

## تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العمانية



## ملخص شرح درس أتعامل مع مشاعري

موقع فايلاتي ← المناهج العمانية ← الصف الرابع ← الهوية والمواطنة ← الفصل الأول ← اختبارات ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 2024-10-20 19:59:24

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول اعروض بوربوينت ا أوراق عمل  
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة  
الهوية  
والمواطنة:

إعداد: زهراء الراسبي

## التواصل الاجتماعي بحسب الصف الرابع



الرياضيات



اللغة الانجليزية



اللغة العربية



التربية الاسلامية



المواد على تلغرام

صفحة المناهج  
العمانية على  
فيسبوك

## المزيد من الملفات بحسب الصف الرابع والمادة الهوية والمواطنة في الفصل الأول

ملخص شرح درس أتعامل مع مشاعري

1

تحضير درس أنمي ما أجيد من الوحدة الأولى ذاتي المجيدة

2

مذكرة إثرائية سؤال وجواب في الوحدة الأولى ذاتي المجيدة

3

كتاب دليل المعلم للمنهج الجديد 2024

4

كتاب المادة منهج جديد 2024

5

# شاهد الصورة

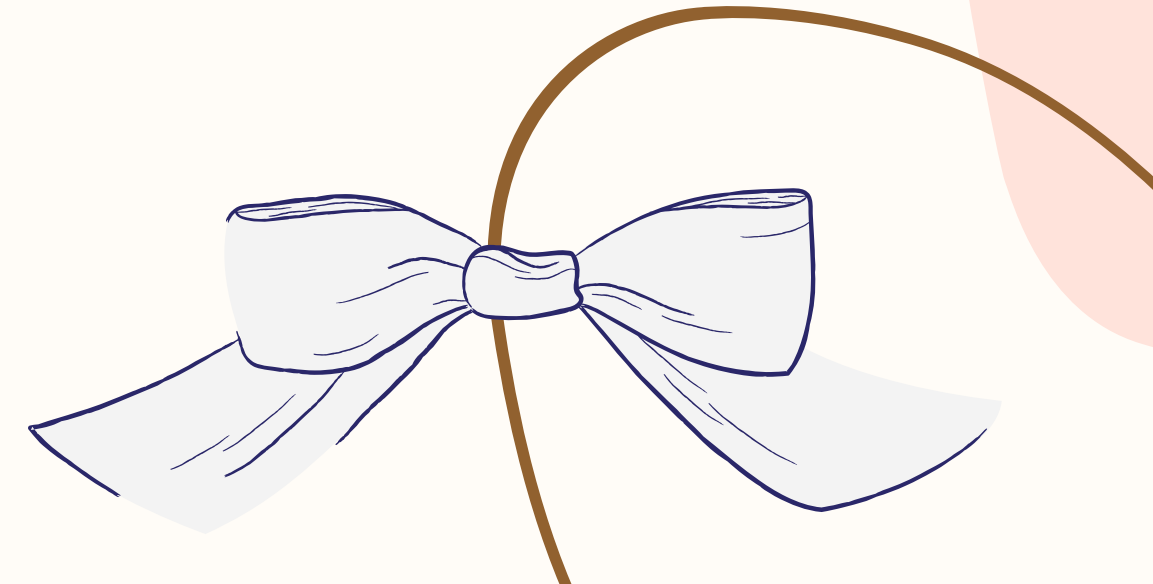


تصميم: أ. زهراء الراجسي

# ماذا تسمع؟ بماذا تشعر؟

المشاعر التي تشعر بها في المواقف المختلفه  
تحتاج الى التعامل معها بصورة صحيحة

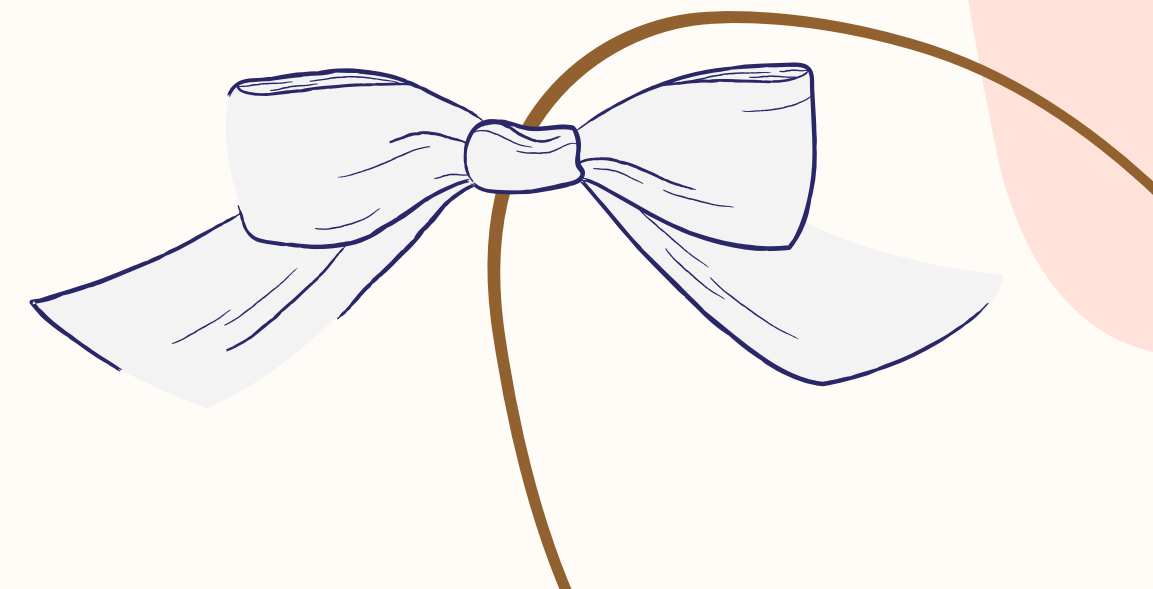
تصميم:-  
أ. زهراء الراسبي



# عنوان الدرس

## أتعامل مع مشاعري

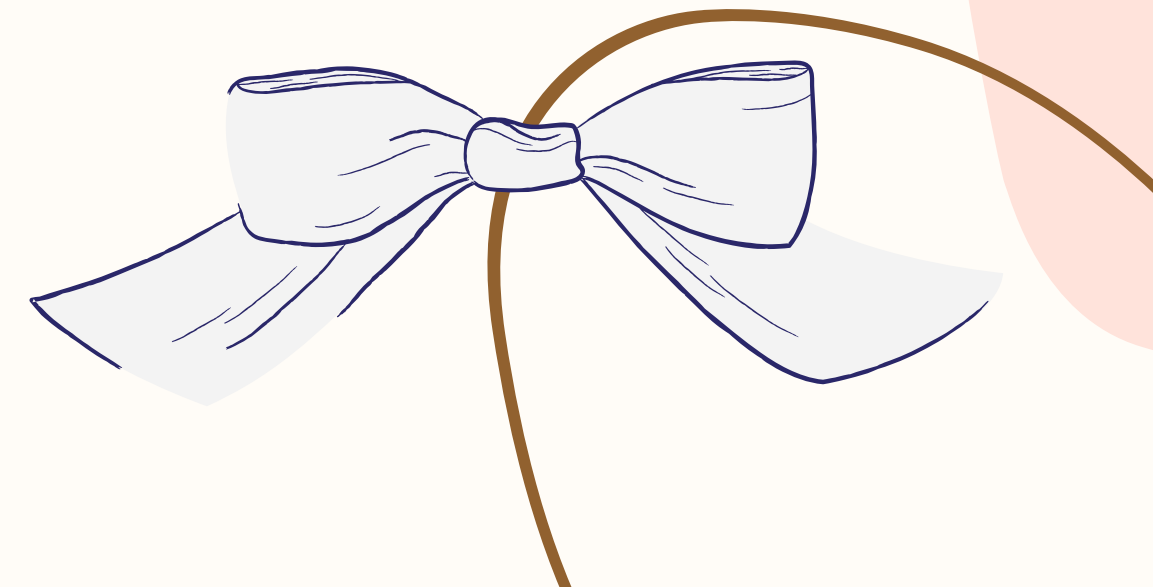
تصميم:-  
أ. زهراء الراقسي



مفهوم أتعامل مع مشاعري

الطرق والتصرف الذي يستخدم  
مع المشاعر ...

