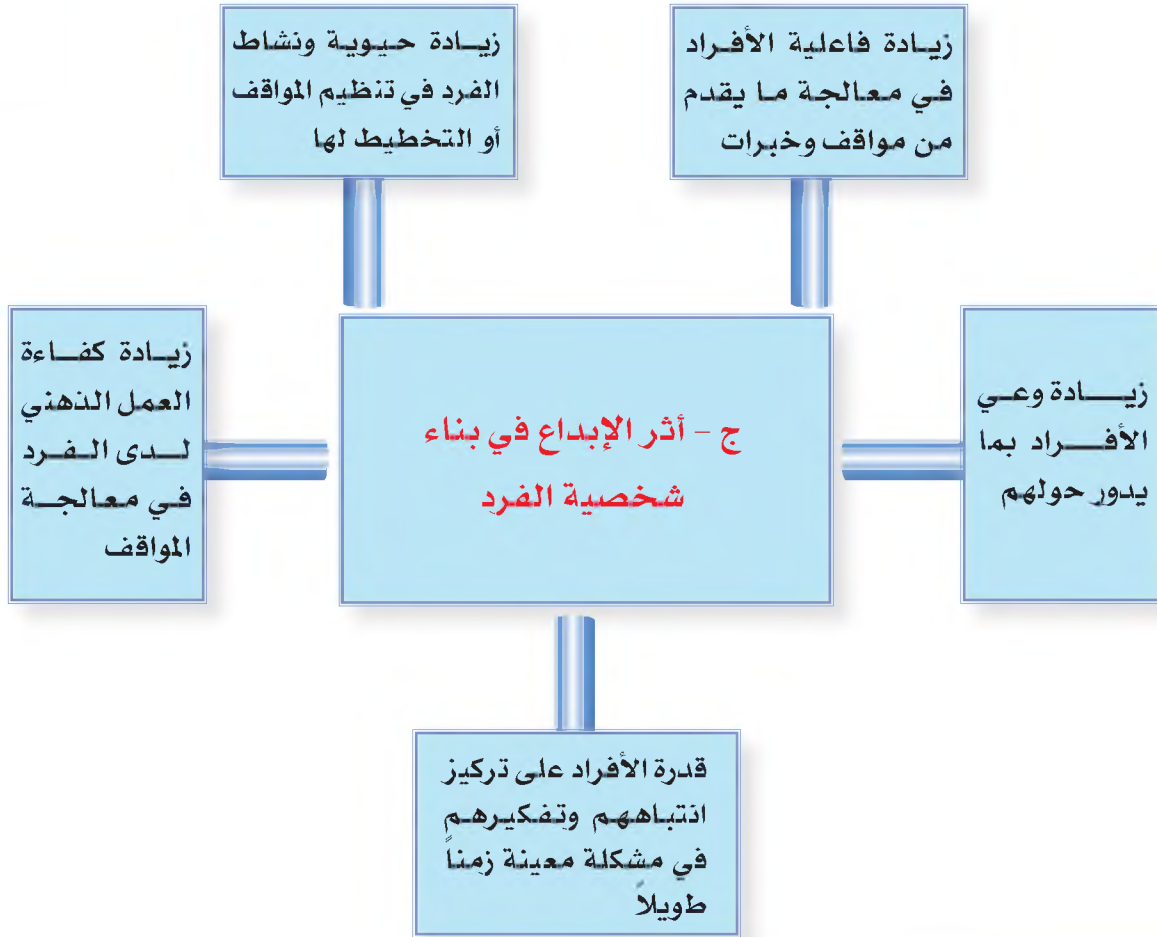
هو نشاط عقلي مركب وهادف توجهه رغبة قوية في البحث عن حلول، أو التوصل إلى نتائج أصلية لم تكن معروفة سابقاً.

ب - خطوات التفكير الابداعي:



أفضل وسيلة للإبداع هي أن تعمل في مجال تحبه ويتوافق مع قدراتك وإمكانياتك فابحث عن نوع ذكائك لتكون من ضمن المبدعين.





نشاط (١)

ساعد فريقك في العبور إلى الناحية الأخرى من الفصل دون أن يلامس أحدهم الأرضية، مستعيناً بالمواد التالية:

- (٥) أسطوانات قطر كل منها ٦ سم تقريباً والطول ١٢٠ سم.
- (٤) قطع خشب طولها ١٤٠ سم وسماكتها ٦ × ٦ تقريباً.
- (١) عصا رفيعة طولها ١٢٠ سم.

.....

.....

.....

.....

ألصق صوراً عن بعض الإبداعات موضحاً أثرها على الفرد والمجتمع.



.....

.....

.....

.....

انظر إلى المشكلة من الزاوية غير
التقليدية وإبحث في الخبايا من حيث لا
يبحث الآخرون وأخيراً احتفل بأهدافك
الإبداعية





المحور الثاني

تعزير الثقة بالنفس





التاريخ :

هـ / /
م / /

تعزير الثقة بالنفس

أ - مفهوم الثقة بالنفس:

إيمان الفرد بأهدافه وقراراته وقدراته وإمكانياته وهي لا تعني الغرور أو الغطرسة، بل تعني توجيه الشعور والأفكار نحو الأهداف التي يصبو المرء لتحقيقها.

