



أَنَا وَجِسْمِي

# لِمَ نَغْتَسِلُ؟

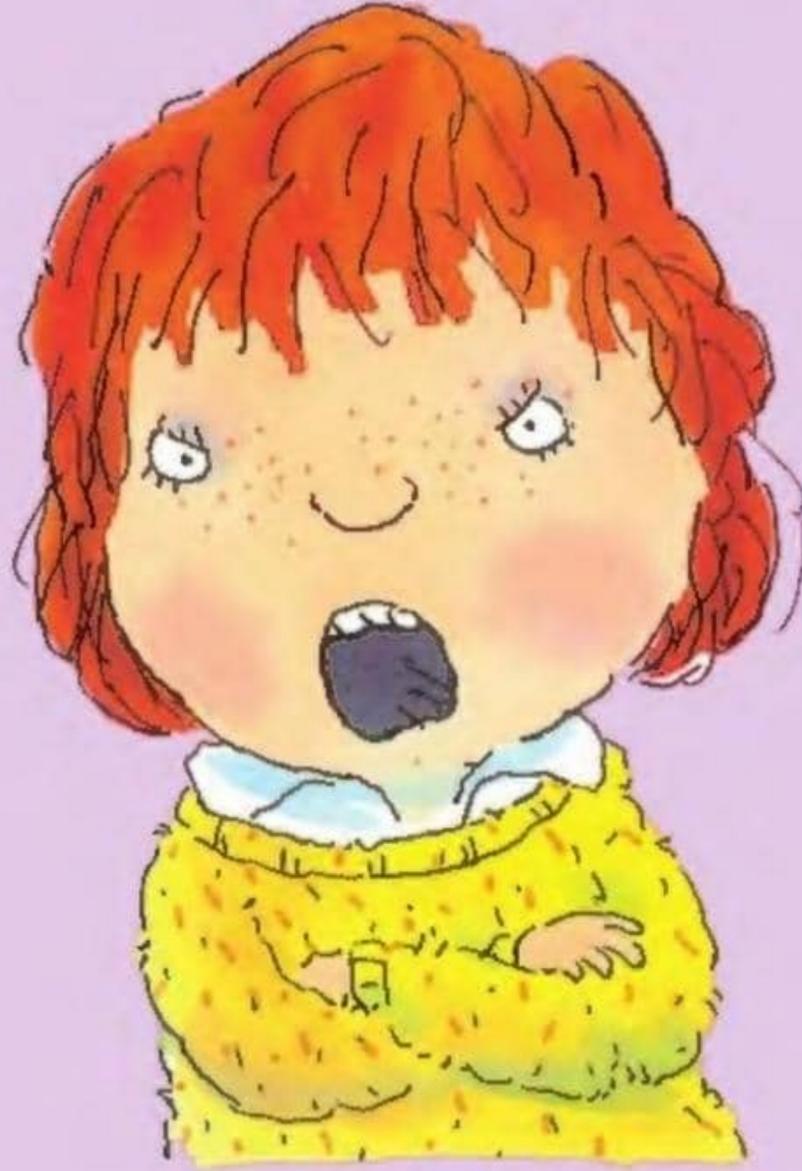
تَعَلَّمِ النَّظَافَةَ وَالتَّرْتِيبَ



مَكْتَبَةُ لِبْنَاتِ نَاشِرُونَ



أَنَا وَجِسْمِي  
لِمَ نَغْتَسِلُ؟  
تَعَلُّمُ النَّظَافَةِ وَالتَّرْتِيبِ



مَكْتَبَةُ لَبَنَاتِ نَاشِرُونَ



## مراحل القراءة المُتدرّجة

القراءة المُتدرّجة برنامج قراءة من ستّ مراحل يتدرّج بعناية مع أبنائنا وبناتنا من مرحلة ما قبل المدرسة، أي مرحلة ما قبل البدء بالقراءة، إلى مرحلة الصفّ السادس، أي مرحلة القراءة المتمكّنة. يشتمل هذا البرنامج على كتب قصصية وغير قصصية تغطّي نطاقاً واسعاً من موضوعات مصمّمة لتطوير مهارات القراءة الأساسية وتوسيع المدارك والمعارف. إنّ تكرار المفردات الأساسية، في هذا البرنامج، يقع ضمن مخطّط لتعويد الطفل النطق الصحيح وترسيخ المعنى في الدّهن. في كلّ مرحلة من المراحل تقدّم لأبنائنا وبناتنا حكايات ومعلومات تتدرّج، مرحلة بعد مرحلة، من عبارات بسيطة ومفردات أساسية