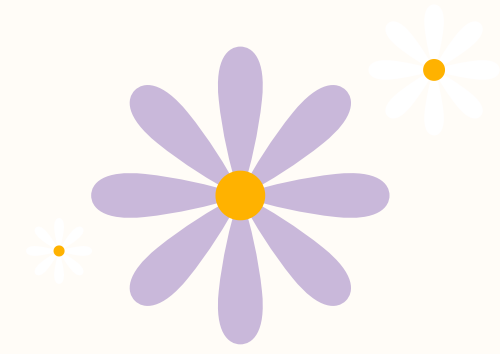
تصميم:-  
أ. زهاء الراسبي



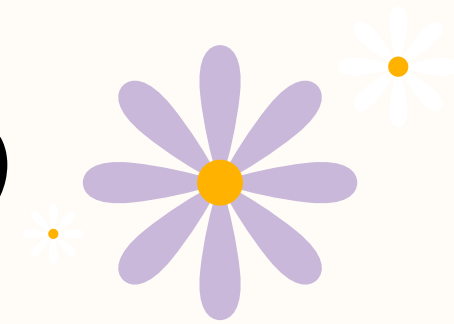
# بيت المشاعر



ما هو الشعور داخل الغرفة؟



ومتى نشعر به؟ وكيف نتعامل به؟



تصميم: أ. زهران الراجحي





# متى نشعر بالسعادة؟

2025

2024



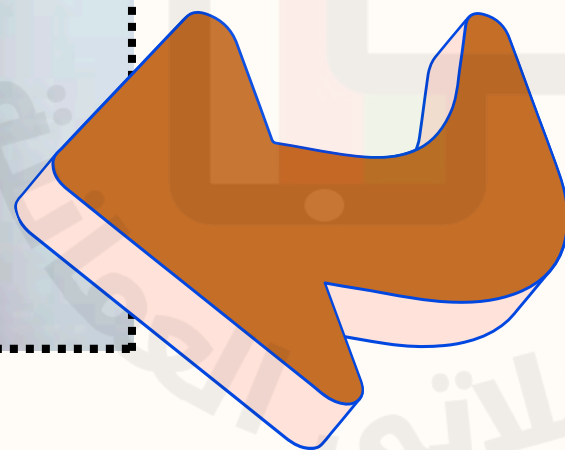


# متى نشعر بالسعادة؟

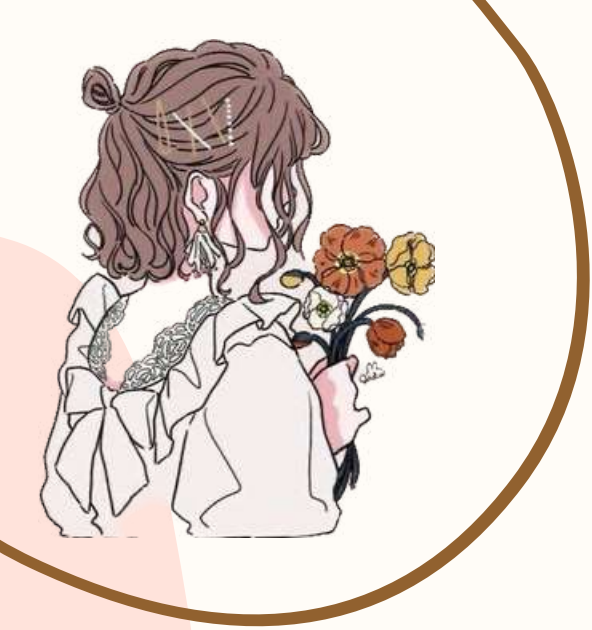
تصميم: أ. زهران الراجحي



عند الحصول على الهدية



سعادة



