

الأساسي في النشاط العلمي

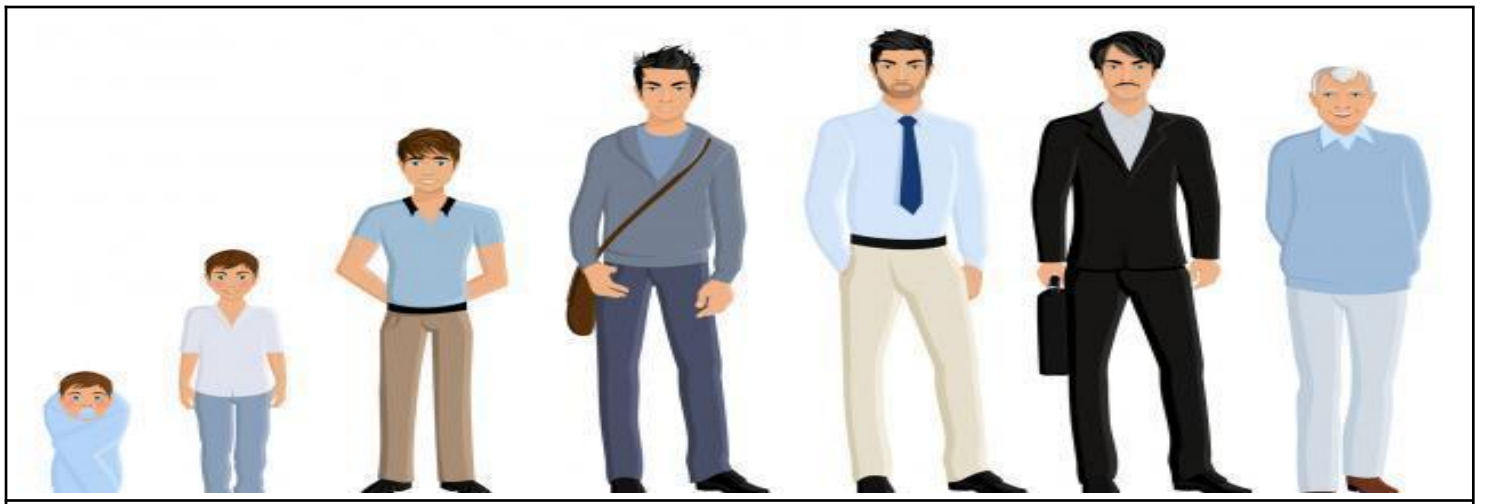
الوحدة الثالثة: تغذية وصحة الإنسان

أهداف تعليمية	الخصص
• يتعرف أن الرضيع، بعد الازدياد، يكبر ويصبح طفلا، ثم راشدا. • يرتب أهم مراحل النمو لدى الإنسان.	2 - ما أهم مراحل نمو الإنسان ؟
• يكتشف أغذية الرضيع وأهمية الرضاعة الطبيعية. • يتعرف أن تغذية الرضيع مختلفة عن تغذية الطفل.	1 - ما أغذية الرضيع ؟
• يتعرف أنواع الأغذية التي يجب أن يتناولها يوميا. • يعي أهمية تنوع الأغذية بالنسبة لجسمه.	3 - ما الأغذية الواجب تناولها يوميا ؟
• يتعرف أن التغذية المتوازنة أساسية كي يحافظ على صحته. • يتبنى سلوكيات غذائية سليمة.	4 - كيف أختار أغذيتي اليومية ؟
• يميز بين حالته وهو مريض وحالته وهو في صحة جيدة. • يتعرف السلوك الغذائي المضر بصحته.	5 - ما علاقة تغذيتي بصحتي ؟
• يتعرف أهمية تنظيم أوقات الأكل وتناول الأغذية . • يتناول ثلاث وجبات في اليوم .	6 - متى أتغذى ؟
• يتعرف أن نظافة جسمه ضرورية للحفاظ على صحته. • يتبنى عادة غسل اليدين جيدا بانتظام خلال اليوم، قبل كل وجبة. • يعتني بنظافة أسنانه، بعد كل وجبة غذائية، بشكل دائم.	7 - كيف أحافظ على نظافة جسمي ؟
• يتعرف أن النوم ضروري لكي يستريح من التعب. • يتجنب سلوكيات مخلة بنظام النوم وبالصحة.	8 - ما حاجة جسمي للنوم ؟

