

المحافظة على الطاقة واستخدام الطاقة النظيفة

التاريخ /

اليوم

وظيفته

مقدمي الندوة أ /

وظيفته

والاستاذ /

الهدف من الندوة :

- تعريف الطلاب بالطاقة النظيفة

- ترشيد استخدام الطاقة

- الحفاظ على البيئة

أحداث الندوة

بدأ الاستاذ / **الندوة** قائلاً : الطاقة هي المحرك الرئيسي لحياتنا اليومية والتي لا يمكننا الاستغناء عنها مطلقاً، حيث يقوم التقدم والتطور التكنولوجي، والصناعي، والزراعي، وجميع أشكال الحضارة على الطاقة بأشكالها المختلفة .

س : ما المقصود بالطاقة النظيفة ؟ اجاب الاستاذ / **قائلًا** :

الطاقة النظيفة هي الطاقة التي لا تلوث الغلاف الجوي، مثل الكهرباء أو الطاقة النووية، على خلاف الفحم والنفط التي تعمل على تلوث الغلاف الجوي غالباً ما تكون هذه الطاقة نوع من أنواع الطاقة المتعددة .

س : كيف نحافظ على الطاقة ؟

ثم أجاب الاستاذ / **علي السؤال** موضحاً كيفية الحفاظ على الطاقة من خلال اتباع بعض النصائح التي تساعد على توفير الطاقة مثل استخدام مصابيح صديقة للبيئة واطفاء المصابيح عند مغادرة المنزل وفحص أماكن تسريب الطاقة .

س : كيف نحافظ على الطاقة خارج المنزل ؟

وهنا أجاب الاستاذ / **علي السؤال** موضحاً كيف نستطيع توفير الطاقة خارج المنزل من خلال بعض النصائح مثل تقليل استخدام السيارات الشخصية والمشي او استخدام الدراجات واستخدام الطاقة الشمسية لاضاءة الحدائق والشوارع الرئيسية .

وقد اجاب الاستاذة على مزيد من الاسئلة وتم توجيهه الشكر للطلاب على حسن الاستماع

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة

الغذاء الصحي

اليوم / المكان /

وظيفته /

المحاضر الاستاذ /

الهدف من المحاضرة :

- تعريف الطلاب بأهمية الغذاء الصحي

- بعد عن الاغذية السريعة والضارة

أحداث المحاضرة

بدأ الاستاذ / المحاضرة قائلاً :

الغذاء الصحي : هو الذي يحتوي على جميع المتطلبات الغذائية اليومية والتي يحتاج لها جسم الإنسان في جميع مراحل حياته العمرية، فهو يجمع بين أغذية البناء والوقاية، والطاقة ، فهو غذاء متوازن وهو الغذاء الذي تنطبق عليه طرق الإعداد والحفظ والتخزين السليم له.

ثم تطرق المحاضر إلى عناصر الغذاء الصحي مثل :

- **الخضار والبقوليات** : والتي تحتوي على الكثير من المعادن، والفيتامينات، بالإضافة إلى الألياف الغذائية .

- **الفواكه** : وهي تعتبر من الأطعمة الغنية بالسكريات الطبيعية، والمعادن، والفيتامينات، والألياف الغذائية وينصح بتناول الفواكه في مواسيمها للحصول على عناصرها المغذية الحبوب كالقمح، والشعير، وتحتوي الحبوب الكاملة على كميات أكبر من العناصر الغذائية، وينصح بتناول الخضار وهي طازجة، فذلك أكثر صحة، للحصول على عناصرها الغذائية

- **البروتينات** : مثل اللحوم، والدواجن، والأسمك، ، والمكسرات؛، وتحتوي على البروتين، والفيتامينات، والمعادن، والألياف الغذائية الموجودة في البذور، والمكسرات،

والبقوليات، ومن المعروف أن الجسم يحتاج للبروتينات، لبناء العضلات، ونمو الدماغ، **منتجات الألبان** : تتكون هذه المجموعة من الحليب، والألبان، والأجبان، حيث تحتوي على البروتين، والكالسيوم، والفيتامينات كفيتامين د .

وفي نهاية المحاضرة توجه الطالب ببعض الأسئلة وقد اجاب عنها المحاضر وتم توجيهه الشكر للطالب على حسن الاستماع ، وانتهت المحاضرة .

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة

ورشة عمل بعنوان (ملخصات الكتب)

التاريخ /

اليوم /

الدرس

- هو التعبير عن الأفكار الأساسية للموضوع (أو النص) في كلمات قليلة ، من دون إخلال بالمضمون أو غموض في الصياغة
- أو
- هو إبراز النص الأصلي بأسلوب كاتب التلخيص في عدد قليل من الكلمات مع الحفاظ على صلب النص المكتوب.
- أنه عملية فكرية ومهارة لغوية راقية.
- ضرب من الإيجاز و الإتقان لما يقرأ ويسمع.
- تتجلى فيه الموضوعية والأمانة العلمية في نسبة الأفكار والآراء لأصحابها.
- يفضل الرجوع إليه عند وجوده بدل من المادة الأصلية.

