

## شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



## نقاط هامة في مقرر أسر 102

[موقع المناهج](#) ← [المناهج البحرينية](#) ← [الصف الأول الثانوي](#) ← [تربية أسرية](#) ← [الفصل الأول](#) ← [الملف](#)

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 09:04:12 2024-05-06

## التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول الثانوي



اضغط هنا للحصول على جميع روابط "الصف الأول الثانوي"

## روابط مواد الصف الأول الثانوي على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

## المزيد من الملفات بحسب الصف الأول الثانوي والمادة تربية أسرية في الفصل الأول

[نموذج إجابة امتحان نهاية الفصل الأول](#)

1

[نموذج امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني](#)

2

[ملخص مقرر أسر](#)

3

[نموذج إجابة امتحان نهاية العام الدراسي](#)

4

[كراسة أنشطة مقرر أسر 102 \(المهارات الحياتية\)](#)

5

## نقاط هامة في مقرر اسر 102

### نقاط هامة في درس مهارة اتخاذ القرار

#### و التفكير الناقد

اتخاذ القرار : العملية التي يجري فيها الالتزام باتخاذ قرار ما ، هي عملية تهدف إلى إحداث تغييرات للوصول إلى نتائج إيجابية لموقف أو قضية ما ،من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة و اختيار الأمثل منها .

#### أنواع القرارات :

1- قرارات تخص الفرد .	2- قرارات تخص الجماعة .
3- قرارات عادية .	4- القرار المصيري .
5- القرارات الدورية .	6- القرارات الطارئة .

#### خطوات اتخاذ القرار :

1- تحديد المشكلة :	تتضمن تحليلاً دقيقاً للوضع ، لتحديد المشكلة و بيان أسبابها .
2- جمع المعلومات :	يجرى جمع المعلومات من مصادر متعددة ، و تشمل طرائق جمع المعلومات الملاحظة المباشرة لطبيعة المشكلة .
3- اقتراح الحلول الممكنة :	توضح تصورات للحلول الممكنة للمشكلة .
4- تقويم الحلول :	يجرى تقييم الحلول و دراستها .
5- تحديد النتائج :	يقصد بها تحديد النتائج بعد حل المشكلة .
6- اتخاذ القرار :	بعد تقويم الحلول و ادراك ما يترتب عليها من نتائج ، يأتي اختيار أفضل الحلول للوصول الى النتيجة المرغوب فيها .
7- التأكد من سلامة القرار المتخذ :	خطوتان للتأكد من سلامة القرار : أ- وضع القرار موضع التنفيذ . ب- النظر في النتيجة التي يحققها التنفيذ ، فإذا حقق القرار الهدف منه ، و الا فان الضرورة تقتضي إعادة النظر مرة أخرى ليكون أكثر فاعلية .

## مبادئ اتخاذ القرار السليم :

1- صارع نفسك عن السبب الحقيقي لاي اختيار .
2- شاوور غيرك و افتح عقلك لأراء الآخرين خاصة اذا كان قرارك يهمهم .
3- افحص خياراتك و خذ بالحسبان جميع العوامل .
4- تعلم من نتائج قراراتك السابقة .
5- انظر في سلبيات كل خيار و في إيجابياته (مهارة موازنة الأفكار)

## التفكير الناقد :

القدرة على الحكم على الأشياء و فهمها و تقويمها طبقاً لمعايير معنية ، من خلال طرح الأسئلة ، و عقد المقارنات و دراسة الحقائق ، و تصنيف الأفكار و التمييز بينها : للوصول الى استنتاج صحيح .



الشكل (٢-١-١): خطوات التفكير الناقد وخصائصه

## معوقات التفكير الناقد:

١. التسرع في الفهم والاستيعاب.
٢. التسرع في إبداء الرأي وإصدار الأحكام.
٣. البعد عن الموضوعية عند تقييم الأفكار.
٤. التعصب والتحيز لرأي معين أو فكرة ما.
٥. البعد عن التفكير المنطقي والأخذ بالأفكار الخرافية.
٦. مسaire الاتجاهات الشائعة والسائدة من دون تحكيم للعقل.
٧. سيادة التفكير الروتيني أو الجامد المحدود.

الشكل (٣-١-١): معوقات التفكير الناقد

# نقاط هامة في درس مهارة الابداع و الابتكار

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

- الإبداع : عملية الإتيان بشيء جديد أو تحسين و تطوير شيء موجود و تجديده .
- الابتكار : الخطوات التنفيذية لتحويل الأفكار الإبداعية إلى واقع ملموس .
- الإبداع بصفة عامة يسبق الابتكار .

## عناصر الابداع :

### الحساسية للمشكلات Problem Sensibility

الوعي بوجود مشكلات أو حاجات أو عناصر ضعف في البيئة أو الموقف، ويعني ذلك بأن بعض الأفراد أسرع من غيرهم في ملاحظة المشكلة.

### الأصالة Originality

هي قدرة الفرد على إنتاج أفكار أو حلول جديدة غير مألوفة للمشكلة، أي أن الفرد الذي يتصف بهذه المهارة لا يكرر أفكار الآخرين.



### الطلاقة Fluency

هي القدرة على إنتاج أفكار عديدة لفظية أو أدائية لمساءلة أو مشكلة نهايتها حرة ومفتوحة. وتتحدد هذه الطلاقة في حدود كمية تقاس بعدد الاستجابات، وسرعة صدورها.

### المرونة Flexibility

تشير إلى درجة السهولة التي يتغير بها الفرد في موقف ما، أو وجهة نظر عقلية معينة فالشخص على سبيل المثال الذي يقف عند فكرة معينة يعدُّ أقل قدرة على الإبداع من شخص مرن في التفكير.