ب - أثر تعزير الثقة بالنفس في بناء شخصية الفرد:



إن التعاون من أقوى الدعامات التي يقوم عليها المجتمع المثالي وتحقيق كل أمر عظيم يأتي من ثمار ارتباط الأفراد واجتماع قواهم فيكونوا كالبنين المرصوص.
حب الوطن دفع فريق الإطفاء الكويتي وعلى رأسه الدكتور رشيد العميري وزير النفط آنذاك إلى العمل بإخلاص فأقبلوا على إطفاء آبار النفط التي أشعلها النظام العراقي الغاشم، متحدين كبرى شركات العالم التي أجمعت على أن عملية الإطفاء تتراوح ما بين ثلاث إلى خمس سنوات، مما جعلهم يسابقون الزمان ويواصلون الليل بالنهار إلى أن أطفأوا آخر بئر مشتعل في وقت قياسي لا يتجاوز الستة أشهر وواحد وعشرين يوماً، وهذا إن دل، فإنما يدل على حبهم وولائهم لوطنهم وإيمانهم بقدراتهم وإرادتهم القوية التي لا تقهر، فما أجمل إرادة الإنسان الكويتي التي تصمد للأحداث ولا تستكين للنوازل!

نشاط (١)

اذكر موقفاً من حياتك اليومية عزز من ثقتك بنفسك.

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

ج - سمات الشخص الواثق من نفسه :

نشاط (٢)

اكتب فقرة لا تزيد عن خمسة أسطر عن سمات الشخص الواثق من نفسه، بالاستعانة بالكلمات التالية:

ذات - إخلاص - تجديد - نظرة - اجتماعية - سعادة - متفائلة - جدية - علاقات - عمل - إيجابية - تقبل - حياة.

.....

.....

.....

.....

.....

«المهارة والثقة يكونان جيشاً لا يقهر»
(جورج هردبرت)
«كلما كانت رؤيتك لذاتك عالية كانت رؤيتك
للأهداف العظيمة جريئة وقوية»
(غاندي)



أولاً - الإيمان بالقدرات والإمكانات

لكل فرد درجة من الطموح تدفعه دائماً لتحقيق المزيد من التقدم. ولكن ليس معنى ذلك أن كل ما يطمح إليه يمكن تحقيقه، لذا يجب على كل من يطمح إلى الوصول إلى هدف معين أن يعد نفسه جيداً لتحقيقه وذلك من خلال التعرف على ما يمتلكه من قدرات وإمكانات.

نشاط (٣)

فكر بخمسة أمور تجيدها، واكتب ذلك في المكان المخصص من الرسم، ثم اذكر خمسة أمور لا تجيدها. ولا تتفاجأ! فما تراه من مصادر قوتك قد يعتبره غيرك مواطن ضعف له، ثم تمعن بهذه الصفات وابحث فيما إذا كان بإمكانك الاستفادة بطريقة إيجابية من قوتك وضعفك.

أمور لا أجيدها	أمور أجيدها
١ -	٥ -
٢ -	٤ -
٣ -	٣ -
٤ -	٢ -
٥ -	١ -

نشاط (٤)

اشطب الكلمات التالية في المربعات الخاصة بها وفق الشكل المرفق لتصل في النهاية لكلمة السر.
(طريق - قوة - ضعف - هواية - نجاح - أمل - إمكانات - قدرات - فشل - سعادة - تفاؤل - حب)

ن	ا	ت	ف	ا	ؤ	ل	ص	ع	ف
ج	ق	و	ة	ل	س	ث	ل	ش	ف
ا	ق	ق	ي	ر	ط	ع	أ	م	ل
ح	ة	ي	و	ا	ي	ة	ا	ب	أ
ح	ت	أ	ن	ا	ك	م	أ	د	ل
ب	ن	ق	د	ر	ا	ت	ف	س	ة

الحل:

معظمنا يستطيع أن يعمل أكثر مما
يعتقد أنه قادر على فعله، ولكننا عادة
ما نفضل أقل مما نعتقد أننا نستطيع
فعله



التاريخ :

هـ / /
م / /

ثانياً : القدرة على العمل والإنجاز

أ - مفهوم العمل:

(هو مجهود ذهني أو عضلي يبذله الإنسان لخلق المنفعة أو لاستظهارها ، وأساسها القدرة والإرادة).

ب - أهمية العمل المنتج والإنجاز:

«إن الحضارة العربية الإسلامية لم تستمر لقرون عدة إلا بإخلاص أبنائها في العمل، وديننا الإسلامي يحارب البطالة ويحث على العمل الجاد ويعتبره حقاً لكل فرد».

لقد رفع الإسلام العمل إلى منزلة رفيعة سامية ولم يفرق بين العمل الفكري والعمل اليدوي بل اعتبره أساساً للحياة ، وأكدت السنة النبوية ذلك في حديث الرسول -ﷺ- : «ما أكل أحد طعاماً خيراً من أن يأكل من عمل يده» صحيح البخاري

والدول المتقدمة في عصرنا هذا لم تصل إلى المستوى الذي نراه اليوم في العلوم والفضاء والتقنية إلا بجدية أبنائها في العمل.

نشاط (١)

اقرأ النص السابق، ثم أجب عما يلي:

١ - استخراج قيمة من النص.

٢ . ما أثر العمل المنتج بجدية على كل من:

المجتمع	الفرد
- ١	- ١
- ٢	- ٢

ج - القيم الأخلاقية في العمل:

لكل عمل أخلاقيات وقيم تعمل على تحسين بيئة العمل والتعامل مع الآخرين ومنها تقوى الله والأمانة واحترام الآخرين.

وردت كلمة العمل في القرآن الكريم تحت الألفاظ التالية:

اللفظ	عدد المرات	اللفظ	عدد المرات
عمل	١٩	عملت	٥
عملتم	١	اعمل	٤
تعملون	٨٣	عملى	١
اعمل	١	أعمالاً	١
عامل	٤	العاملين	٤



نشاط (٢)

اذكر قيماً أخرى في العمل:

.....