وموضوعات قريبة إلى ذهن الطفل، إلى مفردات وتراكيب متنامية وموضوعات تنمّي فيه المهارة الذهنية وقوّة التجريد وتمكّنه، في نهاية الأمر، من التحكم بأنواع التراكيب المختلفة في اللغة العربيّة ومفرداتها وأساليبها. كتب هذا البرنامج حافلة بالرسوم البهيجة المشوّقة التي تستثير الخيال وتبعث على التفكير. إنّ برنامج مثاليّ للصفوف التمهيديّة والابتدائيّة، ومثاليّ لمتعة المطالعة المنزليّة أيضاً.

١	ما قبل القراءة (KGI & II)	٤	القراءة المستقلّة (الثالث والرابع)
٢	البدء بالقراءة (الأول والثاني)	٥	القراءة يُسرّ (الرابع والخامس)
٣	البدء بالقراءة المستقلّة (الثاني والثالث)	٦	القراءة المتمكّنة (الخامس والسادس)

حقوق الطبع © مَكْتَبَةُ لِبْنَانِ نَاشِرُونَ شَرْكٌ - الطبعَة العربيّة  
حقوق الطبع © وِيلانْد لِيْمِند - الطبعَة الإنكليزيّة  
جميع الحقوق محفوظة : لا يجوز نشر أيّ جزء من هذا الكتاب أو تصويره  
أو تخزينه أو تسجيله بأيّ وسيلة دون موافقة خطيّة من الناشر.