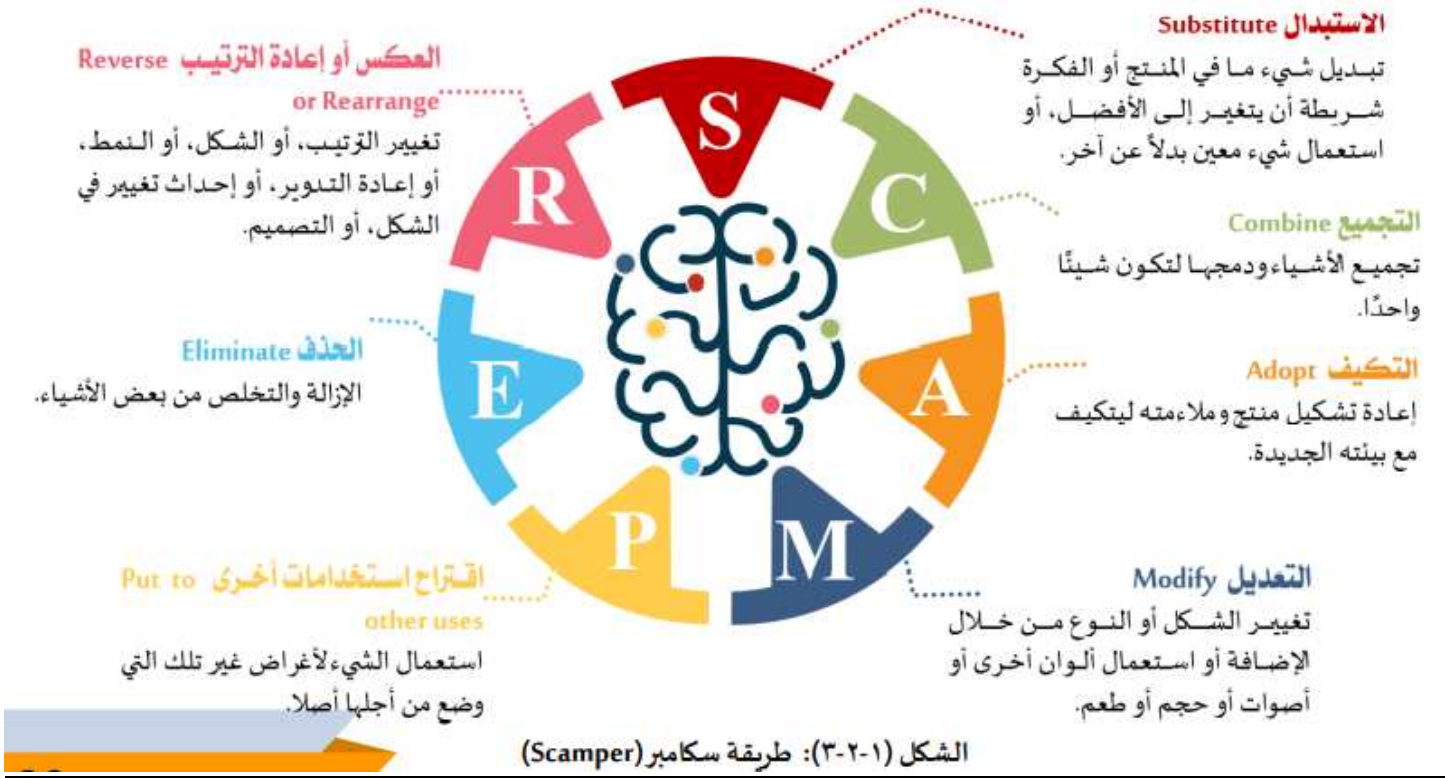
الشكل (١-٢-١): عناصر الإبداع والابتكار

## طرائق توليد الأفكار الإبداعية و الابتكارية :

من أهم الطرائق التي تنمي التفكير الإبداعي

- 1- العصف الذهني : هي تقنية لحل المشكلات تستعمل لجمع عدد كبير من الأفكار و الحلول في وقت محدد (5-15 دقيقة) )
- 2- قبعات التفكير الست : تقنية التفكير الإبداعي الجانبي لمساعدة المفكر على أن يعمل على الأشياء كل على حدة .
- 3- طريقة سكامبر: تعرف بانها تطوير الأفكار و تحسينها و الخروج منها فكرة جديدة من خلال مجموعة من الخطوات للتغيير في معطيات منتج ما و إعادة تشكيل علاقة .





مجالات الابداع و الابتكار : كثيرة و منها الاقتصاد الرقمي – ريادة الاعمال – التطبيقات الذكية – الطاقة الشمسية – الروبوتات – علوم الفضاء .

المبادرات الحكومية في مجال الابتكار :

1- الاستثمار في الابتكار .
2- حكومة مبتكرة .
3- دعم الابتكار .
4- حاضنات و مسرعات الأعمال .
5- حماية الأفكار المبتكرة .
6- فريق البحرين للفضاء .

الجوائز و المسابقات في مجال الابتكار :

1- مسابقة فكرة للابتكار الحكومي .
2- جائزة التميز للحكومة الالكترونية .

# نقاط هامة في درس ريادة الأعمال و الابتكار

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

مفهوم ريادة الأعمال: إنشاء عمل حر يتسم بالإبداع ، و يتصف بالمخاطرة .

أبعاد ريادة الأعمال :

- 1- أن يكون العمل حر: و يقصد بذلك أن يكون العمل مستقلاً لمالكه رائد الأعمال ، و ليس لدى الآخرين .
- 2- أن يتضمن نوعاً من المخاطرة : المقصود بها المخاطرة المدروسة ، و المخطط مسبقاً لتحمل تبعاتها .
- 3- أن يكون أبداعياً (مبتكراً) : يكون بصفات كثيرة تميز المشروع أو منتجاته من المشروعات الأخرى .



أهمية ريادة الأعمال :

- 1- دعم الاقتصاد الوطني بما يتواءم مع رؤية المملكة 2030 .
- 2- اكتشاف موارد جديدة .
- 3- إيجاد و فتح أسواق جديدة للسلعة أو الخدمة .
- 4- الإسهام في خلق فرص وظيفية جديدة في المجتمع .

مفهوم رائد الأعمال : هو الشخص الذي لديه الإدارة و القدرة ، والإبداع لتحويل فكرة جديدة ، أو تطوير فكرة قائمة إلى مشروع ريادي .

سمات رائد الأعمال :

- 1- الثقة بالنفس .
- 2- الإبداع و الابتكار .
- 3- الحماسة .
- 4- تحمل المخاطر .
- 5- يتقبل النقد .
- 6- المثابة و الإصرار .
- 7- القدرة على الإقناع .

ريادة الأعمال الاجتماعية : هي نهج يطور و يمول من خلاله الأفراد أو المجموعات أو الشركات الناشئة أو رواد الأعمال .



# نقاط هامة في درس المشروعات الصغيرة

## و حاضنات الأعمال

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

المشروع الصغير: مشروع مستقل في ملكيته و إدارته ، و غالبا ما يستحوذ على حصة في السوق .

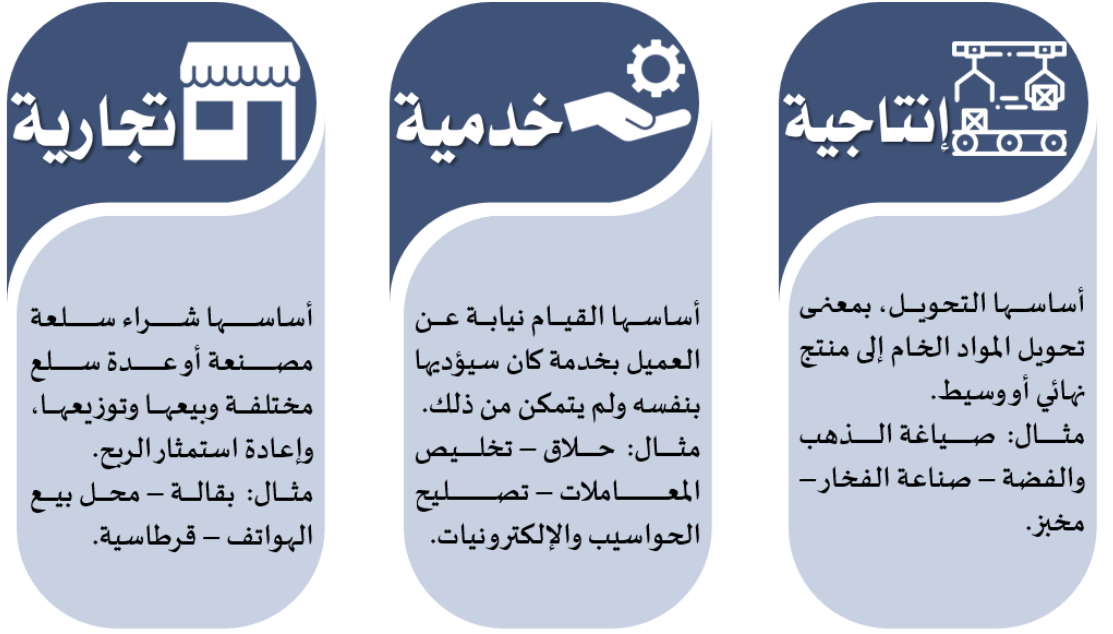
المعايير التي يعتمد عليها في تحديد المشروع الصغير:

1- عدد العاملين في المشروع .	2- حجم رأس المال المستثمر .
3- حجم المبيعات .	4- حصة المنشأة في السوق .
5- حجم الأرباح التي تحققها المنشأة الصغيرة .	

تعريف (تصنيف) المؤسسات المتناهية الصغر و الصغيرة و المتوسطة في مملكة البحرين .

المعايير	نوع المؤسسة	المتناهية الصغر	الصغيرة	المتوسطة
عدد العمالة		حتى 5 عمال	5-6 عاماً	51-100 عاملاً
الإيرادات السنوية (دينار بحريني)		1-50000	1-5 مليون	1-10 مليون

## تقسيم المشروعات حسب طبيعة النشاط :



## أهم الطرائق لإيجاد الأفكار الجديدة :

هو النظر إلى نوع معين من المشروعات الموجودة ودراسته ومحاولة تأسيس مشروع على النهج نفسه ولكن مع إضافة بعض التطوير عليه ليكون مميزاً.

### التجديد

هو وجود الحاجة لدى قطاع معين من المستهلكين ومحاولة تلبية هذه الحاجة عن طريق تأسيس مشروع.

### اغتنام الفرصة

هو نوع جديد من المشروعات التي لم تكن موجودة من قبل ومحاولة خلق الحاجة إلى منتجات هذه المشروعات لدى المستهلك.

### الابتكار

## المحاور الاستراتيجية لمهام مجلس تنمية المؤسسات الصغيرة و المتوسطة :

1- تيسير التمويل .	2- تسهيل الدخول الى الأسواق .
3- تبسيط إجراءات تأسيس الأعمال .	4- تطوير المهارات .
5- تعزيز الابتكارات .	

تمثل المشروعات الصغيرة و المتوسطة بحسب الإحصائيات الرسمية 98% من مجموع الشركات المحلية في مملكة البحرين .

### أهمية المشروعات الصغيرة في الاقتصاد الوطني :

- 1- تنوع تشكيلة المنتجات ( الخدمات – التجارية – الصناعية – الزراعية) في الهيكل الاقتصادي للبلاد .
- 2- العمل بوصفها صناعات داعمة للأنشطة الكبيرة و المتوسطة ، ويأتي هذا مكملًا للإنتاج .
- 3- توفير فرص العمل الذاتية من خلال المشروعات الصغيرة و الحد من مشكلات الفقر و البطالة .
- 4- الاستفادة من الثروات المحلية و إعادة تفعيلها .
- 5- المساهمة في حركة التصدير الوطني و ردف الاقتصاد الوطني بالعملات الأجنبية .
- 6- تحفيز الشباب إلى الانهماك في الحياة العملية و تقديس العمل ، و ابعادهم عن المشكلات الاجتماعية ، و خلق منهم شبابًا منتجاً و فاعلاً في المجتمع .

### التمويل : توفير المبالغ النقدية اللازمة لدفع مشروع خاص أو عام و تطويره .

#### نماذج من مصادر تمويل المشروعات الصغيرة و المتوسطة في مملكة البحرين



# تُصَنِّف حاضنات الأعمال

## المختلطة

1. تنمو **Tenmou**
2. "رُكن" حاضنة الأعمال لمشروعات تقنية المعلومات والاتصال

## الخاصة

تشرف وزارة الصناعة والتجارة والسياحة على قطاع الاستثمار في الحاضنات والمسرعات ومتابعة تطوراتها، ففي مارس 2017م دُشّن هذا النشاط رسميًا ومستقلًا، ومنذ ذلك التاريخ إلى يومه جرى تأسيس ما يفوق 24 مؤسسة تعمل في مجال حاضنات ومسرعات الأعمال

## الحكومية

1. مركز البحرين لتنمية الصناعات الناشئة
2. مركز تنمية قدرات المرأة البحرينية (ريادات)

**حاضنات و مسرعات الأعمال :** هي مؤسسات قائمة بذاتها ، تهدف الى توفير جملة من الخدمات و التسهيلات للمستثمرين الصغار ، الذين يبادرون إلى إقامة مشروعات صغيرة ، خاصة المبدعة منها و توفير لهم الوسائل و الدعم اللازمين ( الخبرات – المكان – التمويل )

### مقارنة بين مسرعات الأعمال و حاضنات الأعمال

مسرعات الأعمال	حاضنات الأعمال
تحتضن المشروعات بين شهر و 6 أشهر ، وتقوم بتسرع نموها تسريعاً هائلاً في هذه الفترة ، فتختصر على العمل في أشهر قليلة ، ما يتطلب سنة أو عدة سنوات .	تبقى المشروعات محتضنة لديها فترات أطول ( أكثر من ستة أشهر و قد تصل الى سنوات )
تختار فقط المشروعات الواعدة جداً و شبه المكتملة من حيث النضج و آلية العمل و الربح و قابليتها للنمو السريع .	تختار مشروعات أقل نضجاً و تحتاج الكثير من التطوير و التحديث و التجارب و الدعم

# نقاط هامة في درس الثقافة المالية

مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

**الثقافة المالية :** هي امتلاك الأفراد معارف و مهارات في إدارة المال ، و وعيهم بأن قراراتهم و تصرفاتهم المالية سيكون لها تأثير في حياتهم الشخصية ، و في أفراد المجتمع الذي يعيشون فيه .

## أهمية الثقافة المالية :

1- تسمح الثقافة المالية للأفراد بالمشاركة في الأسواق المالية .
2- تسمح الثقافة المالية للأفراد بالتخطيط لمرحلة التقاعد و الاستعداد الجيد لها ، كما تزيد من نسبة الوعي المالي لديهم .
3- تمنح الأفراد القدرة على المفاضلة بين المنتجات و الخدمات المالية المتاحة أمامهم .
4- لا يتأثر الأفراد ذوو الثقافة المالية العالية بالقرارات المالية لأقرانهم أي لا يقومون بتقليد الآخرين في اتخاذ القرارات المالية .
5- أصحاب الثقافة المالية العالية لديهم القدرة على الادخار بنظام و استمرار .
6- تسمح الثقافة المالية للأفراد بتحقيق الأمن المالي لأسرهم .
7- تسمح الثقافة المالية للأفراد بالتغلب على نقص المساعدات الحكومية و على تخفيضها .