من إعداد: الحبريري يحيى

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجذاذة: 20
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: ما أهم مراحل نمو الإنسان؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 1
الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أن الرضيع؛ بعد الازدياد؛ يكبر ويصبح طفلا، ثم راشدا. (2) أن يرتب أهم مراحل النمو لدى الإنسان.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية:		
رسوم وصور الكراسة (ص:34) - بطاقات صور لمراحل نمو الإنسان- لوحات حائطية - أفلام وثائقية ...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان - أنا الأصغر		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية التعليمية
أنشطة الاستثمار والتطبيق	وضعية الانطلاق.	دور المدرس - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، بمثل: ولدت أمك أختا (أختا) لك، فكان يتغذى من حليبها، وبعد شهور صار يحبو، وبعدها صار يحاول الوقوف والمشي بمساعدة أبيك...، فيزداد وزنه، وتطول قامته، وبعد ست سنوات سيلتحق بالمدرسة.. - كيف كان أخوك عند الولادة؟ لماذا صار يحبو /يمشي؟ - كيف سيصبح عندما يلتحق بالمدرسة؟ ماذا حدث لجسمه بعد الولادة؟ ... دور المتعلمين والمتعلمين - المشاركة في مناقشة الوضعية وفهمها وإبداء تمثلاتهم في الموضوع.
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	دور المدرس - التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: كيف أتعرف مراحل نمو الإنسان؟ دور المتعلمين والمتعلمين - يصوغ المتعلمون أسئلة مناسبة للمشكل الذي تطرحه الوضعية المقدمة.
	اقتراح الفرضيات	دور المدرس - إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير. دور المتعلمين والمتعلمين - من خلال أسئلة المرحلة السابقة، وباستدعاء خبراتهم، يقدم المتعلمون والمتعلمات إجابات وفرضيات تكون بمثابة حلول مؤقتة للمشكل المطروح.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	دور المدرس - ضبط المهام والأنوار داخل كل مجموعة عمل (المسير- المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسة ومختلف الوسائل اللازمة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعينات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة. دور المتعلمين والمتعلمين - تقوم كل مجموعة باختبار صحة الفرضيات من خلال ملاحظة الصورة أو الصور باستعمال الوسائل اللازمة. - ينظم مسير كل مجموعة عمل مجموعته. - يدون المقرر، بمساعدة عناصر مجموعته، مختلف الخلاصات التي توصلت لها مجموعته.
	عرض النتائج وتقاسم الحصيلة.	دور المدرس - تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تمحيص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها. دور المتعلمين والمتعلمين - يعرض مقرر كل مجموعة نتائج عمل مجموعته. - يناقشون النتائج والخلاصات، ويقارنونها بالفرضيات المقترحة من أجل إثباتها أو ضحدها.
	الاستنتاج والتعميم.	دور المدرس - باستغلال الكلمات المهمة التي أدونها تدريجيا على السبورة، أساعدهم على صياغة ملخص الدرس. - ينمو الرضيع، ويكبر، فيصبح طفلا ثم راشدا وشيخا. دور المتعلمين والمتعلمين - يشاركون في استخلاص وصياغة الاستنتاج على شكل جواب عن السؤال المطروح في وضعية الانطلاق، وذلك بناء على النتائج المصادق عليها. - يقرؤون الخلاصة.
	أنشطة الاستثمار والتطبيق.	تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة. النشاط 1: يرتب التلميذ الرسومات من الأصغر سنا إلى الأكبر سنا، بوضع الأرقام في الخانات المناسبة (رضيع حديث الولادة - رضيع يحبو - رضيع يقف على رجله وطفل واقف). النشاط 2: يميز مراحل حياة الإنسان بكتابة الكلمة الملائمة في الخانة المناسبة، ويدخل في حوار شفهي لاستخراج خصوصيات كل مرحلة. من اليمين إلى اليسار: راشد - رضيع - شيخ - طفل.
المفاهيم والمصطلحات	شيخ : Vieux	راشد : Adulte