.....

نشاط (٣)

«نلاحظ هذه الأيام انهيار قيم العمل لدى بعض الشباب من الجنسين والذين يحاولون التهرب من العمل»، ما أسباب هذه الظاهرة في رأيك؟

.....

.....

.....

.....

نشاط (٤)

تخيل أنك صاحب شركة... ماذا تعمل لاستقطاب الشباب للعمل في شركتك؟



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نشاط (٥)

لاحظ الصور التالية، ثم اكتب أثر كل عمل في بناء شخصية الفرد:



نشاط (٦)

اكتب في حدود ثلاثة أسطر عن دور سيد الخلق محمد -ﷺ- في إسعاد البشرية.

.....

.....

.....

.....

نشاط (٧)

ساهم في إعداد الهوية للشخصيات التالية:



الاسم:
توماس أديسون
الإنجاز:
مخترع المصباح
الكهربائي



أثر الاختراع في المجتمع

.....

.....

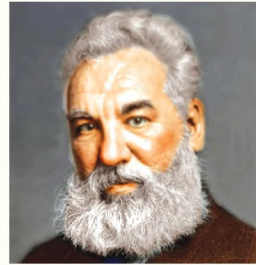
.....

.....

.....

.....

.....



الاسم: جراهام بل
الإنجاز:
مخترع الهاتف



أثر الاختراع في المجتمع

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المحور الثالث

التفاعل الاجتماعي





التاريخ :

هـ / /
م / /

التفاعل الاجتماعي

الإنسان اجتماعي بطبعه، يحب تكوين العلاقات وبناء الصداقات، والتعامل مع الآخرين فنظراً لاختلاف طباعهم. فمن حاجات الإنسان الضرورية حاجته للانتماء ومن الفطرة أن يكون الإنسان اجتماعياً، والفطرة السليمة ترفض الانطواء والانعزال وترفض أيضاً الانقطاع عن الآخرين.

عرف التفاعل الاجتماعي:

.....
.....

أولاً - كيف نكسب الأصدقاء؟

أ - مفهوم الصداقة: «علاقة اجتماعية بين شخصين أو أكثر على أساس المودة والمحبة بينهم».



الصداقة في الملعب



الصداقة في المدرسة



الصداقة في العمل

قالوا في الصداقة:

قال رسول الله -ﷺ-: «مثل الجليس الصالح والسوء كحامل المسك وذافخ الكير، فحامل المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه، وإما أن تجد منه ريحاً طيبة، وذافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد ريحاً خبيثة».

صحيح البخاري

«الصداقة الجيدة مثل الأشياء الهشة والرقيقة، يجب أن نتلقى العناية التي يتلقاها أي شيء رقيق وثمانين»

راندولف بولارن

نشاط (١)

م	ص	ا	د	ق	أ
ل	خ	ك	ر	ي	م
ص	د	ل	ش	ه	م
و	ف	ي	ص	د	خ
م	ع	ي	ن	ق	ل
و	أ	م	ي	ن	ي
ق	ق	ت	ق	ي	ل
ت	أ	م	ن	ص	ف
ل	ض	ض	ي	ق	ق

اشطب الكلمات التالية في المربعات الخاصة بها وفقاً للشكل المرفق لتحصل في النهاية على عبارة تتعلق بموضوع الدرس:

مخلص - صادق - كريم

معين - وفي - شهيم

خليل - أمين - منصف - تقي

أسس اختيار الأصدقاء:

الوالد: السلام عليكم ورحمة الله وبركاته... كيف حالك يا بني؟

الابن: وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته، بخير والحمد لله.

الوالد: كيف حالك مع المدرسة الجديدة التي انتقلت مؤخراً إليها؟

الابن: الحمد لله... ولكنني جلست طوال الوقت لوحدي، حيث إنني لا أعرف

أحدًا وأريد أن أكون صداقات مع بعض الزملاء في المدرسة.

الوالد: بالتأكيد يا بني، يجب أن تخالط الناس وتختار الصحبة الصالحة

التي تعينك.

الابن: كيف أختار أصدقائي؟



نشاط (٢)

ساعد الابن في ذكر بعض من صفات الصديق الصالح



نشاط (٣)

استعن بمراجع خارجية في إكمال النصوص التالية:

- ١ - قل لي من تصاحب أقل لك.....
- ٢ - عن المرء لا تسأل وسل عن قرينه.....
- ٣ - سلامٌ على الدنيا إذا لم يكن بها صديق.....
- ٤ - قال الله تعالى: ﴿يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ﴾^(١٧)
- ٥ - قال رسول الله ﷺ: «المرء على دين خليله فلينظر.....»

سورة الزخرف - الآية: ٦٧.

رواه الإمام أحمد

أنواع الأصدقاء عند «ابن القيم»

بعضهم
كالداء

شر وبال
عليك

بعضهم
كالدواء

تفرضه عليك
الظروف وطبيعة
الحياة وإن كنت
لا تريده

بعضهم
كالغذاء

أنت
بحاجة
إليه دائماً

الصداقة الناجحة تعني التوازن والعطاء على قدر
الأخذ وأية شبهة للأناذية من جانبك أو الاستقلال
عن الآخرين يعني أن الصداقة غير حقيقية.

ومضت

نشاط (٤)

مسميات أخرى لكلمة الصديق

اختبر معلوماتك :



من أقوال الخليفة عمر -رضي الله عنه- عن الصداقة:

«عليك بإخوان الصدق تعيش في أكفانهم، فإنهم زينة في الرخاء وعدة في البلاء، وضع أمر أخيك على أحسنه واعتزل عدوك وأحذر صديقك إلا الأمين، ولا أمين إلا من يخشى الله، ولا تصحب الفاجر فتتعلم من فجوره ولا تطلعه على سرّك واستشر في أمرك الذين يخشون الله تعالى».