## ميزانية الأسرة :

الميزانية هي التخطيط لتحديد طريقة استعمال الدخل المالي للفرد أو الأسرة في فترة زمنية محددة .

## بنود الانفاق المنزلي :

1- البنود الثابتة :	اجار المسكن .
	فواتير المياه و الكهرباء و الهاتف .
	المواد الغذائية .
	المصروفات الشخصية .
2- البنود المتغيرة :	الملابس ( مثل الثياب ، و الأحذية ) .
	المصروفات الاجتماعية ( ك شراء الهدايا و ما ينفق في ممارسة الهوايات ) .
	التعليم ( أدوات كتابية و مصاريف مدرسية ) .
	العلاج ( رسوم الكشف الطبي و الأدوية ) .
	تناول الوجبات خارج المنزل ( المطاعم ) .
3- بند الادخار :	من الأمور المهمة التي يجب على الأسرة أن تلتفت اليها من اجل مقابلة الظروف الطارئة أو الترفيه ، و يمكن استثمار جزء لزيادة دخل الأسرة .

## الهدف من الميزانية :

1- يساعد الأسرة على العيش في حدود إطار دخلها .
2- يحدد الحاجة الفعلية للأسرة .
3- فهم الوضع المالي للأسرة و تجنب حالات التبديد و العشوائية في التصرف .
4- توفير سجلات مالية نافعة يمكن الرجوع إليها عند الحاجة .
5- ادخار جزء من الدخل المالي .

## الأسس العامة لإعداد الميزانية :

1- تعد الميزانية متمشية مع أهداف الأسرة .
2- تراعى الأهداف المهمة ثم الأقل أهمية .
3- أن تكون الميزانية واقعية .
4- أن تتصف بالمرونة .
5- تساعد الأسر على تحسين طرائق معيشتها .
6- يجب ترك جزء من الموارد المتوفرة للظروف الطارئة .
7- تضع في الاعتبار ما قد يستجد من ظروف طارئة مستقبلا .
8- يراعى أن يكون الصرف أقل من الدخل .

الادخار : توفير المال لرغبات أو حاجات مستقبلية .

## أنواع الادخار :

1- ادخار عيني : ويكون على هيئة سلع أو بضائع .	
1- ادخار نقدي على هيئة نقود : و هو الادخار الغالب في الوقت الحاضر .	
<u>الادخار النقدي نوعان :</u>	
- الادخار الاجباري : و هو اقتطاع جزء من الدخل من قبل الدولة في مقابل المعاش التقاعدي لموظفيها عند نهاية الخدمة .	
- الادخار الاختياري : و يعني به امتناع الفرد عن استعمال جزء من دخله برضاه دونما اجبار من احد .	

## فائدة الادخار الاختياري :

1- تأمين الحاجات المستقبلية للأسرة .
2- تكوين احتياطي لمواجهة الظروف .
3- توفير دخل يتزايد تدريجيا لمواجهة المستوى المعيشي المتزايد باستمرار .
4- تنمو النقود بالادخار .
5- ازدهار الوطن و تنميته .

## أهمية الادخار في تنمية الدخل الأسرى و الوطنى :

تتمثل مدخرات الأفراد في أرصدة الودائع الادخارية بالبنوك و السندات و الأسهم و غيرها ،  
فبالإضافة الى ما يحصل عليه الفرد من أرباح و فوائد ، نجد أن البنوك تستثمر هذه المبالغ في مشاريع  
صناعية أو عقارية تسهم في دفع عجلة التنمية الى الأمام و تسهم في انماء الدخل القومي للدولة .

# نقاط هامة في درس ترشيد الاستهلاك

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

الاستهلاك : هو الانتفاع بالموارد الى أقصى حد ممكن .

المستهلك : هو الذي يحسن استعمال الموارد المتوافرة لديه لتعود عليه بالنفع .

ترشيد الاستهلاك : هو حسن استعمال الموارد المتاحة للفرد و استغلالها و عدم الإسراف في استعمالها و تقليل المفقود منها بقدر الإمكان .

المستهلك الواعي : هو الذي يعرف تماما ما يريد شراءه ، و يخطط لمشترياته حسب حاجته الفعلية قبل أن يقرر الذهاب الى السوق .

## حقوق المستهلك :

8- الحق في الصحة و السلامة عند الاستعمال العادي للمنتجات .
9- حق المعرفة .
10- حق احترام خصوصية المستهلك .
11- الحق في اختيار الحر للمنتجات .
12- الحق في الحصول على المعرفة بحماية حقوق و مصالحه المشروعة .
13- حق المستهلك في الحياة في بيئة صحية .

## مسؤوليات المستهلك :

1- قبل الشراء يتأكد من توافر الضمانات و بلد المنشأ للمنتج و طريقة التخزين و تعليمات الاستعمال و تاريخ الصلاحية .
2- على المستهلك أن يطلب الفاتورة .
3- أن يفحص السلعة جيدا للتأكد من أنها خالية من أي عيوب قبل مغادرة المحل .
4- أن يتأكد من فهم تفاصيل الخدمات المقدمة بعد الشراء أن يعرف الأجزاء التي يشملها الضمان .
5- قراءة العقود و الضمانات بدقة قبل التوقيع عليها .



الخدمات التي تقدمها إدارة حماية المستهلك :

1- تنفيذ أحكام القوانين و التشريعات المنظمة لحماية حقوق المستهلك .
2- اتخاذ التدابير اللازمة لحماية المستهلك .
3- اتخاذ التدابير اللازمة لمكافحة الغش التجاري .
4- تلقي الشكاوى من المستهلكين و التحقيق منها و فض النزاعات بين المستهلكين و المزودين و العمل على حلها .

أساليب تأثير الاعلانات :

1- إشعار المستهلك بميزة خاصة في السلعة عن طريق استعمال حقيقة معروفة فيها.
2- توظيف بعض الخدع السينمائية في التصوير لإبهار المستهلك .
3- الاستعانة بشخصية مشهورة .
4- استعمال الخدع اللفظية التي تشد انتباه المستهلك .
5- الاعتماد على تكرار الإعلان .

مواجهة المستهلك لتأثير الإعلانات : يجب مراعاة ما يأتي

1- التأكد من حقيقة الإعلان و مدى صلاحيته قبل قرار الشراء .
2- التمييز بين الإعلانات العاطفية و الإعلانات الحقيقية .
3- مقارنة المستهلك بين سعر ما يعلن عنه و ميزانيته قبل الإقدام على الشراء .
4- البعد عن الإعلانات التي تحتوي شروط شراء .