مَكْتَبَةُ لِبْنَانِ نَاشِرُونَ

صُنْدُوقُ البَرِيدِ : 11-9232

بَيرُوت - لِبْنَانُ

وُكَلَاءُ وَمُوزَعُونَ فِي جَمِيعِ انْحَاءِ العَالَمِ

الطبعَة الأولى : 2011

طُبِعَ فِي لِبْنَانِ

Written by Claire Llewellyn

Illustrated by Mike Gordon

ISBN 978-9953-86-807-3

أَنَا وَجِسْمِي  
لِمَ نَغْتَسِلُ؟  
تَعَلُّمُ النَّظَافَةِ وَالتَّرْتِيبِ

إعداد دَائِرَةُ التَّرْجَمَةِ وَالنَّشْرِ  
فِي مَكْتَبَةِ لَبْنَانَ نَاشِرُونَ



مَكْتَبَةُ لَبْنَانَ نَاشِرُونَ

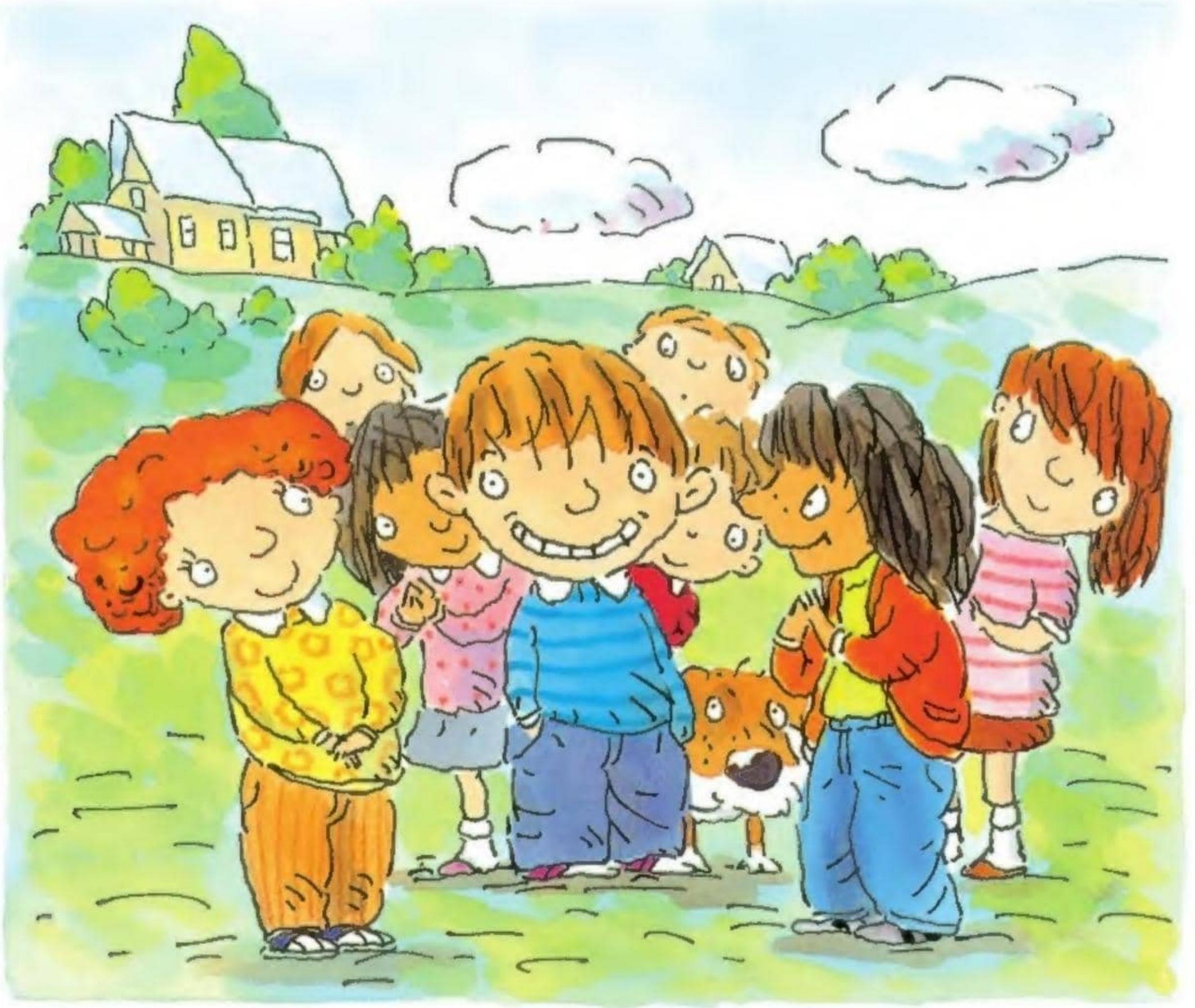


بَعْضُنَا لَهُمْ دَائِمًا  
هَيِّئْ حَسَنَةً! ...



ورائحة لطيفة!





هؤلاءِ يَعْتَنُونَ بِأَنْفُسِهِمْ.

وَتَطِيبُ لِلآخِرِينَ صُحْبَتَهُمْ.

حِينَ كُنْتَ طِفْلاً، كَانَتْ أُمُّكَ تَعْتَنِي بِكَ.  
تُحَمِّمُكَ، وَتُغَيِّرُ لَكَ وَتُبْقِيكَ نَظِيفًا.