اطلبي من طفلك أن يرتب مراحل نمو الإنسان ترتيباً صحيحاً



المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجذابة: 21
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: ما أغذية الرضيع؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 2
الأهداف التعليمية: (1) أن يكتشف أغذية الرضيع وأهمية الرضاعة الطبيعية. (2) أن يتعرف أن تغذية الرضيع مختلفة عن تغذية الطفل.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسي (ص: 35) - بطاقات صور لبعض الأغذية التي يتناولها كل من الطفل والرضيع- لوحات حائطية- أفلام وثائقية عن توفرت ...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان - أنا الأصغر - طعامي لذيق - تسمية أنواع من الأطعمة - أتناول أغذيتي.		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة الاستثمار والتطبيق	وضعية الانطلاق.	دور المدرس - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، بمثل: - ولدت أمك أختا (أختا) لك، فكان يصرخ كثيرا. فناولته أمك شينا ما، فسكت ونام. - لماذا كان يصرخ الصبي؟ ماذا قدمت له الأم؟ هل يمكن أن نتاوله شينا آخر غير الحليب؟ هل تختلف أغذية الرضيع عن أغذية الطفل؟ ... دور المتعلمين والمتعلمين - المشاركة في مناقشة الوضعية وفهمها وإبداء تمثلاتهم في الموضوع.
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمين والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: ما أغذية الرضيع والطفل؟
	اقتراح الفرضيات	- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير- المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسي ومختلف الوسائل اللازمة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعينات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	عرض النتائج وتقسيم الحصيلة.	- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تمحيص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.
	الاستنتاج والتعميم.	- باستغلال الكلمات المهمة التي أدونها تدريجيا على السبورة، أساعدهم على صياغة ملخص الدرس. - يتغذى الرضيع أساسا بالحليب. - أفضل غذاء في الأشهر الأولى هو حليب الأم. - تغذية الرضيع تختلف عن تغذية الطفل.
	أنشطة الاستثمار والتطبيق.	تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة. النشاط 1: يتعرف أغذية الرضيع خلال الأشهر الأولى، على الخصوص، بوضع علامة أسفل البطاقات بشكل ملانم، حتى يتمكن التلميذ من تمييز أغذية الرضيع عن أغذية الطفل، خاصة في الأشهر الأولى بعد الولادة. - من اليمين إلى اليسار: رسم 1، رسم 2، رسم 3 ورسم 5. النشاط 2: بعد تلوين خانات الصور المقدمة بشكل سليم، يكون التلميذ قادرا على تمييز غذاء الرضيع عن غذاء الطفل، مع استحضار نسبية ذلك حسب خصوصيات كل منطقة. ويمكن بسط أغذية أخرى، ومناقشة مدى استجابتها لحاجيات الطفل بشكل مبسط تماشيا مع مستواه الإداركي. تلوين حليب الأم والحليب الاصطناعي (عند الضرورة).
المفاهيم والمصطلحات	رضيع : Nourrisson	حليب أم : Lait maternel
		غذاء : Aliment

ما أغذية الرضيع؟



المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجذاذة: 22
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: ما الأغذية الواجب تناولها يوميا؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 3
الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أنواع الأغذية التي يتناولها يوميا. (2) أن يعي أهمية تنوع الأغذية بالنسبة لجسمه.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسة (ص: 36) - بطاقات وصور لبعض الأغذية التي يتناولها كل من الطفل والرضيع والراشد- لوحات حائطية- أفلام وثائقية ...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان - أنا الأصغر - طعامي لذيق - تسمية أنواع من الأطعمة - أتناول أغذيتي. + مصادر أغذيتي.		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة الاستكشاف وبناء	وضعية الانطلاق.	دور المدرس دور المتعلمين والمتعلمين - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي ، بمثل: ذهبت أمك إلى السوق ، فاشتريت مؤونة المطبخ، حتى ملأت السلة بأغذية كثيرة ومختلفة ومتنوعة. فما هي تلك الأغذية؟ ما مصدر كل منها؟ ...
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمين والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: ما الأغذية الواجب تناولها يوميا ؟
	افتراح الفرضيات	- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير- المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسة ومختلف الوسائل اللازمة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعينات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	عرض النتائج وتقسيم الحصيلة.	- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تمحيص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.
	الاستنتاج والتعميم.	- باستغلال الكلمات المهمة التي أدونها تدريجيا على السبورة، أساعدهم على صياغة ملخص الدرس. - أتناول يوميا أغذية متنوعة، وأختارها بعناية، لأحافظ على صحتي.
تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة. النشاط 1: من خلال مقارنة مجموعات الأغذية المصنفة حسب غناها ومحتواها من الأغذية البسيطة كما تقترحها الوثائق المقدمة في النشاط الأول، يستخرج التلميذ العناصر الغذائية اللازمة لإعداد وجبة غذائية متكاملة. ويميزها اعتمادا على معايير محددة (نسبة الأغذية البسيطة في مجموعة غذائية) حسب كل صنف من الأغذية. النشاط 2: بعد الاطلاع على عناصر الوجبة الضرورية لتشكيل وجبة غذائية ملائمة، ينتقل التلاميذ بشكل جماعي لعزل أغذية مناسبة ضمن المجموعة للحصول على وجبة تستجيب لحاجيات الجسم بشكل متوازن، عبر تلوين المطلوب.		
أغذية متنوعة : Aliments variées المفاهيم والمصطلحات		