فوائد التلخيص وأهميته :

- ينمي فينا القراءة الناقدة والفهم الكامل لما نقرأ.
- يساعدنا على تجنب تضييع الوقت والجهد في مطالعة تفاصيل قد تكون غير هامة.
- نتعلم فيه تمييز الأفكار الرئيسة من الأفكار الثانوية.
- أسلوب من أساليب الاستيعاب السريعة في عصر السرعة والانفجار المعرفي.

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة

ورشة عمل لتحضير ارشيف المعلومات

التاريخ /

اليوم /

التعريف بأرشيف المعلومات

يعتبر أرشيف المعلومات من أهم أقسام المكتبة يلجأ إليها الطالب للانتفاع بما فيها من مواد ومعلومات مركزة لا تحتاج قرائتها إلى وقت طويل، وفيها إجابة سريعة لأسئلتهم وحلول مشاكلهم وهو مصدر لأخبار الساعة، ويفيد في خدمة وإثراء المناهج وإعداد البحوث حول الموضوعات الدينية والاجتماعية والقومية والتوعية بقضايا المجتمع المحلي والعالمي.

يتميز الأرشيف بالآتي:

- عمل ثقافي له بداية وليس له نهاية.
- يتميز بالمرونة المطلقة.
- يتميز بالحداثة

الوسائل المستخدمة

مثال لأرشيف معلومات معد مسبقاً

مديرة المدرسة

أخصائي المكتبة

مناقشة كتاب اين تذهب القمامه

التاريخ /

اليوم /

نوع النشاط / مناقشة كتاب

عنوان النشاط /

تأليف بول هاورز

ملخص الكتاب

يتناول الكتاب موضوع القمامه وانتشرها في كل مكان وتأثيرها السيئ على البيئة وعلى صحة الانسان وكيف انها تسبب الامراض ، وتقدم لنا الحل في كيفية التخلص من القمامه ونقلها الى محارق خاصة لتحول الي طاقة للاستفادة منها ، او تؤخذ الي مصانع لاعادة تدويرها وتحويلها الى اشياء اخري صالحة للاستعمال مثل اواني البلاستيك لزراعة النباتات .

ويقدم ايضا الافكار التي تجعلنا نساهم في حل مشكلة تراكم القمامه بأساليب بسيطة .

الدروس المستفادة من الكتاب

يجب الحفاظ علي البيئة والاهتمام بنظافة الشوارع

القمامه تسبب الامراض

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة

مناقشة كتاب كيف تتخلص من الخوف والقلق

التاريخ /

اليوم /

الناشر / دار الطائف

تأليف / يوسف الأقصري

موضوع الكتاب

يتناول الكتاب المعاناة من القلق والخوف من المستقبل ، ولماذا نقلق ولماذا نخاف ؟

وماذا عن القلق ؟ وما يراه الآخرون ولا تكن هدفا سهلا للمنال وابحث معنا عن السعادة، هل تخاف من الموت ؟ وتوقف فورا عن تخيل الاسوء وأفضل طريقة للتغلب على الخوف ، وما نزرعه في عقولنا نحصده ، ويناقش افضل الطرق للتغلب على القلق وكيف نواجه الخوف الزائف ؟

وماذا عن الخوف من الشيخوخة وكيف تتخلص من الارق بسهولة ويقدم طرق غير تقليدية لمواجهة القلق والخوع من المستقبل .

نقد الكتاب

الكاتب اسلوبه رائع في معالجة الموضوع ووضوح قضية الخوف بصورة جيدة وقد عرض العلاج للمشكلة بطريقة سهلة وبسيطة

الدروس المستقدمة

١ - الثقة بالنفس

٢ - لا داعي للقلق

٣ - القلق مرض قاتل

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة

محافظة
ادارة
مدرسة

خطة نشاط نصف العام ٢٠٢٦

الاسبوع الاول

نوع النشاط	اليوم والتاريخ
قراءة حرة وثمرة القراءة	الاحد ٢٥ يناير ٢٠٢٦
ورشة عمل كيفية اعداد ملخصات الكتب قراءة حرة	الاثنين ٢٦ يناير ٢٠٢٦
مناقشة كتاب اين تذهب القمامنة قراءة حرة	الثلاثاء ٢٧ يناير ٢٠٢٦
مسابقة فنية رسم أغلفة الكتب قراءة حرة	الاربعاء ٢٨ يناير ٢٠٢٦
اجازة بمناسبة عيد الشرطة	الخميس ٢٩ يناير ٢٠٢٦

محافظة
ادارة
مدرسة

الاسبوع الثاني

مناقشة كتاب كيف تخلص من الخوف والقلق قراءة حرة	الاحد ١ فبراير ٢٠٢٦
ورشة عمل كيفية اعداد الالبوم قراءة حرة	الاثنين ٢ فبراير ٢٠٢٦
ندوة بعنوان الطاقة النظيفة قراءة حرة	الثلاثاء ٣ فبراير ٢٠٢٦
قراءة حرة وثمرة القراءة	الاربعاء ٤ فبراير ٢٠٢٦
ورشة عمل اعداد أرشيف المعلومات قراءة حرة	الخميس ٥ فبراير ٢٠٢٦

مدير المدرسة

أخصائي المكتبة