# نقاط هامة في درس أمن المعلومات

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

**أمن المعلومات :** حماية المعلومات و عناصرها المهمة (الحرية) بما في ذلك الأنظمة و الأجهزة التي تستعمل هذه المعلومات و تخزينها و ترسلها .

## عناصر أمن المعلومات :

1- السرية :	تعني منع الوصول إلى المعلومات إلا من الأشخاص المصرح لهم فقط سواء عند تخزينها أو عند نقلها عبر وسائل التواصل .
2- السلامة :	تعني أن تكون المعلومة صحيحة عند إدخالها و كذلك في أثناء تنقلها بين الأجهزة في الشبكة .
3- التوافر :	تعني بقاء المعلومة متوفرة للمستعمل مع إمكانية الوصول إليها و عدم تعطل ذلك نتيجة خلل في أنظمة إدارة قواعد المعلومات .

## أبرز التهديدات الالكترونية :

1- انتحال الشخصية :	في مثل هذه الحالة يجرى استعمال هوية مستخدم ما (اسم المستخدم و كلمة المرور) للحصول على معلومات سرية أو أمنية أو مبالغ نقدية و منها :
2- التنصت :	- ارسال رسائل للمستهدفين و يطلب منهم تحديث بياناتهم البنكية عبر روابط - استعمال أجهزة أو برامج تقوم بتسجيل كل ما ينفذ النقر عليه في لوحة المفاتيح . - الاتصال المباشر بالمستهدفين و الادعاء بأن المتصل موظف في شركة أو بنك و يطلب المعلومات السرية بحجة تحديث النظام .
3- الفيروسات :	يجرى عن التنصت على حزم البيانات في أثناء تنقلها عبر شبكات الحاسب .
4- الاختراق :	عبارة عن برامج قام بتطويرها و كتابتها مبرمجون محترفون بهدف تنفيذ أوامر معينة في جهاز الضحية كالحاق الضرر بالحاسب و ما يحتويه من بيانات .
4- الاختراق :	محاولة الوصول الى أجهزة و أنظمة الأفراد أو المنظمات و الشركات باستعمال برامج خاصة عن طريق ثغرات في نظام الحماية .

5- برامج التجسس :	نوع من الاختراق يقتصر على معرفة محتويات النظام المستهدف باستمرار من دون إلحاق الضرر به .
-------------------	--

تتكون الإدارة العامة لمكافحة الفساد من :

1- إدارة مكافحة الجرائم الاقتصادية :	تختص بمكافحة جرائم الاحتيال و خيانة الأمانة و التزوير و تزيف العملات و جرائم الشيكات و البطاقات الائتمانية .
2- إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية :	تختص بمكافحة جميع الجرائم الإلكترونية من سرقة و اختراق للبريد الإلكتروني و الإساءة و التشهير و السب أو الابتزاز باستعمال وسائل إلكترونية .
3- إدارة مكافحة جرائم الفساد :	تختص بمكافحة جرائم الموظف العام و هي الرشوة و الاختلاس و استغلال النفوذ و إساءة استعمال النفوذ .
4- إدارة التحريات المالية :	تختص بمكافحة جرائم غسل الأموال و تمويل الإرهاب و جرائم نقل الأموال عبر الحدود .
5- إدارة الشرطة العربية و الدولية (الانتربول) :	هي الوسيط بين وزارة الداخلية بمملكة البحرين و شعب و إدارات الاتصال في وزارات الداخلية بجميع الدول الأعضاء في المنظمة الدولية للشرطة الجنائية ، و تهدف لتأمين و تنمية المساعدة المتبادلة بين الدول الأعضاء في المجالات الأمنية و الاستخباراتية وتسليم المجرمين .
6- إدارة البحث و تحري:	تختص بجمع المعلومات و الاستدلالات و التحريات و اعداد التقارير الأمنية و الاستخباراتية في جميع القضايا التي تباشرها جميع الإدارات السالقة الذكر

إرشادات أمنية لحماية معلوماتك :

1- كن حذراً حين استعمال الانترنت ، ولا تكشف أي معلومات شخصية سواء في ملف التعريف او في غرف الدردشة او البريد الالكتروني ، فقد تستغل لانتحال شخصيتك .
2- لا تستعمل اسمك الحقيقي كما لا تعط عنوانك و رقم هاتفك في أي رابط لمواقع او صفحات .
3- كن حذراً حول ارسال الصور الى اشخاص لا تعرفهم معرفة جيدة .
4- لا تتحدث عن معلوماتك الشخصية او عائلتك او اصدقائك .
5- لا تشارك أحدا كلمة السر الخاصة بك .
6- لا تستجيب للرسائل الغير لائقة .
7- استعمل برنامج الحماية من الفيروسات .
8- تأكد من وجود (https) في شريط العنوان الخاص بالصفحة التي تطلب بياناتك الخاصة ، مثل اسمك و اسم المستخدم وكلمة المرور و رقم البطاقة الائتمانية .
9- تجنب الدخول للمواقع الحساسة كالبانوك عن طريق روابط من مواقع أخرى .
10- لا تعلن عن مكانك عبر شبكات التواصل الاجتماعي .

# نقاط هامة في درس الاقتصاد الرقمي

مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

## و المواطنة الرقمية

**الاقتصاد الرقمي :** هو ممارسة الأنشطة الاقتصادية في المجال الالكتروني باستعمال وسائل الاتصالات و تكنولوجيا المعلومات ، من خلال إيجاد روابط فعالة ما بين اطراف النشاط الاقتصادي .

**المواطنة الرقمية :** جملة المعايير و القواعد و الضوابط السلوكية و الأخلاقية و القانونية الهادفة الى ضمان الاستعمال السليم و الأمثل للتكنولوجيا الرقمية ، و الاستفادة من ميزاتها و تخفيف اثارها السلبية ، من اجل المساهمة في بناء الوطن الرقمي .

### محاور المواطنة الرقمية :

1- الوصول الرقمي :	المشاركة الالكترونية الكاملة في المجتمع .
2- التجارة الرقمية :	بيع و شراء البضائع الكترونيا .
3- الاتصال الرقمي:	التبادل الالكتروني للمعلومات .
4- محو الامية الرقمية :	عملية تعليم و تعلم التكنولوجيا و استعمال ادواتها .
5- اللياقة الرقمية :	المعايير الرقمية للسلوك و الإجراءات .
6- القوانين الرقمية :	المسؤولية الرقمية عن الاعمال و الأفعال .
7- الحقوق و المسؤوليات الرقمية :	الحريات التي يتمتع بها الجميع في العالم الرقمي .
8- الصحة والسلامة الرقمية :	الصحة النفسية و البدنية في عالم التكنولوجيا الرقمية .
9- الامن الرقمي (الحماية الذاتية):	إجراءات ضمان الوقاية و الحماية الالكترونية .

### مهارات و خصائص المواطنة الرقمية :

1- هوية المواطن الرقمي :	القدرة على بناء هوية صحية و ادارتها عبر الشبكة العنكبوتية (الانترنت)
2- إدارة وقت الشاشة :	القدرة على إدارة وقت الشاشة ، وتعدد المهام ، و انهماك الفرد في الألعاب عبر الإنترنت و مواقع التواصل الاجتماعي مع ضبط النفس .