نشاط (٥)



اقرأ النص السابق، ثم أجب عما يلي:

١ - استخراج قيمة مستفادة من النص.

٢ - ما الآثار المترتبة على مصاحبة الصديق السيئ؟

٣- ماذا يحدث لو:

أ - طلبك صديقك على الخط الثاني بالمنزل، وكان معك على الهاتف الآخر مكالمات؟

ب - قبل خروجك لحضور دعوة لأحد الأقارب بنصف ساعة، اتصل بك صديقك وهو في حالة نفسية سيئة ولديه مشكلة يريد أن يعرضها عليك؟

٤ - اقترح بعض الحلول لمعالجة المشاكل إن وجدت بين الأصدقاء.

ثانياً: كيف نمتلك مهارات الحوار؟

أ - مفهوم الحوار :

نوع من الحديث بين شخصين يتم فيه تداول الكلام بينهما بطريقة ما، فلا يستأثر به أحدهما دون الآخر، ويغلب عليه الهدوء والبعيد عن الخصومة والتعصب.

- حتى يتم الحوار لابد أن يكون هناك اتصال ، ولا يتم هذا الاتصال إلا بتوافر العناصر التالية:



المحاور الناجح يتجنب التخطئة

قصة الحسن والحسين ... رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا

رأى الحسن والحسين رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا رجلاً كبير السن يتوضأ ولم يحسن الوضوء، فأراد أن ينكرا عليه ويبينا له خطأه، ولكنهما يعلمان أن الشيخ الكبير نادراً ما يتقبل نصيحة الشباب، فاتفقا على أن يأتياه بطريقة لطيفة، فتقدما إليه فقال الحسن: يا شيخ احكم بيننا، فإني أقول أن وضوئي هو الموافق لسنة النبي ﷺ - وتقدم الحسين فقال: بل وضوئي إذا هو الموافق لسنة النبي ﷺ - فقال الشيخ للحسن توضحاً! فتوضأ الحسن فأحسن الوضوء، وقال للحسين: توضحاً! فتوضأ الحسين فأحسن الوضوء، كما توضأ الحسن تماماً ولم يختلف عنه بشيء ، فتبسم الرجل وقال: جزاكمم الله خيراً، لقد علمت الآن كيف أتوضأ.

نشاط (١)

اقرأ الحوار السابق، ثم نفذ ما يلي:

١ - حدد عناصر الاتصال كما ورد في النص:

- أ - المرسل (.....)
- ب - الرسالة (.....)
- ج - المستقبل (.....)

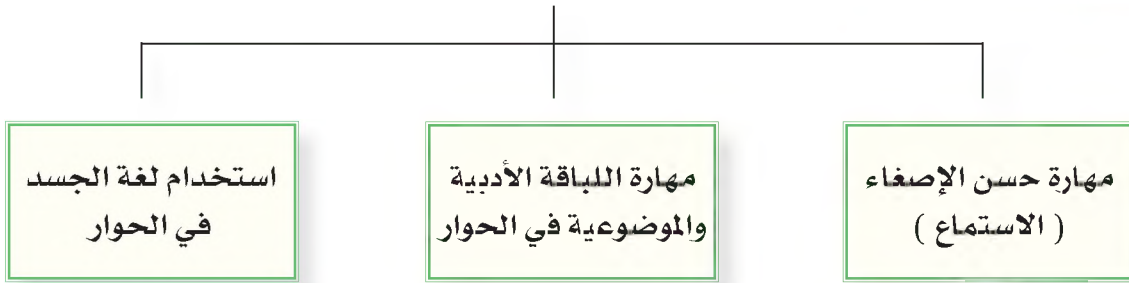
٢ - استنتج الصفات التي يجب أن تتوافر في المحاور الناجح .

٣ - أكمل النص القرآني التالي:

قال تعالى: ﴿ فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ
وَأَسْتَغْفِرَ لَهُمْ وَاَسْأَوْرَهُمْ فِي الْأَمْرِ ﴿

سورة آل عمران - الآية: ١٥٩ .

ب - المهارات الأساسية للحوار :



النصيحة علاقة واضحة على حب
الشخص المنصوح وأحد معايير الحب
هو النصح المخلص.



أولاً- مهارة حسن الإصغاء (الاستماع):

قال رسول الله -ﷺ-: «من أخلاق المؤمن حسن الحديث إذا حَدَّثَ وحسن الاستماع إذا حُدِّثَ وحسن البشر إذا لقي، ووفاء الوعد إذا وعد». (الجامع لأخلاق الراوي وآداب السامع)
«ولد المرء بأذنين وفم واحد حتى ينصت أكثر مما يتحدث».



● مفهوم الإنصات:

هو الاستماع المركز لمجموعة من المعلومات حول موضوع ما .

مخاطر عدم الإصغاء	فوائد الإصغاء
<ul style="list-style-type: none"> • إساءة تفسير أفكار الآخرين. • التسرع في إعطاء أحكام غير دقيقة. • تشوش الموضوع أو القضية المطروحة. 	<ul style="list-style-type: none"> • يمنح الآخرين فرصة التحدث بحرية وصراحة. • تزويدنا بأكبر قدر من المعلومات. • الحصول على رؤية أشمل وفهم أوسع لمشكلات الآخرين وهم يناقشوننا.

إن الشخص الذي يصغي باستمرار هو الشخص الذي يقبل الناس على الإصغاء إليه.



(١)

استمع.. استمع.. استمع
نعم استمع بإخلاص لمن يحدثك.



