



מדינת ישראל
משרד החינוך



منظومة بثّ قُطريّة

درس مفتاح القلب للصفّ

موضوع الدرس: كيف أنظم وقتي اليومي

مع المعلّم / ة: إقبال قصيني

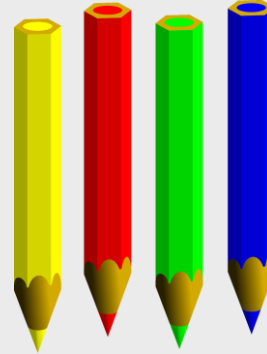
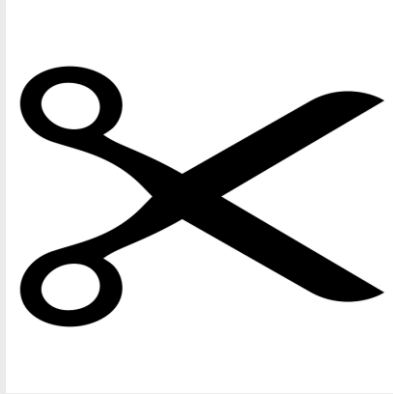


ماذا سنتعلّم اليوم؟

• كيف أنظم وقتي اليوميّ.



ماذا يجب أن نحضر للحصة؟





نبدأ التعلّم

كيف بإمكانني أن أنظّم وقتي بنجاح :

- تنظيم اعمالنا وانشطتنا.
- تسجيل اعمالنا اليوميّة.
- تصميم جدول مُفصّل.



نواصل التعلّم:

الأعمال التي نقوم بها يوميًا:

- نحدد وقت الاستيقاظ.
- نقوم بتنظيف الأسنان وغسل الوجه.
- نرتب السرير وننظف الغرفة.
- نحضر وجبة الفطور.
- نقوم برياضة خفيفة.
- نقوم بالواجبات المدرسيّة.
- نساعد أمّنا بتحضير وجبة الغذاء.
- نهتم بمراقبة أخوتنا الصغار واللعب معهم.
- نستحم.
- نقوم بتحضير وجبة العشاء.
- نختار قصة للمطالعة.
- نخلد إلى النوم.



لحظة تفكير وتأمل:

• ما هو الشعور الذي ينتابني عندما أنظم وقتي في البيت ؟

سعادة

نظام

مسؤولية

مشاركة

راحة

ترتيب



كيف ننظم وقتنا ونبني جدول يوميّ لأعمالنا؟



نواصل التدرّب

نبني جدول أعمالنا اليومي:

الأسبوت	الجمعة	الخميس	الإربعاء	الثلاثاء	الإثنين	الأحد	أعمالي في أيامي
							استيقظت الساعة
							غسلت وجهي
							فرشت أسناني
							رتيت فراشي
							انهيت فطوري
							قمت برياضة الصباح
							انهيت دراستي
							انهيت وجبة الغذاء
							لعبت مع اخوتي
							شاهدت التلفاز
							استحممت
							انهيت وجبة العشاء
							قرأت قصة
							ذهبت للنوم الساعة

كيف نبني جدول أعمالنا؟

طريقة التنفيذ والخطوات:

1. نحتاج لورقة.
2. مسطرة.
3. قلم.
4. نقوم بتسجيل المهام.



מדינת ישראל
משרד החינוך

شكرًا لمشاهدتكم البث

منتج لوزارة المعارف بواسطة مركز التكنولوجيا التربوية- مطاح