3- إدارة التسلط عبر الانترنت :	القدرة على التعامل مع حالات التسلط عبر الإنترنت و اكتشافها و التعامل معها بحكمة .
4- إدارة الامن السيبراني (الجرائم الالكترونية) :	القدرة على إدارة مختلف الهجمات الالكترونية و حماية بيانات الشخص عن طريق انشاء كلمات مرورية قوية .
5- إدارة الخصوصية :	القدرة على حماية خصوصية الاخرين ، و التعامل مع حرية التصرف في جميع المعلومات الشخصية المشتركة عبر الشبكة العنكبوتية (الانترنت)
6- التفكير الناقد :	القدرة على التفريق و التميز بين المعلومات الحقيقية و المعلومات الخاطئة ، و المحتوى الجيد و الضار ، و الاتصالات الموثوقة و المشبوهة عبر الشبكة العنكبوتية (الانترنت)
7- البصمة الرقمية :	القدرة على إدارة و فهم طبيعة الآثار الرقمية و آثارها الواقعية بمسؤولية .
8- التعاطف الرقمي :	القدرة على فهم احتياجات و مشاعر الآخرين على الشبكة العنكبوتية (الانترنت) و التعاطف معهم .

### خصائص المواطن الرقمي :

1- يلتزم الأمانة الفكرية .
2- يحترم الثقافات و المجتمعات في البيئة الافتراضية .
3- يحافظ على المعلومات الشخصية .
4- يدير الوقت الذي يقضيه في استعمال الوسائط الرقمية .
5- يستعمل الانترنت استعمالاً منظماً و فعالاً .
6- يحمي نفسه من الأفكار السلبية التي تنتشر في الوسائط الرقمية .
7- يستعمل المعلومات و التكنولوجيا استعمالاً آمناً و قانونياً .

# نقاط هامة في درس التربية البيئية

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

البيئة : مشروع الإطار الذي يعيش فيه الانسان و يحصل منه على مقومات حياته من غذاء و كساء و مأوى و دواء و يمارس فيه نشاطاته المختلفة .

قسم الباحثين البيئة الى قسمين رئيسيين :

1- البيئة الطبيعية .
2- البيئة المشيدة .

التربية البيئية : مشروع عملية ينتج منها تكوين القيم و الاتجاهات و المهارات اللازمة لفهم و تقدير العلاقات التي تربط الانسان و حضارته بالبيئة التي يحيا فيها ، و توضح ضرورة المحافظة على موارد البيئة و حسن استثمارها لصالح الانسان ، من اجل حياة كريمة ، و رفع مستوى معيشته .

أهداف التربية البيئية :

1- الوعي البيئي .
2- المعرفة البيئية .
3- المهارات البيئية .
4- الاتجاهات و القيم البيئية .
5- المشاركة البيئية .
6- القدرة على التقويم البيئي .

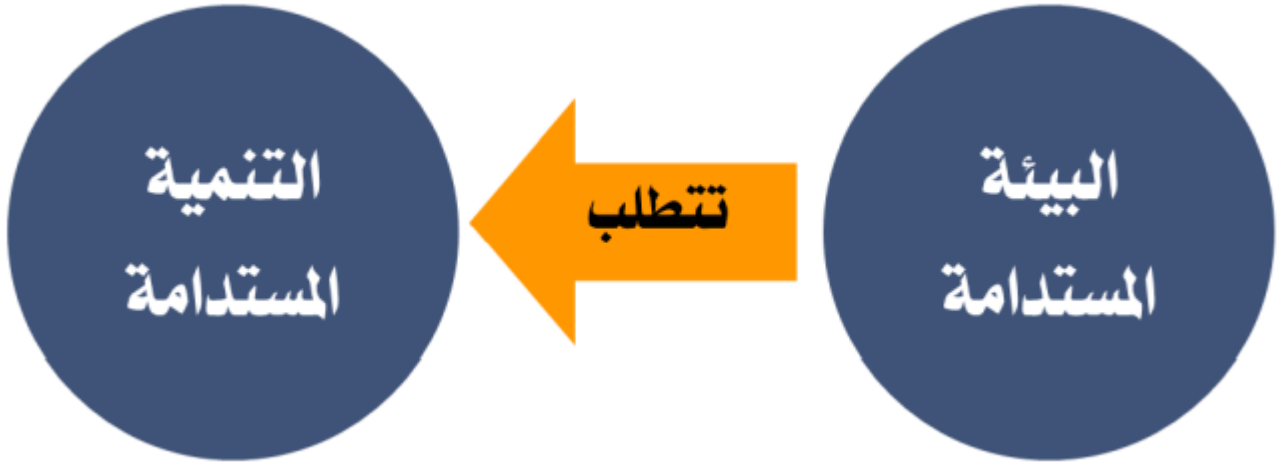
مبادئ التربية البيئية :

1- المبدأ الاقتصادي .
2- المبدأ العلمي .
3- المبدأ الأخلاقي .

## نقاط هامة في درس البيئة المستدامة

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

**البيئة المستدامة :** الاستدامة هي القدرة على تلبية احتياجات الحاضر من دون المساس بقدرة الأجيال القادمة على تلبية احتياجاتهم الخاصة .



**التنمية المستدامة :** الاستدامة تتمثل في تلبية احتياجات الأجيال الحالية من دون المساومة على قدرة الأجيال المقبلة على الحياة و البقاء ، و التوزيع المناسب و العادل للموارد و الحقوق و الثروات بين الافراد على مر الزمن و المساواة المتبادلة بين الأجيال المختلفة و بين افراد الجيل .



الشكل (٥-٢-١): أبعاد التنمية المستدامة

1- البعد الاقتصادي :	يهدف تطوير القدرات الإنتاجية و دعم البحث العلمي و تحفيز الاستثمارات و الإدارة الحديثة لمضاعفة الإنتاج بما يكفي احتياجات الانسان الأساسية .
2- البعد الاجتماعي :	يمثل التوزيع العادل للثروات و توفير الحماية الاجتماعية و الخدمات الصحية لجميع افراد المجتمع من دون تمييز .
3- البعد البيئي :	يهدف تطوير استعمال مصادر الطاقة المتجددة و ترشيد استهلاك مصادر الطاقة غير المتجددة و إعادة التدوير و التقليل من الاثار الضارة للأنشطة الإنتاجية .



