

النص:

في أحد أيام فصل الشتاء ، كانت العصافير في الغابة
تطير فرحة ، فجأة هبت عاصفة قوية و سقط مطر غزير ،
فطارت العصافير لتختبئ . ولكن عصفورا واحدا وقع على
الأرض و تناثر ريشه ، فأصبح غير قادر على الطيران

الأسئلة :

أقرأ ثم أجيب :

القصّة : حقيقية	☐	خيالية	☐
المكان : الحديقة	☐	الغابة	☐
الزمان : الخريف	☐	الصيف	☐
		الشتاء	☐
		المنزل	☐

جذ في النص مرادف = تفرق و ضد حزينه ≠

استخرج من النص :

فعل	اسم	حرف	ال قمرية	ال شمسية
.....				
تنوين بالفتح	تنوين بالضم	حرف مشدد	تاء مفتوحة	تاء مربوطة
.....				

مذکر

وَأَخَذَ كُلُّ عَصْفُورٍ رِيْشَةً مِنْ جِسْمِهِ ،

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

سورة التكاثر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

- الْهَآكُمُ التَّكَاثُرُ (1) حَتَّىٰ زُرْتُمُ
الْمَقَابِرَ (2) كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ (3)
ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ (4)
كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ (5)
لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ (6) ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ
الْيَقِينِ (7) ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ
النَّعِيمِ (8)

صحتي في غذائي

يحتاج الإنسان إلى الغذاء كي يبقى على قيد الحياة ، وهو ضروري لتوفير الطاقة ومقاومة الأمراض وغيرها . شرط ترشيد استهلاكه .
مثل :

- شراء المنتجات الغذائية المناسبة لدخل الأسرة .
- شراء المواد الغذائية بالجُملة لانخفاض سعرها .
- شراء الخضار والفواكه بكميات معقولة حتى لا تفسد .
- عند شراء الخبز و طهو الطعام من الأفضل تحديد الكميات حسب حاجات الأسرة حتى لا نلقي الفائض في النفايات .

هل تعلم ؟

الجزائر تحتل المرتبة الأولى في تبذير الخبز بحوالي 3 ملايين خبزة في اليوم

تمرين : أجب بصحيح أو خطأ

- الإفراط في الأكل يُسبب السمنة
- نقص الأغذية يوفر الطاقة
- الأغذية المتوازنة تسبب هشاشة العظام
- نشترى من الخبز فوق حاجتنا
- التبذير و الإسراف سلوك سيئ يجب تجنبه



التموقع و التنقل :

تعلمت :

التموقع هو أن أحدد مكان تواجدي بالنسبة لمعالم مكانية معروفة ، تُساعدُ على التنقل ..

⚡ لاحظ الرسم التخطيطي و حدد الطريق الذي ستسلكه للذهاب على المدرسة



الطريق الثاني :

⚡ طريق قصير

⚡ طريق مستقيم

⚡ السيارات فيه تسير بسرعة

⚡ يقطعه مجرى مائي

⚡ على جانبيه غابة

الطريق الأول :

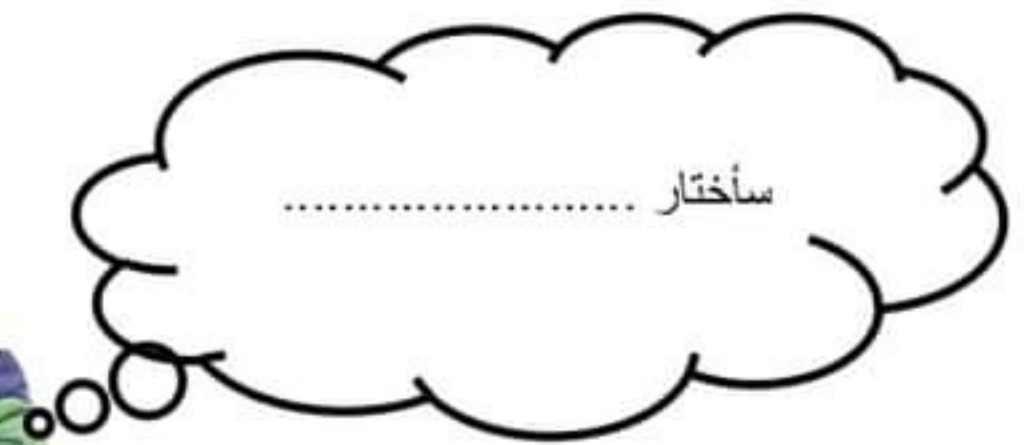
⚡ طريق طويل

⚡ يتميز بالتوائه

⚡ يسلكه جميع تلاميذ مدرستي

⚡ حركة السيارات فيه منظمّة

⚡ طريق آمن و فيه مركز للشرطة



تكيف نشاط القلب مع الجهد العضلي

يَسْتَجِيبُ الْقَلْبُ لَزِيَادَةِ الْجُهِدِ الْعِضْلِيِّ بِزِيَادَةِ نَشَاطِهِ . عِنْدَ زِيَادَةِ الْجُهِدِ الْعِضْلِيِّ تَتَزَايِدُ دَقَّاتُ الْقَلْبِ وَ يَتَسَارِعُ النَّبْضُ ، وَ عِنْدَمَا يَنْقُصُ الْجُهِدُ الْعِضْلِيُّ يَسْتَعِيدُ الْقَلْبُ نَشَاطَهُ الْعَادِي . .