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجاذبة: 23
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: كيف أختار أغذيتي اليومية؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 4
الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أن التغذية المتوازنة أساسية ليحافظ على صحته. (2) أن يتبنى سلوكيات غذائية سليمة.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسة (ص: 37) - رسومات ووثائق مرتبطة بالأغذية اللازمة لتغذية سليمة. بطاقات صور لبعض الأغذية التي يتناولها الإنسان - لوحات حائطية - أفلام وثائقية...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان - أنا الأصغر - طعامي لذيق - تسمية أنواع من الأطعمة - أتناول أغذيتي.		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة البناء	وضعية الانطلاق.	دور المدرس - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، يمثل: خالد يتناول فقط ما يشتره من عند البقال، ويكثر من أكل الحلويات والجبن المملح، فيبدو جسمه ضعيفا. - فهل هذه الأغذية مفيدة لجسمه؟ ما تقول في إفراطه في تناول الطعام؟ لماذا جسمه ضعيف؟ بم تنصحه؟
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	دور المتعلمين والمتعلمين - المشاركة في مناقشة الوضعية وفهمها وإبداء تمثلاتهم في الموضوع.
	اقتراح الفرضيات	- تصوغ المتعلمون أسئلة مناسبة للمشكلة الذي طرحه الوضعية المقدمة. - من خلال أسئلة المرحلة السابقة، وباستدعاء خبراتهم، يقدم المتعلمون والمتعلمات إجابات وفرضيات تكون بمثابة حلول مؤقتة للمشكلة المطروح.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكلة المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	عرض النتائج وتقسيم الحصيلة.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير - المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعوقات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	الاستنتاج والتعميم.	- تعزيز المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تحييص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها. - توجيه المتعلمين والمتعلمين إلى صياغة الاستنتاج والخلاصة للنتائج المتوصل إليها. - تدوين الخلاصة على السبورة. - أنواع أغذيتي دون إفراط ولا تقريط. - لا تمتع بصحة جيدة وأنمو، يجب أن تكون تغذيتي متوازنة. - أتجنب السلوكيات الغذائية غير السليمة المضرة بصحتي.
تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة.		
النشاط 1: من خلال مقارنة الوجبتين الغذائية، يستخرج المتعلمون والمتعلمات الوجبة الغذائية الملانة والمتكاملة، ويميزها عن الوجبة الناقصة. [الصورة على اليمين: وجبة متكاملة].		
النشاط 2: بعد الاطلاع على العناصر الضرورية في كل وجبة غذائية سليمة، يفتح نقاش جماعي بين التلاميذ لتحديد السلوكيات الغذائية الإيجابية، ويميزها عن غيرها بالتلوين المطلوب، ليتعلم تجنبها وتفايدها حفاظا على جسمه وصحته.		
[من اليمين إلى اليسار ومن الأعلى إلى الأسفل: أحمر، أحمر، أخضر، أخضر، أخضر، أحمر، أحمر، أخضر].		
المفاهيم والمصطلحات		Equilibrée : متوازنة

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجذابة: 24
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: ما علاقة تغذيتي بصحتي؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 5
الأهداف التعليمية: (1) أن يميز بين حالته وهو مريض وحالته وهو في صحة جيدة. (2) أن يتعرف السلوك المضر بصحته.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسي (ص: 38) - وثائق مرتبطة ببعض الأمراض المرتبطة بسوء التغذية (هزال، كواشيوركور، سمنة، ...) - بطاقات صور - لوحات حائطية - أشرطة ووثائقية ...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان - أنا الأصغر - طعامي لذيق - تسمية أنواع من الأطعمة - أتناول أغذيتي.		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة الاستكشاف والتطبيق.	وضعية الانطلاق.	دور المعلمين والمتعلمين دور المدرس - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، بمثل: خالد طفل نحيف يعاني من سوء التغذية، بينما كمال طفل سمين يفرط في الأكل الكثير. - من منهما صحته جيدة؟ لماذا جسم خالد نحيف وعليل؟ ولماذا جسم خالد سمين وضخم؟ هل يمكن معالجة جسم خالد؟ وكيف؟ وهل يمكن أن يصير جسم كمال طبيعيا غير سمين؟ كيف؟ ...
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمين والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: كيف أحافظ على صحتي بتناول أغذية مناسبة؟
	اقتراح الفرضيات	- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير - المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسي، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعوقات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعبير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	عرض النتائج وتقسيم الحصيلة.	- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تحييص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.
	الاستنتاج والتعميم.	- توجيه المتعلمين والمتعلمين إلى صياغة الاستنتاج والخلاصة للنتائج المتوصل إليها. - تدوين الخلاصة على السبورة. - ترتبط بعض الحالات المرضية بالوجبات الغذائية. - يضر سوء التغذية بصحتي زيادة أو نقصانا. - أتناول وجبات غذائية مناسبة تحمي من الهزال والسمنة.
	أنشطة الاستثمار والتطبيق.	تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيام بتجارب جديدة. النشاط 1: يميز التلميذ الحالة المرضية عن الحالة التي يكون فيها الجسم بصحة جيدة، فيضع العلامة (x) في الخانة الملائمة. [من اليمين إلى اليسار: الرسم 1 و 2] النشاط 2: بعد التمكن من التمييز المذكور أعلاه يصبح التلميذ قادرا على اختيار الوجبة المناسبة لتفادي سوء التغذية، وبالتالي المرض الناتج عنه، كالهزال أو السمنة. [من اليمين إلى اليسار: الوجبة الأولى تعتبر متوازنة، والباقي غير متوازن].
المفاهيم والمصطلحات	سوء التغذية : Malnutrition	هزال : Amaigrissement
		سمنة : Obésité