## أهداف البيئة المستدامة :



١٠. الحد من أعدام المساواة		١. القضاء على الفقر	
١١. مدن ومستوطنات مستدامة		٢. القضاء على الجوع	
١٢. الاستهلاك والإنتاج المسؤولان		٣. الصحة الجيدة والرفاه	
١٣. تغير المناخ		٤. ضمان التعليم الجيد	
١٤. حفظ المحيطات والبحار والموارد البحرية		٥. تحقيق المساواة بين الجنسين	
١٥. حماية النظم الإيكولوجية البرية		٦. ضمان توافر المياه وخدمات الصرف الصحي	
١٦. السلام والعدل والمؤسسات		٧. ضمان الحصول على خدمات الطاقة الحديثة	
١٧. تعزيز الشراكات العالمية		٨. تعزيز النمو الاقتصادي والعمالة الكاملة	
		٩. إقامة بنى تحتية والتصنيع الشامل وتشجيع الابتكار	

الشكل (٥-٢-٢): أهداف التنمية المستدامة

### بعض مؤسسات وهيئات التنمية المستدامة في مملكة البحرين:

	١. المجلس الأعلى للبيئة
	٢. المؤسسة الوطنية لحقوق الإنسان
	٣. هيئة جودة التعليم والتدريب
	٤. المجلس الأعلى للمرأة



الشكل (٢-٢-٥): الحماية القانونية للبيئة في مملكة البحرين

نماذج من إنجازات مملكة البحرين في مجال التنمية المستدامة في البعد البيئي:

- الدستور.
- ميثاق العمل الوطني.
- قانون البيئة والقرارات المنفذة له.
- قانون الحياة الفطرية والقرارات المنفذة له.
- قانون الثروة البحرية والقرارات المنفذة له.
- التنظيم المؤسسي لحماية البيئة.

# نقاط هامة في درس الصحة العامة

مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

أولاً : مفهوم الصحة العامة و الصحة :

الصحة العامة : علم و فن حماية الصحة ، و الوقاية من الامراض و تعزيز الصحة بغرض تحسين و إطالة العمر من خلال جهود منظمة و خيارات مستنيرة للمجتمع و المنظمات العامة و الخاصة و المجتمعات و الأفراد .

من أهداف الصحة العامة :

1	الارتقاء بالمستوى الصحي العام من خلال تقديم الخدمات الصحية .
2	توفير بيئة صحية سليمة عن طريق العناية بالمسكن و مياه الشرب و تأمين الغذاء المتكامل و المحافظة على البيئة .
3	السيطرة على تفشي الأمراض و منع انتشارها و منع حدوثها و ذلك بالكشف المبكر و تنفيذ برامج الوقاية .
4	تنقيف أفراد المجتمع صحيا من خلال برامج ثقافية صحية .
5	تحسين الحياة الاجتماعية لكل فرد من أفراد المجتمع .
6	التأهيل الصحي و البدني للمصابين ، ليصبحوا أفراداً طبيعيين .

الصحة : هي حالة تكامل الجسم من الناحية البدنية و النفسية و العقلية و الاجتماعية و ليس مجرد خلوه من الأمراض و العاهات (الإعاقة) .

أثبتت الدراسات أن المراهقين الذين يمارسون النشاط البدني باستمرار مثل : المشي و ركوب الدراجة الهوائية يتمتعون بلياقة أعلى في القلب و الرئتين و عظام أقوى ، و يكونون أقل عرضة للتوتر و الاكتئاب . و يساعد الانتظام في ممارسة النشاط البدني على تنشيط عمل الجهاز الدوري التنفسي ، مما يساعد على نقل الاكسجين الى أجزاء الجسم جميعها و من بينها الدماغ ، فتزداد كفاءته و تتحسن وظائفه الادراكية مثل الفهم و اليقظة و التذكر .

و تؤثر أنماط الحياة المعيشية في صحتنا إذ أن الخمول (عدم ممارسة النشاط البدني ) يتبوأ المرتبة الرابعة ضمن قائمة الأسباب المؤدية الى الوفاة و الإصابة بأمراض القلب و ارتفاع ضغط الدم و السكري و أمراض السرطان .

المجتمعات التي تكون مستويات الصحة العامة لديها مرتفعة ، تكون أيضاً مستويات الصحة (صحة الفرد) عالية جداً ، و ذلك لكون الفرد يعيش في بيئة بمجملها صحية .

ثانياً : مسببات الأمراض المعدية :

المرض : هو عجز أو قصور أو جهاز أو أكثر من أعضاء أو أجهزة الجسم ، أو عدم توافق ذهني أو اضطراب نفسي .

مصادر العدوى و مستودعاتها :

1- مستودعات بشرية .
2- مستودعات حيوانية .
3- مستودعات أخرى .

انتقال مسببات الأمراض المعدية :

1- الاتصال المباشر .
2- الاتصال الغير المباشر .

ثالثاً : الصحة الوقائية و مكافحة الأمراض :

تقسم إجراءات مكافحة الأمراض المعدية إلى ثلاثة أقسام

1- منع انتشار الأمراض المعدية :

1- القضاء على مصدر العدوى .
2- خفض القدرة على العدوى .
3- حجز مصدر العدوى .
4- صحة البيئة .
5- التنقيف الصحي للمجتمع حول خطورة العدوى و طرائق الوقاية منها .

## 2- زيادة مقاومة المضيف الجديد و ذلك هذا بالتحصين بالأمصال و المطاعيم :

1- الأمصال :	هي عبارة عن أجسام مضادة محضرة صناعياً من امصال بعض الحيوانات كالخيول أو حتى من الانسان ثم يجري بعد ذلك حقن الانسان أو الحيوان بها و ذلك بعد حقنه بالعامل المسبب للمرض .
2- التطعيم :	هو إعطاء مطعوم (لقاح) للشخص بهدف تكوين مناعة لديه لحمايته من الإصابة بالمرض عند حدوث العدوى و هو أرخص وسيلة لحماية الانسان .
3- اللقاحات :	مستحضرات صناعية تتكون من المسبب النوعي للمرض (الجرثومة) ميتة أو حية أو أحد سمومها أو أحد مكوناتها ، و يجري إدخالها في جسم العائل ( الإنسان ) بطريقة صناعية بهدف تحفيز جهازه المناعي لإنتاج أجسام مضادة لمواجهة الجرثومة أو سمومها ، و تعطي الجسم مناعة طويلة الأمد . أمثلة : الشلل ، شلل الأطفال ، الدفتريا ، السعال الديكي ، الكزاز ، الحصبة ، التهاب الكبد .

## 3- الإقلال من أثر الحالات التي لم يتمكن من منع ظهورها بالرعاية و التمريض .

### طرائق الوقاية من الأمراض المعدية :

1	أخذ التطعيمات في وقتها المناسب .
2	عدم ملامسة المريض ، و تجنب استعمال أدواته .
3	غسل الفواكه و الخضر قبل تناولها .
4	زيارة الطبيب كلما دعت الحاجة .
5	تناول الأدوية في حالة الإصابة .
6	الاهتمام بالنظافة الشخصية .
7	التنظيف الدوري للمنزل و عدم اهمال نظافته .
8	الطهي الجيد للغذاء .
9	لبس الكمامة و القفازات في أثناء عملية التسوق .
10	استعمال خدمة الدفع الالكتروني .