# متى نشعر بالسعادة؟

تصميم: أ. زهران الراجحي



الفوز بالمسابقات

سعادة



# متى نشعر بالسعادة؟

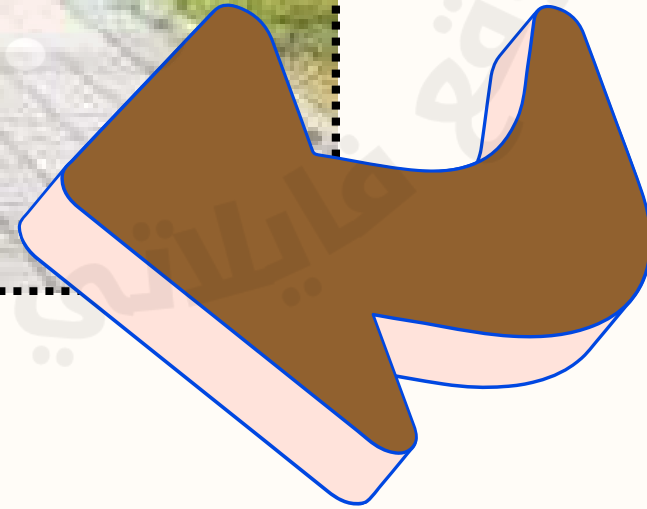


يومًا زهراء الراضبي



مساعدة الآخريين

سعادة





# متى نشعر بالسعادة؟



تصميم: أ. زهران الراجحي



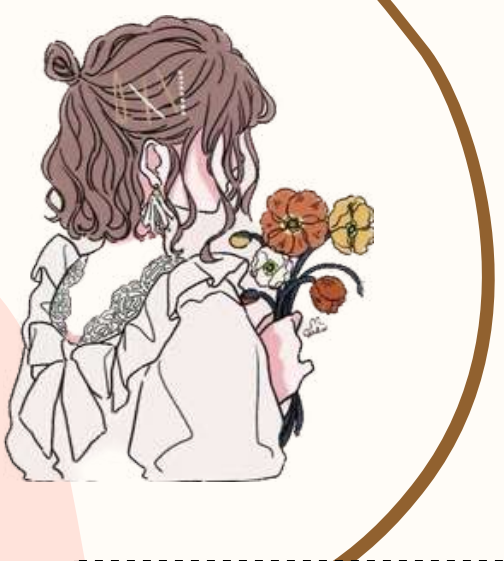
الاحتفال بالمناسبات

الوطنية

سعادة



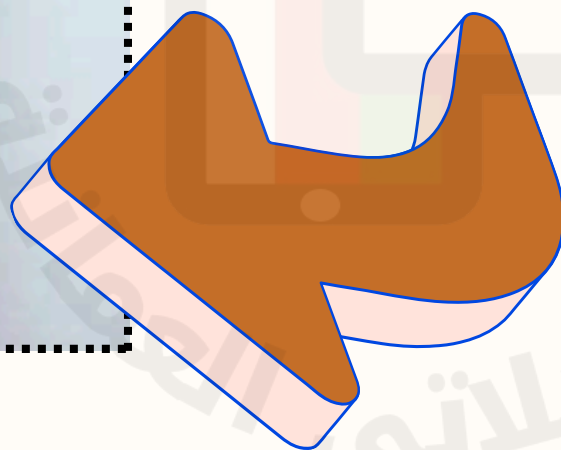
# كيف يتم التعامل مع اعطاءك للهدايا؟



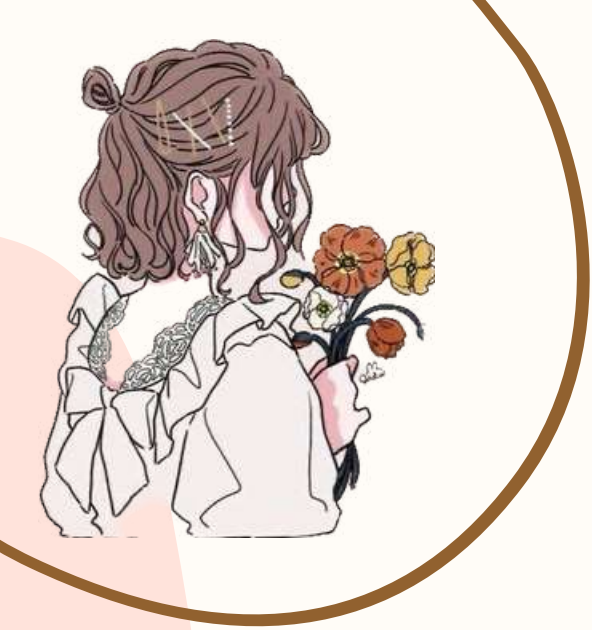