(٢)

لا تجهز الرد في نفسك وأنت تستمع
لشخص آخر، ومن الخطأ الاستعجال
في الرد لأنه يؤدي بدوره لسوء الفهم.





(٤)

لا تقاطع، وبعد أن ينتهي المتحدث لخص
كلامه بقولك: أدت تقصد كنا وكنا..
صحيح؟



(٣)

اتجه بجسمك كانه لمن يتحدث إليك،
فإن لم يكن فبوجهك على الأقل حتى لا
يشعر المتحدث بأذك تهماه.

نشاط (٢)

حادثة طريفة : هيا استمع إليها

«كان هناك طفل يحدث أباه المشغول عنه في قراءة الصحيفة، فنهب الطفل وأمسك رأس أبيه وأداره
تجاهه وكلمه».

• ما الفائدة التي خرجت بها من هذه الحادثة؟

.....

.....

• حدد رقم الصورة التي تناسب الموقف.

.....

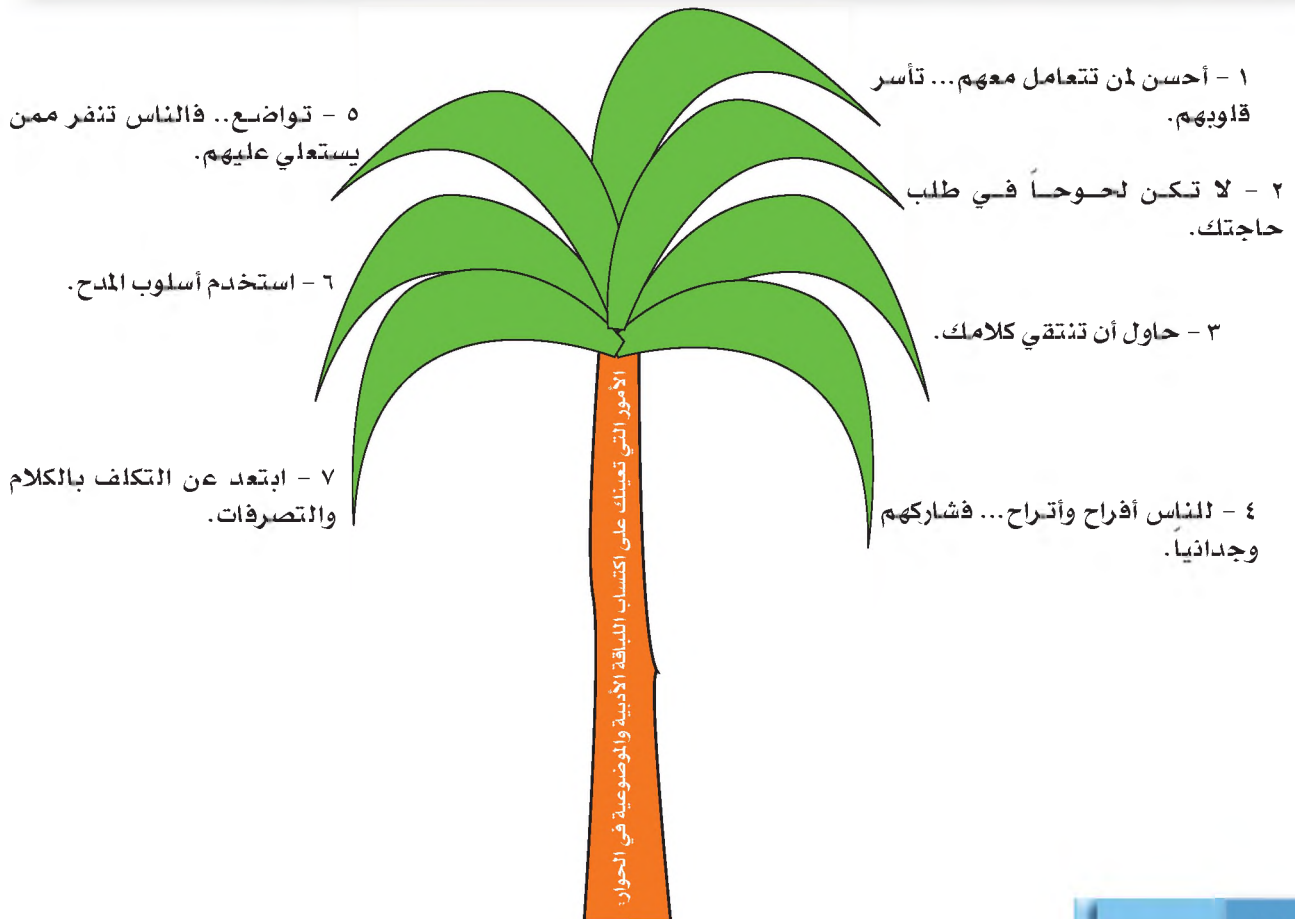
ثانياً - اللباقة الأدبية والموضوعية في الحوار:

ماذا تفعل حينما تحاور شخصاً ← يختلف معك في الرأي ؟

نشاط (٣)

اختر من القائمة (ب) ما يناسب القائمة (أ) وذلك بوضع الرقم في المكان المناسب:

م	القائمة (أ)	الرقم المناسب	القائمة (ب)
١ -	نموذج الإقناع		يحدث عقب اتخاذ كل طرف من الطرفين مواقف ثابتة ورفضه التحرك لما يطلبه الطرف الآخر.
٢ -	نموذج التفاوض		يحاول أحد الطرفين النجاح في تبني موافقة الطرف الآخر على رأيه.
٣ -	نموذج التعصب		يحدث عندما تتسع الهوية كلما استمر الحديث بين الطرفين وكل طرف يرفض الاستماع إلى الآخر.
٤ -	نموذج الاستقطاب		إذا لم تستطع إقناع الطرف الآخر بقبول موقفك قبولاً كلياً يبدأ الطرفان بالتنازل لإيجاد حل وسط.