11	غسل المعلبات بالماء و الصابون قبل استعمالها و التأكد من سلامة شكلها الخارجي من الانتفاخ والصدأ أو الثقوب ، مع التأكد من تاريخ الصلاحية .
----	--

### رابعاً : دور مملكة البحرين في أثناء تفشي جائحة كورونا :

1	إتاحة الفحص المجاني لجميع المواطنين و المقيمين .
2	تقديم العلاج اللازم لجميع الحالات القائمة و المصابة بالفيروس المستجد من مواطنين و وافدين مجاناً.
3	جرى غلق جميع المؤسسات التعليمية العامة و الخاصة بما في ذلك مؤسسات التعليم العالي ، و مواصلة العملية التعليمية عن بعد .
4	إغلاق أغلب الأماكن العامة لتقليل التجمعات و تنظيم عمل المحال التجارية و المطاعم و دور السينما و صالات الرياضة .
5	دفع رواتب العاملين البحرينيين في القطاع الخاص لمدة 3 أشهر من صندوق التامين ضد التعطل .
6	إطلاق حملة وطنية شاملة بعنوان "مجتمع واعي" بهدف توعية المجتمع البحريني بمخاطر الإصابة بالفيروس و سبل الوقاية منه .
7	تفعيل خط مجاني بلغات متعددة ضمن الحملة و جهود الفريق الوطني للرد على الاستفسارات و حجز مواعيد الفحوصات .
8	تدشين التطبيق الالكتروني "مجتمع واعي" لتمكين جميع المواطنين و المقيمين من تتبع المستجدات الصحية .
9	إطلاق الحملة الوطنية "متكاتفين لأجل سلامة البحرين" من قبل المجلس الأعلى للمرأة .
10	إطلاق حملة "فيينا خير" بمبادرة من المؤسسة الملكية للأعمال الإنسانية .

# نقاط هامة في درس الصحة النفسية

مملكة البحرين  
وزارة التربية و التعليم  
مدرسة مدينة حمد الثانوية للبنين  
قسم التربية الاسرية

## أولاً : مفهوم الصحة النفسية :

رضا و انسجام الفرد مع نفسه و مع الآخرين و المواقف و الأحداث من حوله .

## ثانياً : مظاهر الصحة النفسية لدى الأفراد :

1	الإيجابية :	تتمثل إيجابية الانسان في قدرته على بذل الجهد في أي مجال .
2	التفاؤل :	الانسان الذي يتمتع بالصحة النفسية لابد و أن يتصف بالنظرة المتفائلة للأمور .
3	تعرف الفرد على إمكاناته و قدراته :	يدرك الفرد حقيقة الفروق الفردية بين الناس ، و يعي تماما حدود إمكاناته و قدراته .
4	تقبل النقد :	يتقبل النقد من الغير من دون الشعور في ذلك بالإثم أو النقص .
5	القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة :	الشخص الذي لديه القدرة على إقامة علاقات اجتماعية متينة مع الآخرين يتمتع بصحة نفسية سليمة .
6	إشباع الفرد لدوافعه و حاجاته :	ان طريقة اشباع الفرد لحاجاته الفسيولوجية و النفسية هي التي تحدد مدى تمتعه بالصحة النفسية .
7	القدرة على ضبط الذات :	ان تقدير الفرد لعواقب الأمور و تنبؤه مسبقا بالنتائج المترتبة على افعاله ، يؤدي به الى التمتع بالاتزان النفسي و الخلو من الاضطراب و الانحراف .
8	ثبات الانفعال :	ان ثبات الاستجابة الانفعالية في المواقف المتشابه هو علامة على الصحة النفسية و الاستقرار الانفعالي .
9	النضج الانفعالي :	قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته تعبيراً منضبطاً بعيداً عن التهور و الصببانية عند مواجهة المواقف المثيرة للانفعال .
10	القدرة على تحمل المسؤولية :	لا أن قدرة الفرد على تحمل مسؤوليه أفعاله و ما يتخذ من قرارات هي احدى علامات الصحة النفسية .



ثالثاً : أهمية الصحة النفسية بالنسبة إلى الفرد و المجتمع :

أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد	
1	تمكن الفرد من مواجهة مشكلات الحياة .
2	تمكن الفرد من النمو الاجتماعي السليم .
3	تمكن الفرد من التعليم الجيد .
4	تساعد الفرد على النجاح المهني .
5	تدعم الصحة البدنية للفرد .
6	تؤدي الى أمان وطمأنينة للفرد
7	تحقق زيادة كفاية الفرد و رفع إنتاجيته .

أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع	
1	تؤدي الى زيادة الإنتاج و كفايته .
2	تؤدي الى تماسك المجتمع .
3	الأفراد المتمتعون بالصحة النفسية الجيدة يسلكون السلوك الذي يتوافق مع قيم و معايير المجتمع .
4	تؤدي الى اختفاء الظواهر المرضية من المجتمع الإدمان و الخمر و السرقة و القتل .
5	المجتمع الذي يسود أفراداه الصحة النفسية يكون أقدر على التعاون و التكامل و التآلف لتحقيق أهدافه و رفاهيته .

رابعاً : بعض أنواع الاضطرابات النفسية و علاجها :

الاضطرابات النفسية : هي حالات من عدم التكيف مع الذات أو مع الآخرين أو مع جوانب الحياة المختلفة ، بمعنى أن الاضطراب النفسي هو عكس الصحة النفسية .

#### أبرز الاضطرابات النفسية

1	الوسواس القهري : هو تكرار سلوك معين أو أفكار محددة (طول اليوم و كل يوم) على نحو مزعج .
2	الاكتئاب : هو حالة من الحزن الشديد المستمر الذي ليس له سبب واضح .
3	الخوف المرضي (الفوبيا) : هو الخوف الدائم من موضوع ما أو موقف أو كائن غير مخيف لدى غالبية الناس
4	اضطراب الشخصية : تعرف الاضطرابات بأنها أنماط من السلوك (سيء التوافق)، مثل ادمان الكحول و ادمان العقاقير و الامراض السيكوماتية أي الناشئة بسبب نفسي انفعالي و آثاره بدنية جسمية مثل القولون .

#### خطوات علاج الاضطرابات الأساسية

1	الاعتراف بالمشكلة : أولى خطوات العلاج و التخلص من المشكلة هو الاعتراف بها .
2	مراجعة المختصين : المريض النفسي عليه أن يسعى لعلاج نفسه لدى المختصين من أطباء و اختصاصيين - الطبيب النفسي : و هو من يحمل مؤهلا في الطب و يستعمل العلاج الدوائي بالعقاقير . - الاخصائي النفسي : و هو من يحمل مؤهلا في علم النفس العيادي ، و يقدم الجلسات العلاجية باستعمال طرائق العلاج المعروفة بنتائجها ، و أيضا يطبق الاختبارات و المقاييس النفسية و يستخرج نتائجها .
3	تعديل السلوك و علاجه نفسيا : <u>العلاج النفسي :</u> مجموعة نشاطات علمية و سلوكية تستهدف تقديم المعونة لمن يحتاجها من ذوي الاضطرابات النفسية .