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجذابة: 25
----------------	-----------------------------------	-------------

المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: متى أتغذى؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 6
الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أهمية تنظيم أوقات الأكل وتناول الأغذية. (2) أن يتناول ثلاث وجبات في اليوم.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسة (ص: 39) - بطاقات صور لبعض الأزمنة التي نتناول فيها الوجبات الغذائية اليومية - لوحات حائطية - أشرطة وثائقية ...		
مكتسبات سابقة (التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس): تغذية الإنسان		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة الاستكشاف وبناء	وضعية الانطلاق.	دور المدرس - تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمات والمتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم، ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، بمثل: - قام خالد من النوم، فتناول طعامه، ثم ذهب إلى المدرسة، ولم يعد إلى البيت إلا مساء لا تشغاله باللعب، فكان متعبا وضعيفا. - لماذا كان متعبا وضعيفا؟ ماذا كان يجب عليه أن يفعل؟ ...
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	دور المتعلمين والمتعلمين - المشاركة في مناقشة الوضعية وفهمها وإبداء تمثلاتهم في الموضوع.
	اقتراح الفرضيات	- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمات والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: متى يجب أن نتناول وجباتي الغذائية؟ - إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير - المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسة، والوسائل المساعدة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعينات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	عرض النتائج وتقسيم الحصيلة.	- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تحييص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.
	الاستنتاج والتعميم.	- توجيه المتعلمات والمتعلمين إلى صياغة الاستنتاج والخلاصة للنتائج المتوصل إليها. - تدوين الخلاصة على السبورة. - تناول كل وجبة غذائية في وقتها. - الفطور صباحا والغذاء زوالا والعشاء مساء.
تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة. النشاط 1: يتعرف التلميذ الوجبات الغذائية اليومية، ويرتبها حسب تسلسلها الزمني، ليعي أهمية احترام أوقات الأكل، حيث يربط كل وجبة بزمان تناولها. [من اليمين إلى اليسار: عشاء - فطور - غداء]. النشاط 2: في بعض الحالات قد يتغير زمن تناول الوجبات اليومية لسبب ما، كمناسبة شهر رمضان بالنسبة للدول المسلمة، أو لسبب ثقافي أو غيره، فيضطر الإنسان إلى التكيف معه، لكن رغم ذلك يبقى ترتيب الوجبات وتوزيعها زمنيا ثابتا ومحترما، حفاظا على صحة الفرد.		
المفاهيم والمصطلحات	غذاء : Déjeuner	عشاء : Diner
		فطور : Petit déjeuner

المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: كيف أحافظ على نظافة جسمي؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 7
الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أن نظافة جسمه ضرورية للحفاظ على صحته. (2) أن يتبنى عادة غسل اليدين جيدا بانتظام خلال اليوم، قبل كل وجبة. (3) أن يعتني بنظافة أسنانه، بعد كل وجبة غذائية بشكل دائم.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسية (ص: 40) - بطاقات صور لسلوكات غذائية تحت على أهمية النظافة - لوحات حائطية - أشرطة وثائقية ...		
مكتسبات سابقة: التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس		