تصميم: أ. زهراء الراشدي



## أقول شكراً



## سعادة



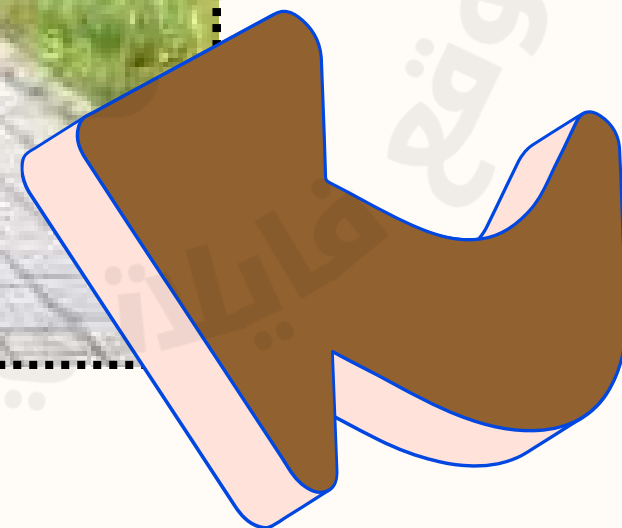
# كيف يتم التعامل مع مساعدة الآخرين لك؟

تصميم: أ. زهراء الراشدي



سعادة

أقول شكراً







تصميم: أ. زهراء الراجحي

# كيف يتم التعامل مع الآخرين في المناسبات الوطنية؟



اشارك الآخرين الفرحة

سعادة







تصميم: أ. زهرة الراسي

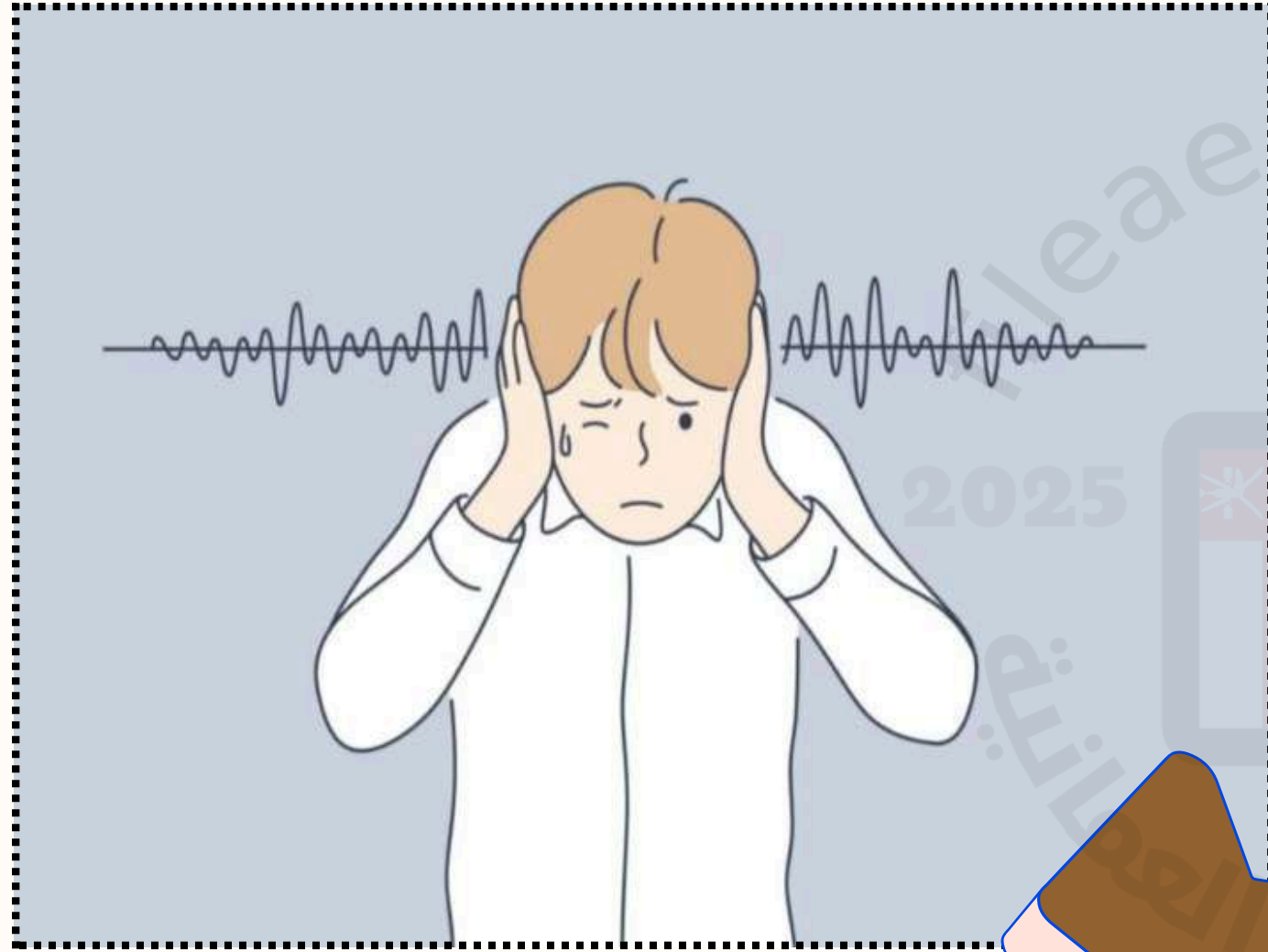


# متى نشعر بالخوف؟

2025 2024  
