

# السنة الاولى الرائز 1

## تمارين للدعم إيقاظ علمي

الاسم واللقب

تمارين لدعم مكتسبات التلاميذ المتعلقة بـ :  
\* مقارنة أحداث مألوفة بعضها ببعض من حيث المدة الزمنية التي تستغرقها  
\* إدراك أن اليوم يتكون من ليل ونهار  
\* تعيين سلسلة من الأنشطة (نهارية- ليلية) / الأسبوع

المعايير

التمارين

غداً تحتفل فاطمة بعيد ميلادها.  
أتمم الجدول :

1

بالأمس	اليوم	غداً
.....	الأحد	.....
الخميس	.....	.....

ذهبت فاطمة إلى المغارة فأشترت كل ما تحتاجه لتعد فطيرة شهية.  
أضع علامة (X) تحت الموقف الذي يتطلب مدة زمنية أقصر.

2



وفي المساء زينت فاطمة الغرفة بالأشرطة الملونة والبالونات.  
اكتب "ليل" أو "نهار" فوق كل نشاط.

3



أحيط بخط مغلق ما يكون "يوم"

4

جانفي

الربيع

الأسبوع

الليل

النهار

الشتاء

وفي اليوم الموعد أقبل كل الرفاق محمّلين بالهدايا.



أَرْتَبْ هَذِهِ الْأَحْدَاثَ حَسَبَ تَسْلُسُلِهَا :



فَتَحَتْ فَاطِمَةُ الْهَدَايَا وَشَكَرَتْ رِفَاقَهَا ثُمَّ دَعَتْهُمْ لِيَلْعَبُوا مَعَهَا لِعِبَةِ الْأَحْجِيَاثِ.  
 أَسَاعِدُ الرِّفَاقَ عَلَى حَلِّ الْأَحْجِيَاثِ.  
 \* مُدَّةُ زَمَنِيَّةٍ تَتَكَوَّنُ مِنْ سَبْعَةِ أَيَّامٍ.  
 \* الْفَتْرَةُ الْمَضَاءَةُ مِنَ الْيَوْمِ  
 \* يَتَكَوَّنُ مِنْ لَيْلٍ وَنَهَارٍ  
 \* الْفَتْرَةُ الْمُظْلِمَةُ مِنَ الْيَوْمِ.

## السَّنة الأولى المرائز 2

### تمارين للدعم إيقاظ علمي

تمارين لدعم مكتسبات التلاميذ المتعلقة بـ :  
 \* أهمية الغذاء في حياة الإنسان والحيوان والنبات  
 \* تطبيق قواعد حفظ الصحة المتعلقة بالأغذية.

الاسم واللقب : .....

التمارين

المعايير

دَخَلْتُ مَامَا إِلَى الْمَطْبَخِ لِتُعِدَّ الطَّعَامَ.  
 أَخْرَجْتُ مَامَا مَوَادَّ غِذَائِيَّةً مِنَ الثَّلَاجَةِ.  
 أَشْطَبُ الْخَطَأَ:

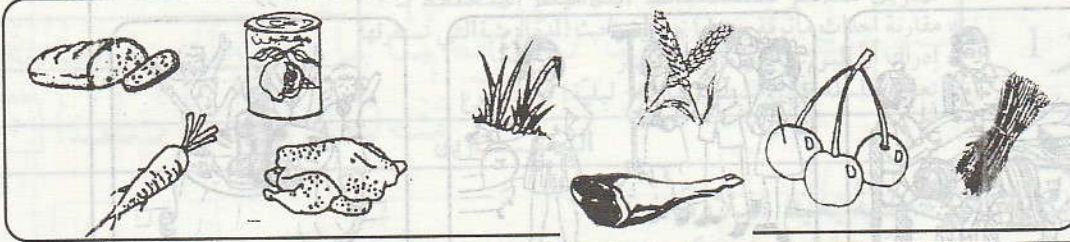
تَضَعُ مَامَا الْمَوَادَّ الْغِذَائِيَّةَ فِي الثَّلَاجَةِ :  
 \* لِتَحْمِيهَا مِنَ التَّعَفُّنِ.  
 \* لِتَنْضِجَ.  
 \* لِتَحْمِيهَا مِنَ الْقِطْ نُورًا.