المقاطع الكبرى	الخطوات المنهجية	التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية
أنشطة الاستكشاف وبناء	وضعية الانطلاق.	- تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمات والمتعلمين وحياتهم اليومية، بهدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم، ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي، بمثل: خالد طفل لا يهتم بنظافة جسمه، فثيابه متسخة، وأسنانه صفراء بسبب بقايا الطعام، ويده ملوثتان دائما، وأظفره ملينة بالأوساخ وكأنها مخالب نمر، وأذناه كأنها أذناب دب... ما رأيك في مظهر خالد؟ ماذا يجب عليه أن يفعل؟ ماذا سيصيب صحته؟ ...
	تملك وصياغة سؤال التقصي.	- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمات والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: كيف أحافظ على نظافة جسمي وأسناني وغسل اليدين؟
	اقتراح الفرضيات	- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.
	فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.	- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير - المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسية، والوسائل المساعدة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعينات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.
	عرض النتائج وتقييم الحصيلة.	- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تمحيص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.
	الاستنتاج والتعميم.	- توجيه المتعلمات والمتعلمين إلى صياغة الاستنتاج والخلاصة للنتائج المتوصل إليها. - تدوين الخلاصة على السبورة. - أنظف جسمي لأكون بصحة جيدة. - أغسل اليدين بالماء والصابون قبل كل وجبة غذائية. - أنظف أسناني، بالفرشاة والمعجون، بعد كل وجبة.
	أنشطة الاستثمار والتطبيق.	تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، أو القيان بتجارب جديدة. النشاط 1: غسل اليدين قبل الأكل وقاية من عدد من التبعات المضرّة للصحة. لذا وجب الوعي بأهميتها والتمكن من طريقته. فملاحظة الصور ووصفها وتقليدها سيعمق وعيه بها واكتسابه. النشاط 2: تملك مبدأ غسل الأسنان بانتظام بعد كل وجبة بحيث تصبح أليا عادة حسنة، ستمكن الطفل من تفادي عدة أمراض... النشاط 3: العناية بالأسنان والتدريب على كيفية غسلها وتنظيفها من أساسيات الحفاظ على صحة الجسم بأكمله. (تحريك الفرشاة نحو الأعلى إلى الأسفل ومن اليمين إلى اليسار ومن الداخل ... على سبيل المثال...).
المفاهيم والمصطلحات		أسنان : Dents

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي.	الجزء: 27
المادة: النشاط العلمي	المجال: صحة الإنسان.	الوحدة: 3
الموضوع: ما حاجة جسمي للنوم؟	المحور: تغذية وصحة الإنسان.	الحصة: 8

الأهداف التعليمية: (1) أن يتعرف أن النوم ضروري لكي يستريح من التعب. (2) أن يتجنب السلوكيات المخلة بنظام النوم والصحة.
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية: رسوم وصور الكراسية (ص: 41)- بطاقات صور ووثائق مرتبطة بفترات الراحة- لوحات حائطية - أشرطة وثائقية ...
مكتسبات سابقة: التربية الحسية الحركية والتفتح العلمي بمرحلة ما قبل التمدرس

التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية التعليمية					الخطوات المنهجية	المقاطع الكبرى										
دور المتعلمات والمتعلمين		دور المدرس			وضعية الانطلاق.											
- المشاركة في مناقشة الوضعية وفهمها وابداء تمثلاتهم في الموضوع.		- تدبير فضاء الفصل وتشكيل مجموعات العمل. - طرح وضعية مشكلة لها صلة بمحيط المتعلمات والمتعلمين وحياتهم اليومية، بههدف وضعهم في سياق الدرس ورصد تمثلاتهم، ومواجهتها لإحداث الصراع المعرفي ، بمثل: خالد طفل يسهر الليل، حيث يتابع برامج الأطفال عبر مشاهدة التلفاز، وعندما يلتحق بالمدرسة ينام في الفصل، وهو دأنا متعبا... - ما رأيك فيما يقوم به خالد؟ لماذا ينام في الفصل؟ بماذا يحس؟ ما كان عليه أن يفعل؟ ...														
- يصوغ المتعلمات والمتعلمون أسئلة مناسبة للمشكل الذي تطرحه الوضعية المقدمة.		- التحسيس بالمشكل الذي تطرحه الوضعية ودفع المتعلمات والمتعلمين إلى وضع سؤال أو أسئلة حولها بشكل واضح ودقيق. مثل: هل جسمي في حاجة للنوم؟			تملك وصياغة سؤال التقصي.	أن شط ة الا ست كشا ف وال بناء										
- من خلال أسئلة المرحلة السابقة، وباستدعاء خبراتهم، يقدم المتعلمون والمتعلمات إجابات وفرضيات تكون بمثابة حلول مؤقتة للمشكل المطروح.		- إتاحة الفرصة للمتعلمين والمتعلمات لتقديم تفسيرات أولية للمشكل المطروح. - تدوين مختلف الفرضيات على السبورة دون نقد أو تصحيح أو تغيير.			اقتراح الفرضيات											
- تقوم كل مجموعة باختبار صحة الفرضيات من خلال ملاحظة الصورة او الصور باستعمال الوسائل اللازمة. - ينظم مسير كل مجموعة عمل مجموعته. - يدون المقرر، بمساعدة عناصر مجموعته، مختلف الخلاصات التي توصلت لها مجموعته.		- ضبط المهام والأدوار داخل كل مجموعة عمل (المسير- المقرر). - إعطاء التوجيهات المرتبطة بملاحظة الصورة المرفقة بالكراسة، والوسائل المساعدة، والتأكد من الفهم الجيد لها. - تتبع عمل المجموعات لرصد المعوقات التقنية والمساعدة على تجاوزها. - الاهتمام بتعابير المتعلمين والمتعلمات الكتابية أثناء أنشطة البحث والتجريب. - ترسيخ قيم التعاون والإنصاف بين عناصر كل مجموعة.			فحص الفرضيات وتوثيق النتائج.											
- يعرض مقرر كل مجموعة نتائج عمل مجموعته. - يناقشون النتائج والخلاصات، ويقارنونها بالفرضيات المقترحة من أجل إثباتها او ضدّها.		- تذكير المتعلمين والمتعلمات بالمشكل المطروح، ومطالبتهم بتحديد الخطوات التي سلكوها في عملهم. - المساهمة مع المتعلمين في تحييص فرضياتهم ومقارنتها مع النتائج المحصل عليها.			عرض النتائج وتقاسم الحصيلة.											
- يشاركون في استخلاص وصياغة الاستنتاج على شكل جواب عن السؤال المطروح في وضعية الانطلاق، وذلك بناء على النتائج المصادق عليها. - يقرؤون الخلاصة.		- توجيه المتعلمات والمتعلمين إلى صياغة الاستنتاج والخلاصة للنتائج المتوصل إليها. - تدوين الخلاصة على السبورة. ----- - يحتاج جسمي للنوم يوميا. - أحتاج لمدة زمنية كافية من النوم يوميا، لأحافظ على صحتي.			الاستنتاج والتعميم.											
تطبيق ما تم استخلاصه من خلال تمارين بسيطة أو حل وضعيات مستقاة من الحياة اليومية للمتعلمين والمتعلمات، او القيام بتجارب جديدة. النشاط 1: البحث والتقصي على وضعيات يكون الطفل خلالها مرهقا، حيث يضع التلاميذ علامة في الخانة المناسبة. [الصور الثلاثة الأولى: توضع أسفلها علامة] النشاط 2: مدة النوم، تختلف حسب المختصين، من فئة عمرية لأخرى، لذا وجب توعية الطفل لهذه الظاهرة وإيقاعها البيولوجي، حفاظا على صحة وسلامة الجسم وتوازنه، حتى يؤدي وظائفه على الوجه الأمثل، وتنمو الأجهزة، وتنضج في تناغم تام مع متطلبات الجسم الفزيولوجية والنفسية.					أنشطة الاستثمار والتطبيق.											
<table><tr><td>سنة واحدة</td><td>3 سنوات</td><td>6 سنوات</td><td>12 سنة</td><td>15 سنة</td></tr><tr><td>16 ساعة</td><td>14 ساعة</td><td>12 ساعة</td><td>10 ساعات</td><td>8 ساعات</td></tr></table>					سنة واحدة	3 سنوات	6 سنوات	12 سنة	15 سنة	16 ساعة	14 ساعة	12 ساعة	10 ساعات	8 ساعات		
سنة واحدة	3 سنوات	6 سنوات	12 سنة	15 سنة												
16 ساعة	14 ساعة	12 ساعة	10 ساعات	8 ساعات												
راحة : Repos					المفاهيم والمصطلحات											

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي	الجدادة: 28
المادة: النشاط العلمي	الوحدة 3: تغذية وصحة الإنسان.	
الموضوع: أنشطة التقويم والدعم.	الأسبوع: 5	الحصة: 1 و 2.

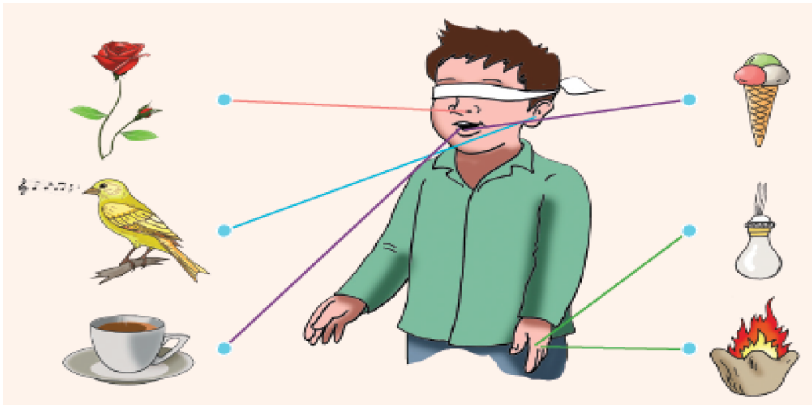
الأهداف التعليمية:

- 1- اختبار المكتسبات الخاصة بتغذية وصحة الإنسان.
- 2- تجاوز التعثرات المرتبطة بها.
- 3- تقوية وتركيز التعلّيمات الخاصة بها.