موقع فايلاتي العماني



# متى نشعر بالخوف؟



خوف

الأصوات العالية والمفاجئة

تصميم: أ. زهران الراجحي





# متى نشعر بالخوف؟



الظلمة

خوف

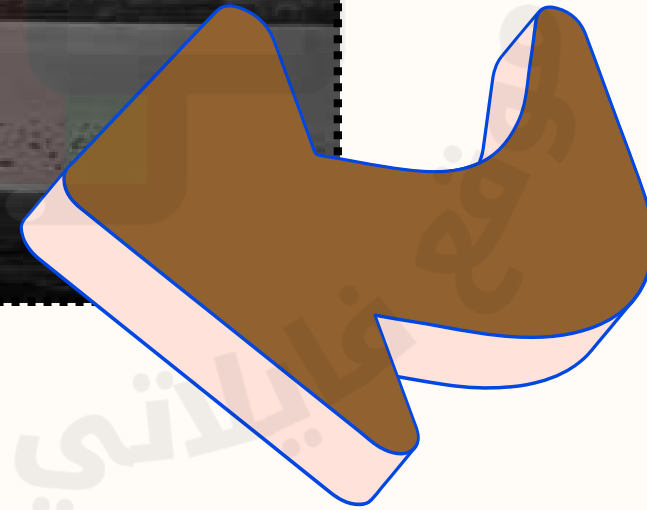


# متى نشعر بالخوف؟



الوحدة

خوف



2024

www.fileae.com



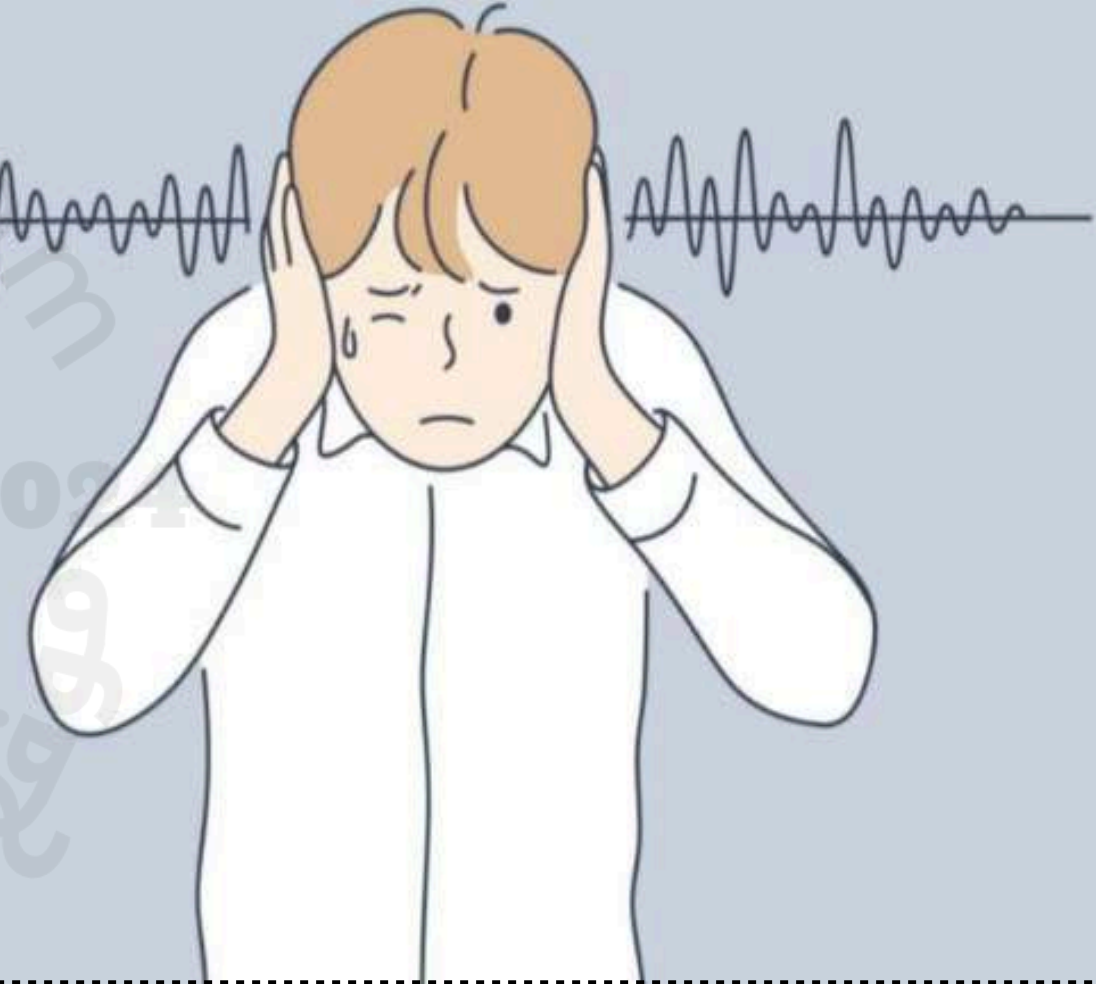


تصميم: أ. زهره الراجحي

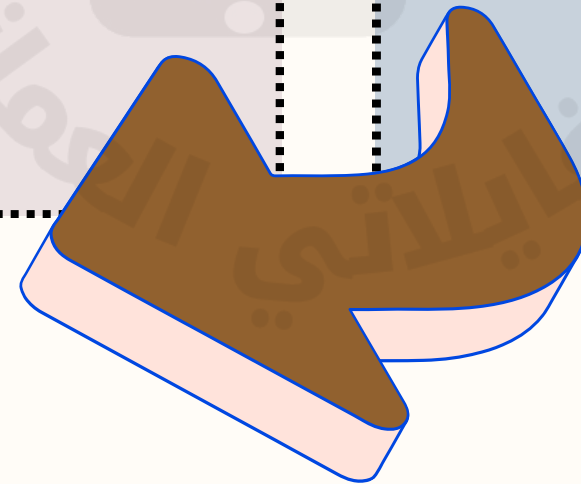
# كيف يتم التعامل مع الأصوات العالية والمفاجئه