الْوَنُ الْأَغْذِيَّةَ الَّتِي يَأْكُلُهَا الْإِنْسَانُ:

2



نَادَتْ الْأُمُّ طِفْلِيهَا وَأَعْطَتْ ابْنَهَا عُلْبَةً يَاعُورَتْ ثُمَّ قَدَّمَتْ لِابْنَتِهَا تَفَاحَةً.  
أَضَعُ عَلَامَةً (X) أَمَامَ الْمُوقِفِ السَّلِيمِ الَّذِي يَجِبُ أَنْ يَقُومَ بِهِ كُلُّ طِفْلِ حِفَظًا عَلَى صِحَّتِهِ.

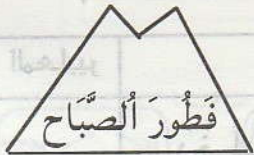
3

- \* أَتَثَبْتُ مِنْ سَلَامَةِ الْمَوَادِّ الْغَذَائِيَّةِ الْمُعَلَّبَةِ قَبْلَ أَكْلِهَا. ☐
- \* أَغْسَلُ الْخَضَرَ وَالْغُلَالَ جَيِّدًا قَبْلَ أَكْلِهَا. ☐
- \* أُمْسَحُ الْغُلَالَ جَيِّدًا قَبْلَ أَكْلِهَا. ☐



أَوْقَدَتِ الْأُمُّ الْقُرْنَ وَبَدَأَتْ فِي إِعْدَادِ الطَّعَامِ.  
أَرَبِّطُ كُلَّ مَجْمُوعَةٍ غَذَائِيَّةٍ بِمَوْعِدِهَا ثُمَّ بِاللَّافِتَةِ الَّتِي تُنَاسِبُهَا.

4



فِي الصَّبَاحِ

عِنْدَ الزَّوَالِ

فِي الْمَسَاءِ

فَجَاءَ سَمْعَ جَمَالٍ خَرُوفُهُ يَشْغُو فَاسْتَاذَنَ أُمَّهُ ثُمَّ خَرَجَ إِلَى الْحَدِيقَةِ لِيَقْدِمَ لَهُ طَعَامًا.  
أَرَبِّطُ كُلَّ حَيَوَانَ بِغِذَائِهِ.

5





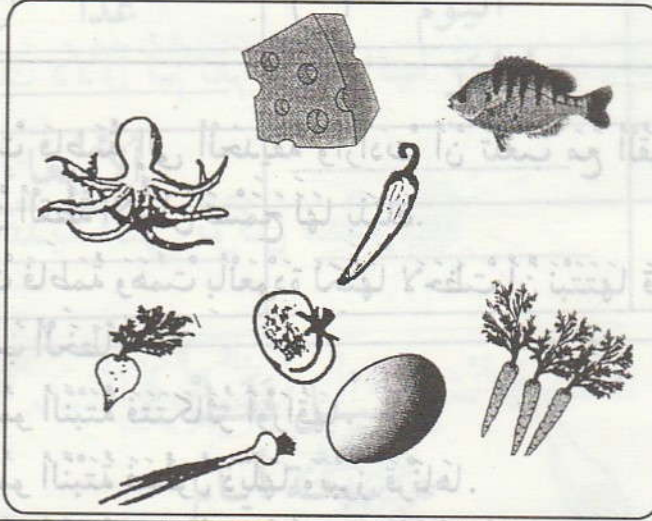
6

بَعْدَ ذَلِكَ مَرَّ جَمَالٌ بِحَوْضِ الْجُلْبَانَةِ الَّذِي زَرَعَهُ مِنْذُ مُدَّةٍ قَوَّجَدَهُ قَدْ أَبْدَرَ.  
اَكْتُبْ "نَعَمْ" أَوْ "لَا"  
نَمَتْ بَذْرَةُ الْجُلْبَانِ لِأَنَّ جَمَالَ سَقَاهَا.