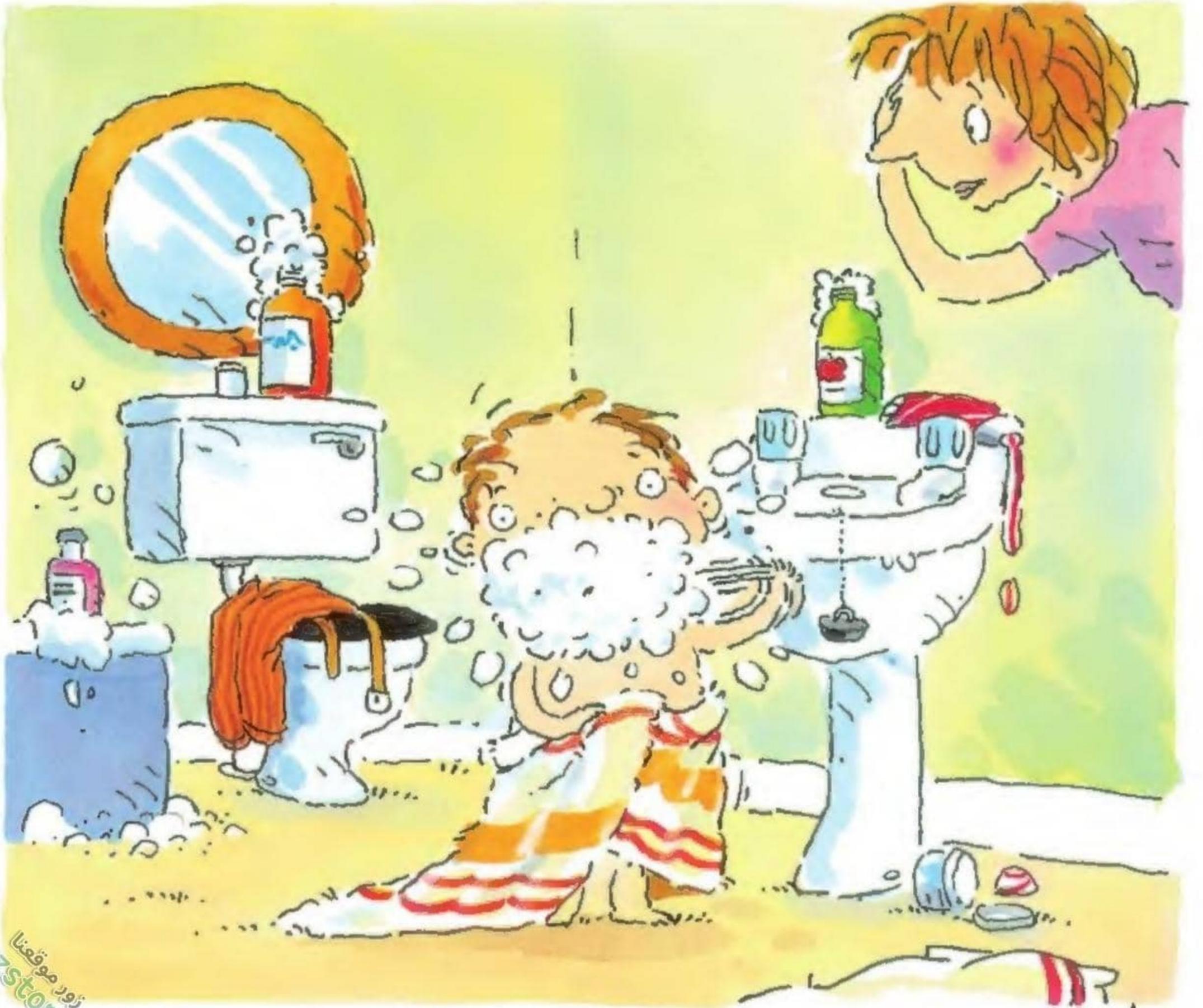


كانت رائحتك طيبة...

...مُعْظَمَ الْوَقْتِ!



ثُمَّ كَبُرَتْ وَتَعَلَّمَتْ  
كَيْفَ تَعْتَنِي بِنَفْسِكَ.



الآن أنت تقومُ بمعظمِ الأشياءِ بنفسِك...

... أليس كذلك؟



بَعْضُ النَّاسِ لَا يُحِبُّونَ الْإِغْتِسَالَ.  
لَا يَرَوْنَ لَذَلِكَ سَبِيًّا...

لِمَ  
تَغْتَسِلُ؟



... أو يبدو أنهم مشغولون.

لا أستطيع الإغتسال الآن.  
أنا متأخر عن المدرسة!



لكن فِكْرُ بما يَحْدُثُ إذا امْتَنَعْتَ عنِ الإِغْتِسَالِ .

شَعْرُ دُهْنِي →

عَيْنَانِ وَسِخْتَانِ →  
أُذُنَانِ شَمْعِيَّتَانِ →  
نَفْسٌ كَرِيهَةٌ →

أَسْنَانٌ مُسَوِّسَةٌ →  
عُنُقٌ وَسِخٌ →

أَقْرَبُ ↑

رَائِحَةُ قَدَمَيْنِ كَرِيهَةٌ! →



اووه! أَظُنُّ أَنِي  
سَأَجْلِسُ بِجَانِبِ  
تِلْمِيذِ آخَرَ.

إِييخ! اُنْظُرْ إِلَى  
أَذْنِيهِ.

مُعْظَمُ فُطُورِ فَرِيدِ لَا  
يَزَالُ فِي أَسْنَانِهِ.

مَاذَا سَيَظُنُّ زُمَلَاؤُكَ عِنْدَئِذٍ؟

لَيْسَ صَعْبًا أَنْ تَعْتَنِيَ بِنَفْسِكَ.

مَا عَلَيْكَ إِلَّا أَنْ تَقُومَ بِأَشْيَاءَ

قَلِيلَةٍ كُلِّ صَبَاحٍ ...