**التنفس العميق**



**الأصوات العالية**





# كيف يتم التعامل مع الظلام؟

تصميم: أ. زهران الراجحي



اجتنبان الالهة

الظلام

والتعوذ من الشيطان الرجيم

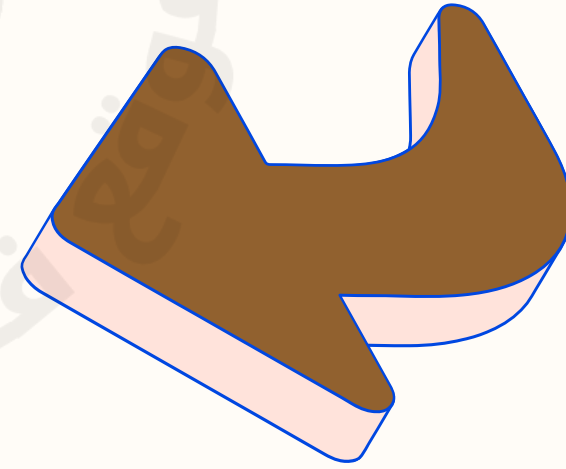


# كيف يتم التعامل مع الوحدة؟



التحدث مع الأهل

اجتنبان الأهل



الوحدة

تصميم: أ. زهران الراجحي





تصميم: أ. زهران الراجحي

# متى نشعر بالحزن؟



موقع فايلاتي العماني

fileae.com/om

2024

2025



تصميم: أ. زهراء الراسي

# متى نشعر بالحزن؟



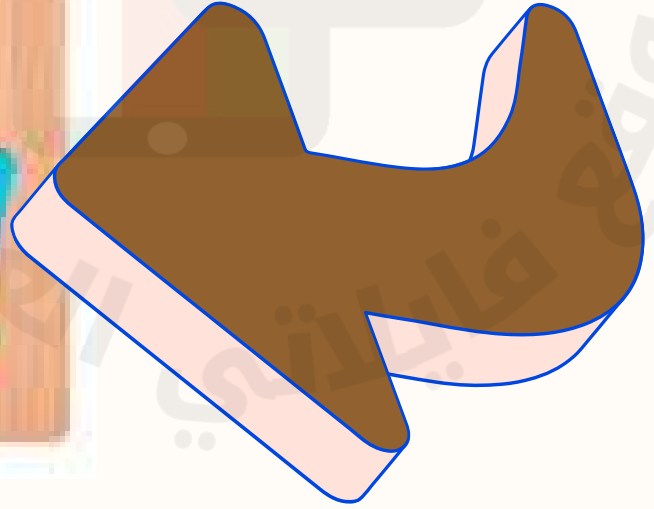
فقد الأهل 2024

حزن



تصميم: أ. زهران الراجحي

# متى نشعر بالحزن؟



**فقد اللعبة**

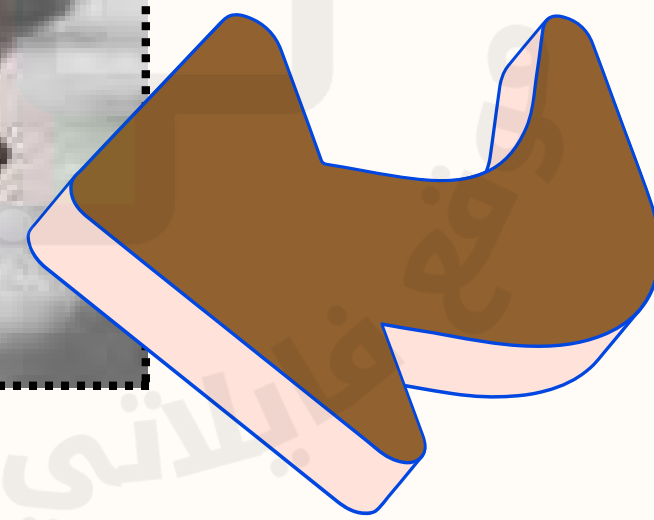
**حزن**

www.101arab.com/om  
2024  
موقعنا على



تصميم: أ. زهران الراجحي

# متى نشعر بالحزن؟



قطع الجذاع  
أو الحقيقية

حزن

# من طرق التعامل مع فقد الاهل :-



فقد الاهل

امتحانات الوالدين تلاوة القرآن

ومعادتهم





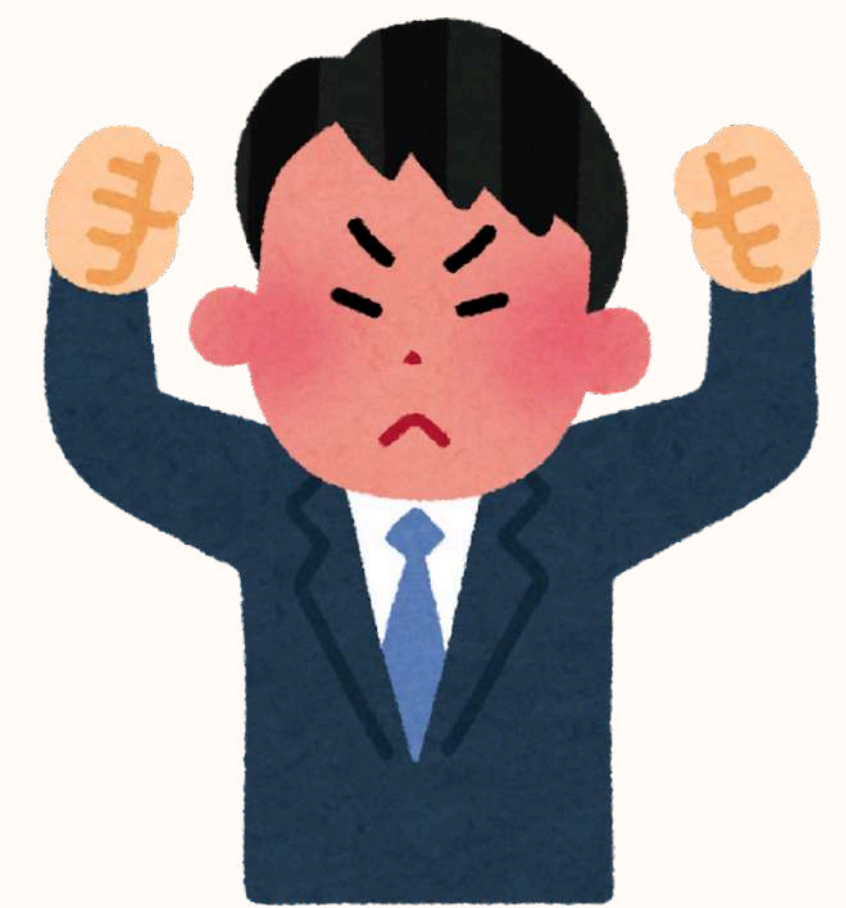
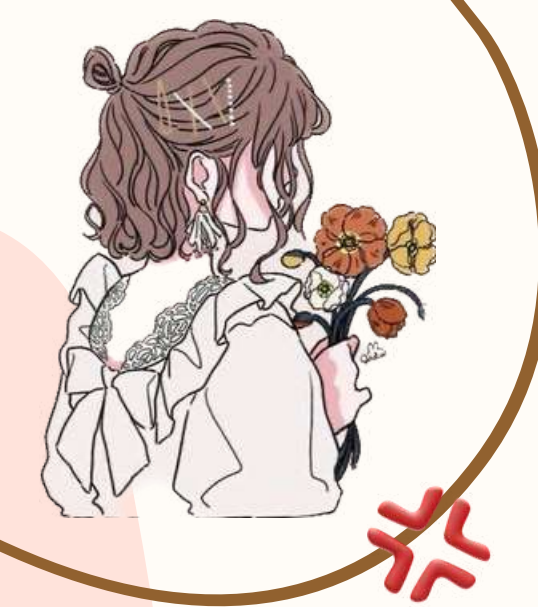