نشاط (٤)

اذكر موقفاً كان للباقتك الأدبية في الحوار دوراً فيه



تجنب ما يفقدك اللباقة الأدبية في الحوار:
المغالطة، الانكماش، التهرب، الاستهزاء

ثالثاً - استخدام لغة الجسد في الحوار:

تعريف مفهوم لغة الجسد في الحوار:

تلك الحركات التي يقوم بها بعض الأفراد مستخدمين أيديهم، أو تعبيرات الوجه، أو أقدامهم، أو ذبرات صوتهم، أو هز الكتف، أو الرأس ليفهم المخاطب بشكل أفضل المعلومة التي يريد أن تصل إليه.

نشاط (٥)

من خلال التعريف السابق استخلص أهم صور الاتصال غير اللفظي.



المحور الرابع

إدارة تنظيم الوقت





إدارة تنظيم الوقت

التاريخ :

هـ / /
م / /

قال سبحانه وتعالى:

﴿ وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ خُسْرٍ ۝٢ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ ۝٣ ﴾

سورة العصر

وقال عليه الصلاة والسلام: «نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفرغ»

رواه مسلم

حرص ديننا الإسلامي العظيم على تعريفنا بأهمية الوقت حيث اعتبر من أهم الأمور التي يجب على الإنسان أن يديره بصورة فعالة.

إدارة الوقت:

هي عملية تخطيط وتنظيم وتوجيه ورقابة الوقت بما يمكننا من اختيار الشيء الصحيح المراد عمله والقيام بأعمال كثيرة في وقت قصير.

نشاط (١)

أهمية إدارة الوقت:



أصبح عنصر الاستغلال الأمثل للوقت عنصراً حاسماً حيث يستخدم كمقياس لمدى التقدم الحضاري للدول وذلك من خلال معرفة اتجاهات شعبها وتقديره لأهمية الوقت حيث إنه العنصر القاعل للتغلب على المعوقات وتحقيق الانجاز وبلوغ النجاح كما فعلت اليابان حيث إنها بدأت خطط التنمية من الصفر بعد هزيمتها في الحرب العالمية الثانية عام ١٩٤٥م.

اقرأ النص السابق، ثم استخلص منه ما يلي:

١ - قيمة

٢ - أهمية إدارة الوقت.

٣ - ما أثر إدارة الوقت في تقدم الأمم والشعوب؟

.....

.....

.....

أولاً - إدارة الوقت في الحياة الاجتماعية

أ - أثر إدارة الوقت على شخصية الفرد:

«لإدارة الوقت أثر كبير في شخصية الفرد حيث إنها تساعد على اتساع دائرة إنجازاته وتحسين أدائه مما يؤدي إلى سرعته في إنجاز أعماله».

نشاط (٢)

برأيك... اكتب جوانب أخرى في أثر إدارة الوقت على شخصية الفرد داخل الأشكال التالية:



زيادة الإنتاجية

تنمية الإبداع



تعزيز الراحة

تحسين الأداء

نشاط (٣)

رتب العناصر التالية حسب أولوياتها:

تنفيذ المهام الرئيسية - تحديد الأهداف ومواعيد إنجازها - استخدام الوقت الهادئ للتفكير - تحديد الأولويات يوميا - كتابة قائمة الأشياء اليومية التي ستنجز - جمع المهام المتشابهة في حزمة