تَغْسِلُ وَجْهَكَ

تَغْسِلُ أَسْنَانَكَ بِالْفُرْشَاةِ وَالْمَعْجُونِ



تُمَشِّطُ شَعْرَكَ

تَسْتَحِمُّ



... وَأَنْ تَقُومَ بِشَيْئَيْنِ آخَرَيْنِ كُلِّ مَسَاءٍ.

تَغْسِلُ أَسْنَانَكَ

بِالْفُرْشَاةِ

وَالْمَعْجُونِ





بَعْضُ الْأَشْيَاءِ يُمَكِّنُ أَنْ تَحْتَاجَ فِيهَا إِلَى مُسَاعَدَةٍ.

عَظِيم، يَا حَبِيبِي!

أُنظُرِي، مَامَا.  
أَنَا مِنَ الْمَرِيخِ.

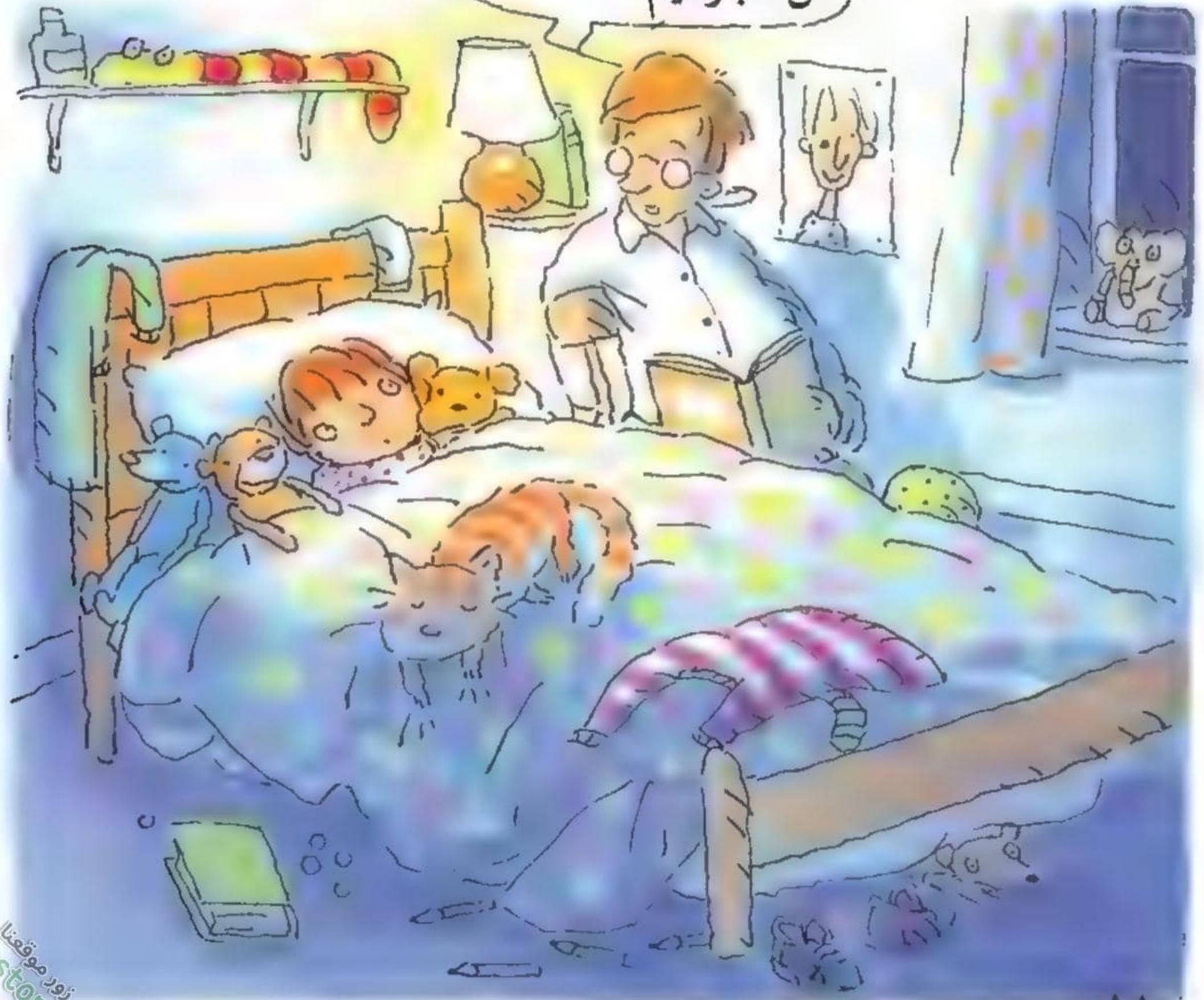


لَكِنْ تَحْتَاجُ إِلَى ذَلِكَ مَرَّةً أَوْ مَرَّتَيْنِ فِي الْأُسْبُوعِ.