\* حَلِيبًا      \* عَطْرًا  
\* مَاءً      \* زَيْتًا

7

قَطَفَ جَمَالُ حَبَاتِ الْجُلْبَانِ لِأُمِّهِ فَشَكَرَتْهُ ثُمَّ قَشَرَتْهَا لِتُعَدَّ بِهَا الطَّعَامَ.  
أَحِيطُ بِخَطِّ مُغْلَقِ الْأَغْذِيَةِ الَّتِي تُؤْكَلُ مَطْبُوخَةً أَوْ طازِجَةً :



### تمارين للدعم إيقاظ علمي

تمارين لدعم مكتسبات التلاميذ المتعلقة بـ :  
\* تعرّف مظاهر تدلّ على نموّ جسم الإنسان والحيوان والتغيرات التي  
تطرأ على النبتة من حيث طول ساقها وعدد أوراقها.

السنة الأولى  
الرائز 3

التمارين

المعايير

ذَاتَ يَوْمٍ أَفَاقَتْ فَاطِمَةُ عَلَى مُوَاءَ خَافَتْ صَادِرٌ مِنَ الْحَدِيقَةِ . وَلَمَّا فَتَحَتْ نَافِذَةً  
غُرِفَتَهَا شَاهَدَتْ قَطَطَهَا نُؤُوَ وَبِجَانِبِهَا قُطَيْطَاتٌ صَغِيرَةٌ تَمُوءُ مُوَاءَ مُتَوَاصِلًا.  
أَرْتَبُ مَرَّاحِلَ نُمُو الْقُطَيْطِ :

1





تَعَجَّبَتْ فَاطِمَةُ كَثِيرًا عِنْدَمَا رَأَتْ الْقُطَيْطَاتِ تَرْضَعُ أُمُّهَا فَنَادَتْ وَالِدَتَهَا لِتَرَى هَذَا الْمَنْظَرَ الْغَرِيبَ. فَأَعْلَمَتْهَا أُمُّهَا أَنَّهَا هِيَ أَيْضًا وَلِدَتْ صَغِيرَةَ الْحَجَمِ ثُمَّ نَمَتْ وَكَبُرَتْ. أَرْتَبُ مَرَاكِحَ نُمُو هَذِهِ الْبِنْتِ:

2



خَرَجَتْ فَاطِمَةُ إِلَى الْحَدِيقَةِ وَأَرَادَتْ أَنْ تَلْعَبَ مَعَ الْقُطَيْطَاتِ لَكِنَّ أُمُّهَا حَذَرَتْهَا مِنْ ذَلِكَ لِأَنَّ الْقُطَيْطَةَ الْأُمُّ لَنْ تَسْمَحَ لَهَا بِذَلِكَ. خَافَتْ فَاطِمَةُ وَهَمَّتْ بِالْعُودَةِ لَكِنَّهَا لَاحِظَتْ أَنَّ نَبْتَهَا قَدْ بَدَأَتْ تَذْبُلُ. أَشْطَبُ الْخَطَأُ:

3

تَنْمُو النَّبْتَةِ فَتَتَكَاثَرُ أَوْ رَاقِهَا.

تَنْمُو النَّبْتَةِ فَيَطُولُ ذَيْلُهَا وَيَبْرُزُ قَرْنَاهَا.

تَنْمُو النَّبْتَةِ فَتَزْدَادُ عِدَدُ أَوْ رَاقِهَا ثُمَّ تَزْهَرُ.



أَرْتَبُ بِالْأَرْقَامِ مِنْ 1 إِلَى 4 مَرَاكِحَ نُمُو هَذِهِ النَّبْتَةِ:

4