.....	-١
.....	-٢
.....	-٣
.....	-٤
.....	-٥
.....	-٦

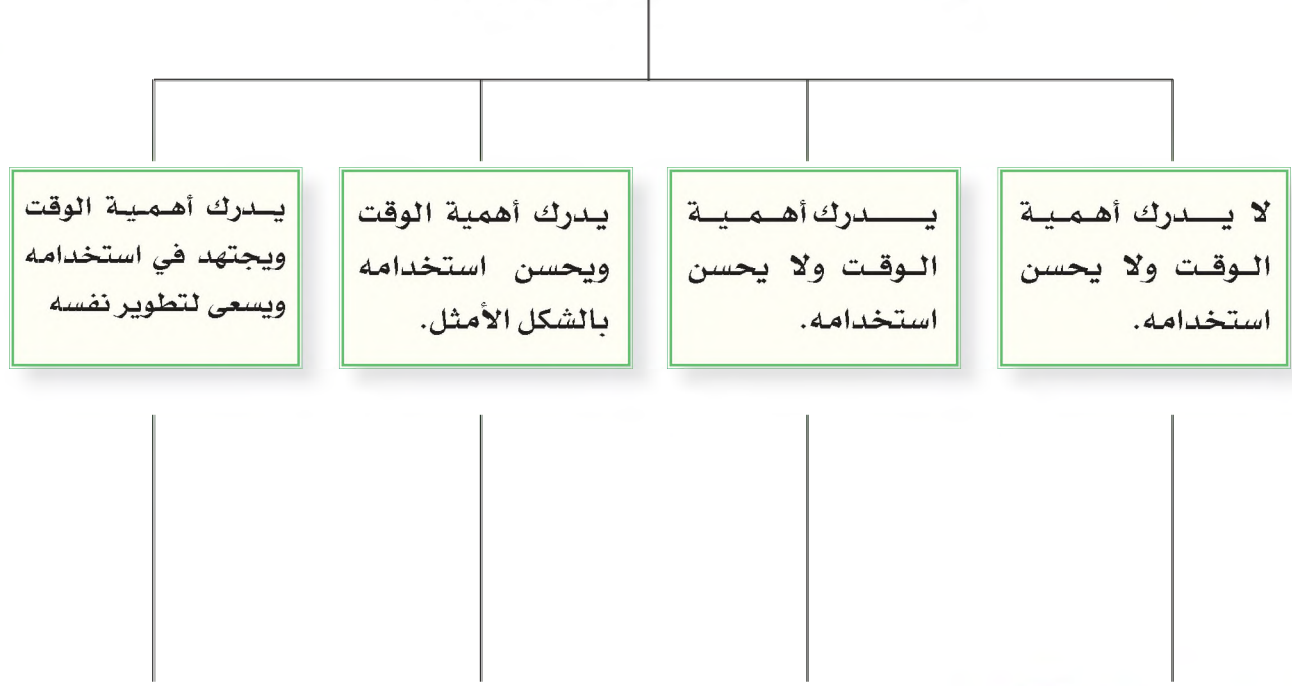
لا تضيع وقتك
مع أمور تافهة



الوقت كالسيف إن لم تقطعه قطعك

ج - طبيعة إدارة الأفراد للوقت:

«يتفاوت الأفراد في إدارتهم للوقت فمنهم من...»



نشاط (٤)

بالاستعانة بالمخطط السابق اكتب النتائج المترتبة على طبيعة إدارة الأفراد للوقت

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

نشاط (٥)

اختر التوقيت المناسب لكل نشاط مما يلي :

م	النشاط	التوقيت
١ -	ممارسة التمرين الرياضي اليومي لمدة ١٥ دقيقة	(قبل النوم مباشرة - بعد تناول طعام الغداء مباشرة - مبكراً قبل الإفطار)
٢ -	حضور دورة في كيفية التفوق الدراسي	(قبل بداية العام الدراسي - قبل الامتحان - في إجازة نصف العام)
٣ -	ارتداء الملابس الصوفية الثقيلة	(في فصل الربيع - في فصل الشتاء - في فصل الخريف)
٤ -	تناول جرعة الدواء	(بعد تناول الغداء - عند الإحساس بالألم - في الوقت الذي حدده الطبيب)
٥ -	الذهاب لتعزية أحد الزملاء في وفاة أحد الأقارب	(خلال الأيام الثلاث الأولى - بعدها بأسبوع - ساعة الوفاة فقط)

د - أهمية تنظيم الوقت:

يحكى أن حطاباً كان يجتهد في قطع شجرة في الغابة ولكن فأسه لم يكن حاداً إذ أنه لم يشحنه من قبل، فمر عليه شخص ما فرآه على تلك الحالة فدار بينهما الحوار التالي:

الرجل: السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الحطاب: وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته.

الرجل: ماذا تفعل؟!

الحطاب: ألا تراني منهمكا في عملي أحاول قطع هذه الشجرة وقد استعصت عليّ.

الرجل: لماذا لم تشحن فأسك قبل قطعها؟

الحطاب: وهل ترى أن لدي الوقت لكي أقوم أولاً بشحن الفأس ثم قطع الشجرة؟

الرجل: لو أنك قمت بتنظيم وقتك لتمكنت من قطع الشجرة دون عناء.



استخلص من القصة السابقة الآثار السلبية لعدم إدارة الوقت وتنظيمه

.....

.....

.....

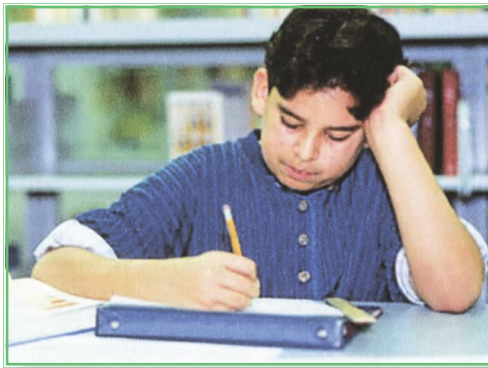
.....



انتبه إلى تسرب وقتك

ثانياً - إدارة الوقت في الحياة الدراسية

أ - أهم الخطوات لتنظيم الدراسي:



- ١ - ضع هدفاً لكل عمل تقوم به وتفحص أهدافك هل هي واقعية ومناسبة لقدراتك وظروفك أم لا .
- ٢ - تخصص وقت كاف لكل مادة دراسية ومتطلباتها والعمل على إنجازها بنجاح .
- ٣ - خلق توازن بين المهام الأكاديمية والاجتماعية عن طريق تقسيم الوقت بين الاستنكار وإنجاز الواجبات الدراسية وإيجاد وقت لممارسة الهوايات والتطوير الذاتي .
- ٤ - تخصص أوقات محددة للاستنكار وأداء الواجبات والأنشطة الفصلية بأوقاتها المحددة بعيداً عن الضغوط النفسية .
- ٥ - تجنب الأشخاص الذين يهدرون وقتك ويشغلونك عن الدراسة .

نشاط (٧)

صمم جدولاً زمنياً تنظم فيه وقتك الدراسي:

ب - أهمية تنظيم الوقت في التحصيل الدراسي:

نشاط (٨)

اكتب تعليقاً مناسباً للصور التالية موضحاً علاقة تنظيم الوقت في التحصيل الدراسي.