يبلغ نبض القلب عند شخص بالغ في صحة جيدة و في حالة راحة ما بين 70 و 100 دقة في الدقيقة

اربط بين نبض القلب و النشاط المناسب له

		
90 دقة في الدقيقة	70 دقة في الدقيقة	110 دقة في الدقيقة

أجب بصحيح أو خطأ :

- يتواجد القلب في الجهة اليسرى من القفص الصدري
- عند السباحة تنخفض دقات القلب
- الرياضة تقوي القلب
- التدخين يثعب القلب

الأُسبوع الخامس

السنة الثالثة ابتدائي



تعلم ببساطة

الصيغ : عبر عن الصور مستعملا : عندما . بعدما . لما



..... يَبْدَأُ الْمُعَلِّمُ فِي الشَّرْحِ ، يَرْكُزُ
التَّلَامِيذُ جَيِّدًا .



..... نَجَحْتُ فِي الْأَمْتِحَانِ ، اشْتَرَيْ لِي
أَبِي هَدِيَّةً .



..... أَنْتَهِيَ مِنَ الْأَكْلِ ، أَغْسِلُ أَسْنَانِي .

النحو : جمع المذكر السالم

• أَكْمِلْ حَسَبَ الْمَنُوَالِ :

عَادَ الْمُهَاجِرُ إِلَى وَطَنِهِ ← عَادَ الْمُهَاجِرُونَ إِلَى وَطَنِهِمْ.

يَحْتَرِمُ السَّائِقُ قَانُونَ الْمُرُورِ. ←

يَصُومُ الْمُسْلِمُ شَهْرَ رَمَضَانَ . ←

• أَقْرَأْ جَيِّدًا ثُمَّ عَيِّنْ جَمْعَ الْمَذَكَّرِ السَّالِمِ.

عَادَ الْمُصَلُّونَ مِنَ الْمَسْجِدِ وَهُمْ يَرْتَدُّونَ أَجْمَلَ حُلِيِّهِمْ، وَامْتَلَأَتِ الْمَنَازِلُ بِالزَّائِرِينَ.

الصرف : السين و سوف

ضَعِ السَّيْنَ وَسَوِّفَ فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ

السين نستعملها لفعل شيء

بالمستقبل القريب،

بينما سوف للمستقبل البعيد

- وَعَدَنِي أَبِي بِأَنَّنَا نَشْتَرِي كَبْشًا كَبِيرًا

- أَسَاعِدُ أُمِّي فِي تَحْضِيرِ كُعْكَ الْعِيدِ .

- نَزُورُ جَدِّي وَجَدَّتِي صَبِيحَةَ يَوْمِ الْعِيدِ .

- نُهْدِي الْمُحْتَاجِينَ مِنْ لَحْمِ الْعِيدِ .

الأذان و الإقامة

تعلمت :

الإقامة : هي الإعلام بالقيام لأداء الصلاة المفروضة .	الأذان : هو الإعلام بدخول وقت الصلاة للمفروضة .
الله أكبر . الله أكبر أشهد أن لا إله إلا الله أشهد أن محمداً رسول الله حي على الصلاة حي على الفلاح قد قامت الصلاة الله أكبر . الله أكبر لا إله إلا الله	الله أكبر ، الله أكبر أشهد أن لا إله إلا الله ، أشهد أن لا إله إلا الله أشهد أن محمداً رسول الله ، أشهد أن محمداً رسول الله حي على الصلاة ، حي على الصلاة حي على الفلاح ، حي على الفلاح الله أكبر ، الله أكبر لا إله إلا الله

تمرين : أجب بصحيح او خطأ

- يؤذن المؤذن قبل كل صلاة مفروضة
- الإقامة تكون قبل الأذان
- في أذان صلاة العصر يقول المؤذن الصلاة خير من النوم
- بعد انتهاء الأذان أقول الدعاء

صحتي في غذائي

الحصة الثانية

صنف الأغذية التالية في الجدول :

الخضروات والفواكه . الوجبات السريعة والجاهزة . اللحم و السمك . المشروبات الغازية. البيض . الكاتشاب والمايونيز . الشوكولاته والاييس كريم . الحليب و مشتقاته . البقوليات . رقائق البطاطا .