# من طرق التعامل مع فقد اللعبة :-



## فقد اللعبة

## ممارسة الرواية



# متى نشعر بالغضب؟

fileae.com/lom  
2025 \* 2024  
موقع فايلاتي العماني

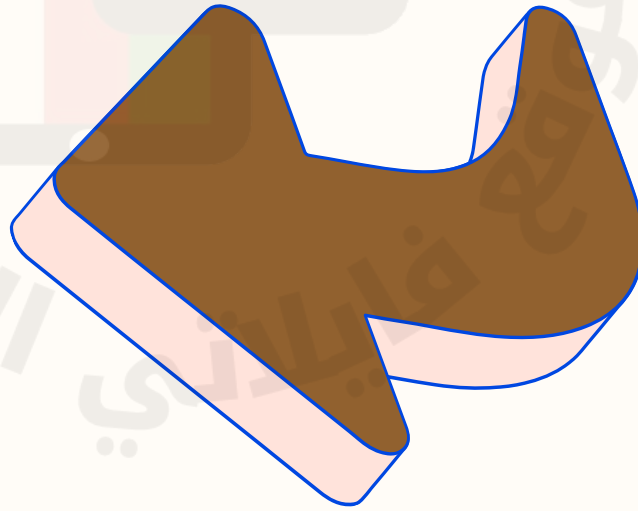




# متى نشعر بالغضب؟



أخذ شيء دون استئذان



غضب

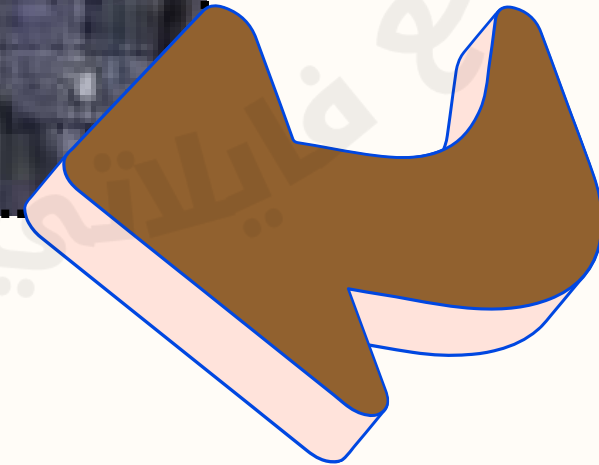


# متى نشعر بالغضب؟



الاعتداء اللفظي

غضب





# متى نشعر بالغضب؟

تصميم: أ. زهران الراجحي



تخريب الآخريين  
للأشياء لنا الخاصة

غضب

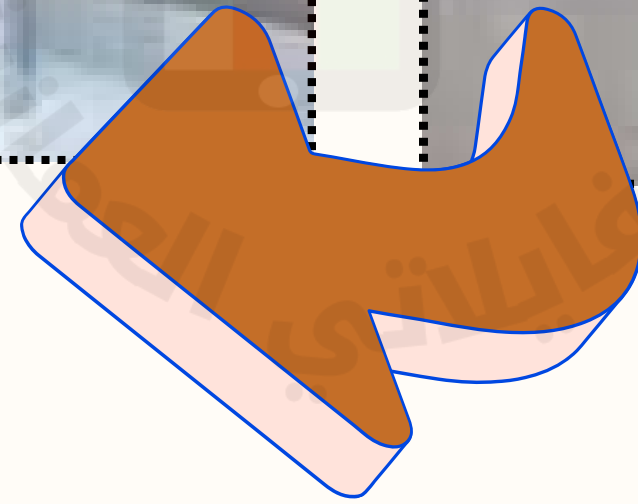


# من طرق التعامل مع الاعتداء اللفظي :-



الوضوء وغسل الوجه

الاعتداء اللفظي



تصميم: أ. زهراء الراجحي





# من طرق التعامل مع الاعتداء اللفظي :-

تصميم: أ. زهراء الراجحي



شرب الماء

الاعتداء اللفظي

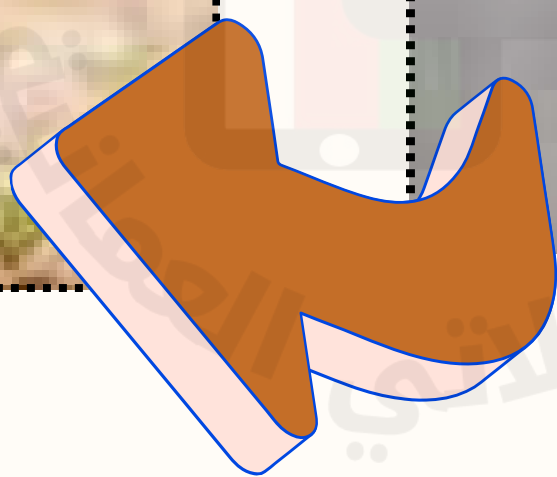


# من طرق التعامل مع الاعتداء اللفظي :-

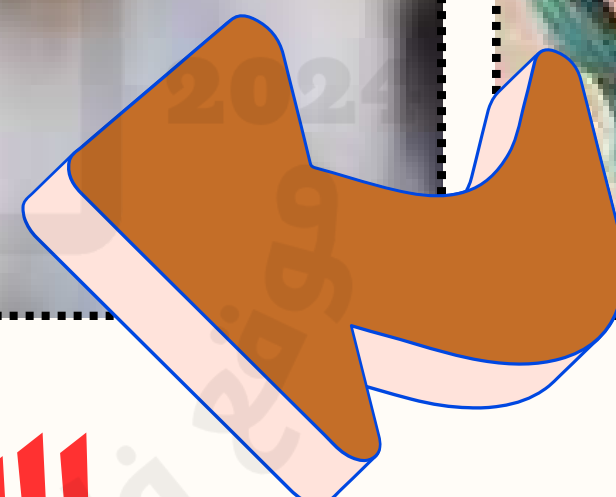


**المشي قليلاً**

**الاعتداء اللفظي**



# من طرق التعامل مع تخريب الاشياء واخذ الاشياء



**الاستغفار التنفس مع العد (٥)**

**تخريب الاشياء  
وأخذ الاشياء دون اذن**

تصميم: أ. زهراء الراسبي





# أهمية التعامل مع المشاعر

تجنباً للمشاكل والمشاحنات  
تجنباً للأمراض  
تجنباً للتشتت المجتمعي والأسري



اسأغِدْ تَأْصِرًا فِي التَّعَامِلِ مَعَ مَسَاعِرِهِ  
مِنْ خِلَالِ حَلِّ الْمَتَاهَةِ الْآتِيَةِ:



سعيد خائف حزين غاضب

أقول شيئاً  
أمارس هوايتي  
أحظن أختي  
أغسل يدي

# حل نشاط (1)





أَتَدَرَّبُ عَلَى التَّعَامُلِ مَعَ مَشَاعِيرِ الْغَضَبِ مِنْ خِلَالِ الْخُطُواتِ  
الآتية:



## نشاط (٢)

2024

موقع فايلاتي



تصميم: أ. زهراء الراشدي