- ١ - القرآن الكريم.
- ٢ - صحيح البخاري.
- ٣ - الخطيب إبراهيم، عيد ، زهدي ، التنشئة ، نعمان (٢٠٠٢) التنشئة الاجتماعية للطفل - الكويت: المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج.
- ٤ - حلمي، منيرة (١٩٩٦) التفاعل الاجتماعي - القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٥ - موسى ، محمود (٢٠٠٦) الدافعية للتدريب الإداري - في ضوء التحديات العالمية والمحلية - الطبعة الأولى - الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- ٦ - هاينز ، سندي (٢٠٠٦) - من أجل حياة أفضل (كتاب الصداقة) - الطبعة الأولى.
- ٧ - مغلي، سميح، سلامة، عبد الحافظ، رداحة، فنوي. (٢٠٠٢) التنشئة الاجتماعية للطفل - الكويت: المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج.
- ٨ - أبو سريع، أسامة، الصداقة من منظور علم النفس.
- ٩ - كاينجي، ديل - كيف تكسب الأصدقاء وتؤثر في الناس؟ - ترجمة عبد المنعم الزيايدي.
- ١٠ - ريتشي ، ديفيد ايه - كيف تنسجم مع الآخرين في كل وقت؟.
- ١١ - جوكوندريل، بيني بوف، ١٠١ طريقة فورية لتنمية مهارات التخاطب.
- ١٢ - كوفي، ستيفن - العادات السبع لأكثر الناس إنتاجية.
- ١٣ - برنامج إعادة هيكلة القوى العاملة والجهاز التنفيذي للدولة (٢٠٠٧/٢٠٠٨) مفكرة صناع النجاح.
- ١٤ - علي، احمد، عبده، عيسى - العمل في الإسلام - مصر: دار المعارف.
- ١٥ - سعيد، جودت (١٩٨٠) - العمل قدرة وإرادة - الطبعة الأولى.
- ١٦ - الديب، إبراهيم - (٢٠٠٦) - أسس ومهارات إدارة الذات «إدارة الوقت».
- ١٧ - الخضيري، محسن (٢٠٠٠) - الإدارة التنافسية للوقت.
- ١٨ - الصيرفي، محمد، (٢٠٠٧) - إدارة الوقت.
- ١٩ - سلامة، سهيل، إدارة الوقت.
- ٢١ - فخرو، عبد الناصر - (٢٠٠٥) - مختصر مهارات التفكير للآباء والمعلمين - الطبعة الثالثة - الكويت: فهرسة مكتبة الكويت الوطنية.
- ٢١ - رجب، محمد، (١٩٩٠) - تسالي ومسابقات وألغاز - الطبعة الأولى - القاهرة: دار الصحوة.
- ٢٢ - ابا ندى، مها - (٢٠٠٠) التفكير الإبداعي - الرياض: دار الرياض.



- ٢٣ - الحريبي، سعود، القحطاني، حمد، ملك، مريم (٢٠٠٤) التفكير - تعريفه - أنواعه . الكويت :
فهرسة مكتبة الكويت الوطنية.
- ٢٤ - عبيدات، ذوقان، عدس، عبد الرحمن، عبد الحق، كايد (١٩٨٥) البحث العلمي مفهومه - أدواته -
أساليبه . الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- ٢٥ - نجاتي، محمد - عالم النفس والحياة - الطبعة السابعة عشر - الكويت: دار القلم للنشر
والتوزيع.
- ٢٦ - جروان، فتحي - (١٩٩٩) - تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات - الطبعة الأولى.
- ٢٧ - قطامي، نايفة - (٢٠٠٢) - تعليم التفكير للأطفال - الطبعة الأولى - الأردن: دار الفكر
للطباعة.
- ٢٨ - مرتضى، علي - (٢٠٠٦) . أطلق مهاراتك واكتشف طاقاتك وسخر استعداداتك لتنجح وتنعم
بحياتك - الكويت: مكتبة الكويت الوطنية.
- ٢٩ - الكريباتي، سعد - (٢٠٠٧) - مؤسسة فهد المرزوق الصحفية - الطبعة السادسة.
- ٣٠ - الخضري، عثمان - (٢٠٠٦) - شركة الإبداع الفكري للنشر والتوزيع - الطبعة الأولى - الكويت.
- ٣١ - الحارثي، إبراهيم - (٢٠٠٣) - تدريس العلوم بأسلوب حل المشكلات (النظرية والتطبيق) - الرياض:
مكتبة الشقري.
- ٣٢ - رحال، طوفي - (٢٠٠٣) - التدريس الفعال للعلوم أسلوب تكاملي - مجلة المعلمون والدارسون
والمناهج. جامعة زايد - الجزء الأول - ص ٤٥ - ٤٩
- ٣٣ - دبور، مرشد، الخطيب، إبراهيم - (٢٠٠١) - أساليب تدريس الاجتماعيات - الطبعة الأولى - عالم
الكتب.
- ٣٤ - زيتون، حسن - (٢٠٠٣) - مهارات التدريس «رؤية في تنفيذ التدريس» - الطبعة الأولى - عالم
الكتب.
- ٣٥ - زيتون، كمال - (٢٠٠٣) - التدريس نماذج ومهاراته - الطبعة الأولى - عالم الكتب.
- ٣٦ - حمدان، محمد - (٢٠٠١) - التدريس المعاصر «تطورات وأصوله وعناصره وطرقه» - الطبعة
الأولى - وزارة التربية.
- ٣٧ - البوص، عبد الله - فن إدارة الوقت.
- ٣٨ - www.grenc.com

أودع بمكتبة وزارة التربية تحت رقم (١٩٢) بتاريخ ٢٠٠٩/١/٧

فيلمز  Films

شركة مجموعة فوري فيلمز للطباعة
Four Films Printing Group Company

تلفون: ٢٤٨٢٠١٥٠ - فاكس: ٢٤٨٢٣٨٧٢