أغذية صحية	أغذية غير صحية
.....	
.....	
.....	

الوضعية :

عاد جمال إلى البيت ، و قد اشترى وجبة سريعة من الشارع و لما وصل اكلها كاملة بسرعة و دون أن يغسل يديه . و شرب معها الكثير من المشروبات الغازية . كما أكل العنب دون أن يغسله . بعد فترة أحس بألم في بطنه فنقل بسرعة إلى المستشفى . هل اتبع جمال القواعد الصحية ؟

ماذا حدث له ؟

.....

ما هي السلوكات الخاطئة التي ارتكبها ؟

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

قدم بعض النصائح لجمال حتى يحافظ على صحته

.....
.....

الخط الزمني

تعلمت :

الأحداث في حياتي الشخصية او الاجتماعية تتوالى مع الوقت و يمكنني أن أرتبها على خط زمني .

مثال : رتب أهم الأحداث في حياتك على خط زمني



تمرين : رتب الأشهر على خط زمني

سبتمبر . مارس . ديسمبر . جانفي . مارس



الوضعية 02

تستهدف **الوضعية 02** تقويم قدرة المتعلمين على تجديد الموارد التي تم إرساؤها في مختلف الوضعيات التعلمية الخاصة بالمقطع الأول "الإنسان و الصحة" و بالتالي تهدف إلى تقويم الكفاءة الختامية

C الوضعية الإدماجية:

أيوب تلميذ في السنة الثالثة ابتدائي، منطو على نفسه، خجول لا يخالط بقية التلاميذ بسبب بدانته التي تخرجه كثيرا، وفي حصّة التربية البدنية لا يستطيع الجري لأنه يتعب كثيرا.

◆ الأغذية التي يفضلها أيوب:



◆ الألعاب المفضلة عند أيوب:



◆ المهمة 01: يبين لنا ماهو المشكل الصحي الذي يعاني منه أيوب و ماهي مسبباته

◆ المهمة 02: اقترح حلولاً للمشكلة التي يعاني منها أيوب

مقارنة سعات

التمرين الأول : أرتب المقادير من الأكبر إلى الأصغر :



6 L



50 CL



300 CL



4 L 50 CL



..... < < <

$$1 \text{ L} = 100 \text{ CL}$$

التمرين الثاني : أملأ الفراغ

$$600 \text{ CL} = \dots\dots \text{ L}$$

$$780 \text{ CL} = \dots\dots \text{ L } \dots\dots \text{ CL}$$

$$9 \text{ L} = \dots\dots \text{ CL}$$

$$12 \text{ L} = \dots\dots \text{ CL}$$

التمرين الثالث : أختار السعة الأكبر



1 L 50 CL



100 CL



70 CL



3 L

الجمع بالاحتفاظ

التمرين الأول: أنجز العمليات التالية

$$\begin{array}{r} 255 \\ + 87 \\ \hline = . . . \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 689 \\ + 259 \\ \hline = . . . \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 657 \\ + 109 \\ \hline = . . . \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 526 \\ + 354 \\ \hline = . . . \end{array}$$

التمرين الثاني :

قَبْلَ عِيدِ الْأَضْحَى، ذَهَبَ فَلَاحٌ إِلَى سُوقِ الْمَوَاشِي

فَبَاعَ فِي الْيَوْمِ الْأَوَّلِ **478 حُرُوفًا** وَ فِي الْيَوْمِ الثَّانِي بَاعَ **265 حُرُوفًا**.

أَحْسِبْ عَدَدَ كُلِّ الْخِرْفَانِ الَّتِي بَاعَهَا ؟

العمليات	الأجوبة
$\begin{array}{r} . . . \\ . . . \\ \hline = . . . \end{array}$	$..... =$
	
	

الأعداد من 0 إلى 999 (3)

> = <

التمرين الأول: قارن باستعمال الرموز

42 . 632	199 . 193	112 . 99
793 . 798	735 . 753	143 . 341
400+50+3 . 459	243 . 300 + 4	713 . 759

التمرين الثاني

- رتّب الأعداد التالية ترتيباً تنازلياً (من الأكبر إلى الأصغر)

43 – 436 – 923 – 439 – 522



..... > > > >

- رتّب الأعداد التالية ترتيباً تصاعدياً (من الأصغر إلى الأكبر)

999 – 413- 956 – 588 – 412



..... < < < <

التمرين الثالث : أكمل كما في المثال

- الحصر بين عشرين متتاليتين

مثال

430 < 433 < 440 - < 439 < - < 776 <

- الحصر بين مئتين متتاليتين

مثال

400 < 433 < 500 - < 439 < - < 776 <