المحاور	الأنشطة	تدبير الأنشطة التعليمية التعليمية
تقويم المكتسبات	النشاط: 1	- الصورتان 1 و 3 يتم ربطهما بالخانة الموجودة في الأعلى. - الصورتان 2 و 4 تربطان بالخانة السفلى.
	النشاط: 2	- يحيط التلميذ الوجبة الأولى (على اليمين) لكونها متوازنة. أما الثانية فتدخل ضمن الوجبات الخفيفة التي تؤدي إلى السمنة.
	النشاط: 3	- ثلاث عادات سيئة هي: ثلاثة مفتوحة – فتح الزجاجاة بالأسنان- تناول الغذاء بأيادي متسخة.
تقويم توليفي	النشاط: 4	● ملاحظة وتعبير: - يلاحظ التلميذ الرسم، ويعبر عما يشاهده: - تناول أغذية جد باردة (مثلجات) يضعف الأسنان خاصة إذا تلاه أو سبقه غذاء ساخن. - السلوك نفسه مضر بالأسنان إذا كان الشراب ساخناً. - استعمال الأسنان للضغط على الأشياء الصلبة قد يؤدي إلى كسر السن. ● استنتاج: تفادي تناول أغذية جد ساخنة أو جد باردة على التوالي وعدم كسر الأشياء الصلبة بالأسنان.
	النشاط: 5	- يرتب التلميذ الوجبات اللازم تناولها في اليوم الواحد بوضع الرقم (1 أو 2 أو 3) في الخانة المناسبة. [1/فطور، 2/غذاء، 3/عشاء].
	النشاط: 6	فطور: اغذية مشتقة من الحليب وحليب- خبز – مربى – ماء. غذاء: خضر وفواكه ولحم وسمك وخبز وماء... عشاء: خضر وفواكه وماء وعجائن ...
تقويم نهج التقصي العلمي	النشاط: 7	- يضع التلميذ العلامة (x) امام التساؤل الثالث.
شبكة تقويم الأهداف التعليمية		
أنشطة داعمة	النشاط: 8	● اجيب بنعم او لا: - من الأعلى إلى الأسفل: نعم، نعم، لا، نعم، نعم، نعم.

								30
								31
								32
								33
المجموع								

المستوى: الأول	المرجع: الأساسي في النشاط العلمي	الجدادة: 29
المادة: النشاط العلمي	الأسبوع: 17	الحصة: 1 و 2.
الموضوع: دعم نهاية الأسدوس الأول (الحواس – الحركة والأغذية والتنفس لدى الإنسان – تغذية وصحة الإنسان).		
الأهداف التعليمية:		
1- دعم وتصحيح التعثرات المرتبطة بالمكتسبات السابقة.		
2- تقوية وتركيز التعلّات الخاصة بها.		
الوسائل التعليمية والمعينات الديداكتيكية:		
كراسة المتعلم(ة) (الصفحتان: 45 و 46) – سبورة – دفاتر -		

التدبير الديداكتيكي للأنشطة التعليمية التعلمية		الأنشطة
دور المتعلمين والمتعلمين	دور المدرس	
	* أدم مكتسباتهم الخاصة بالحواس بربط كل جسم بعضو الحاسة المناسبة.	النشاط: 1 ص: 45
	* ترتيب الرسوم: 3 ثم 1 ثم 2. * كتابة (بسط) في البطاقة على اليمين و (ثني) في البطاقة على اليسار.	النشاط: 2 ص: 45
	[3: كوع] [6: كعب] [1: كتف] [4: ورك] [2: مرفق] [5: ركبة]	النشاط: 3 ص: 45
	يستطيع الإنسان العيش دون هواء. يتنفس الإنسان ليبقى على قيد الحياة. يبقى الإنسان تحت الماء لمدة طويلة. يتنفس الطفل بسرعة عند قراءة القصة. عندما يكون نبض قلبي سريعا يصبح تنفسي بطيئا.	النشاط: 4 ص: 46
	- يناقشون محتوى الصور لوصف طريقة غسل اليدين قبل الأكل بدءا باستعمال الصابون وذلك اليد جيدا قبل غسلها لإزالة الجراثيم.	النشاط: 5 ص: 46

النشاط: 6 ص: 46	* أدم مكنسباتهم الخاصة بالتغذية بتلوين الاقتراحات الصحيحة للتعبير عن أهمية الغذاء.	- يلونون البطاقات التالية: لأحيا - لأحمي جسمي من المرض - لأقوم بالأنشطة - لاكبر.
ملحوظة	* قد يسمح الوقت بعد إنجاز وتصحيح الأنشطة أعلاه باقتراح تمارين إضافية موجهة بالأساس للمتعبين، على أن يكون انتقاؤها على ضوء ما رصدته من تعثرات.	