العنايةُ بنفسِكَ تجعلُ هَيئتَكَ لطيفةً، وهذا يجعلُكَ

تَشعرُ بالسَّعادةِ...

... وهي أيضًا تُخلِّصُكَ  
منَ الجَرائيمِ



الجراثيم؟

ما هي الجراثيم؟



الجراثيم كائنات صغيرة تعيش حولنا.

تعيش في الهواء...  
على الأشياء التي نلمسها...  
وحتى عليك وعليّ

الجراثيم تُهاجمُ أجسامنا.

تسوسُ أسناننا...

تسببُ لنا نزلاتِ البرد...

ويمكنُ أن تسببَ لنا بأمراضٍ خطيرة.

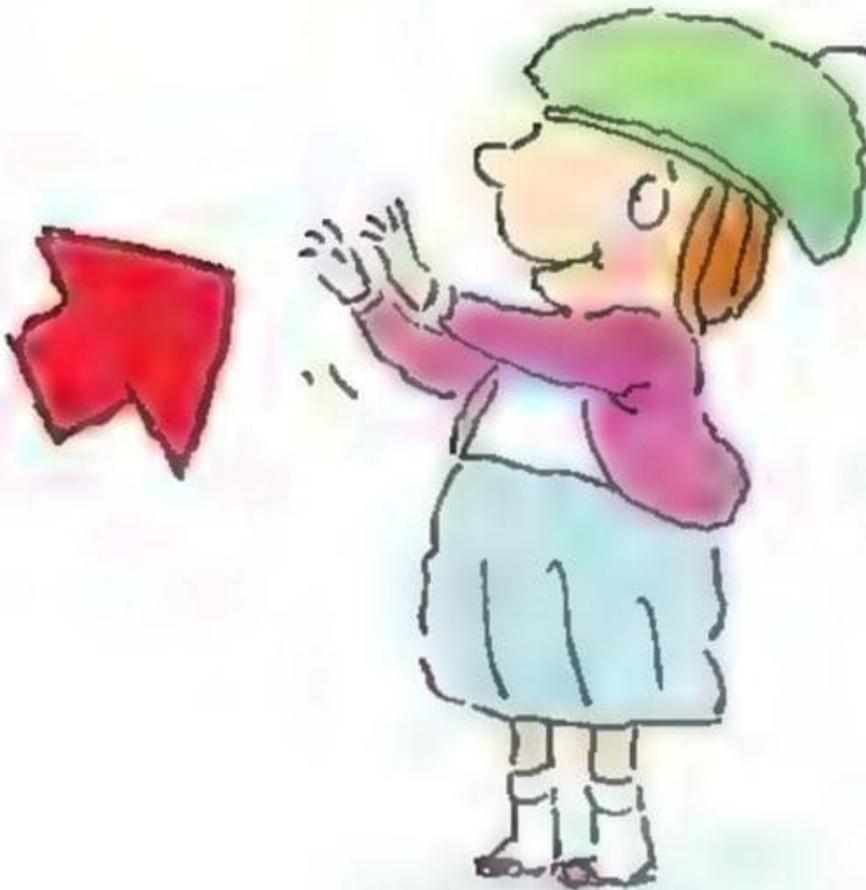


يَدَانِ نَظِيفَتَانِ



الْجَرَاثِيمُ تَنْتَشِرُ بِسُرْعَةٍ مِنْ يَدَيْكَ  
وَيُمْكِنُ أَنْ تَجْعَلَكَ مَرِيضًا.

جَرَاثِيمٌ مِنَ الْقِطْعَةِ



جَرَاثِيمٌ عَلَى الْأَصَابِعِ



جراثيم  
على الكعك



جراثيم  
في الفم



جراثيم في البطن

الجراثيم تُمرض شخصًا...

ثم شخصًا آخر... وآخر.



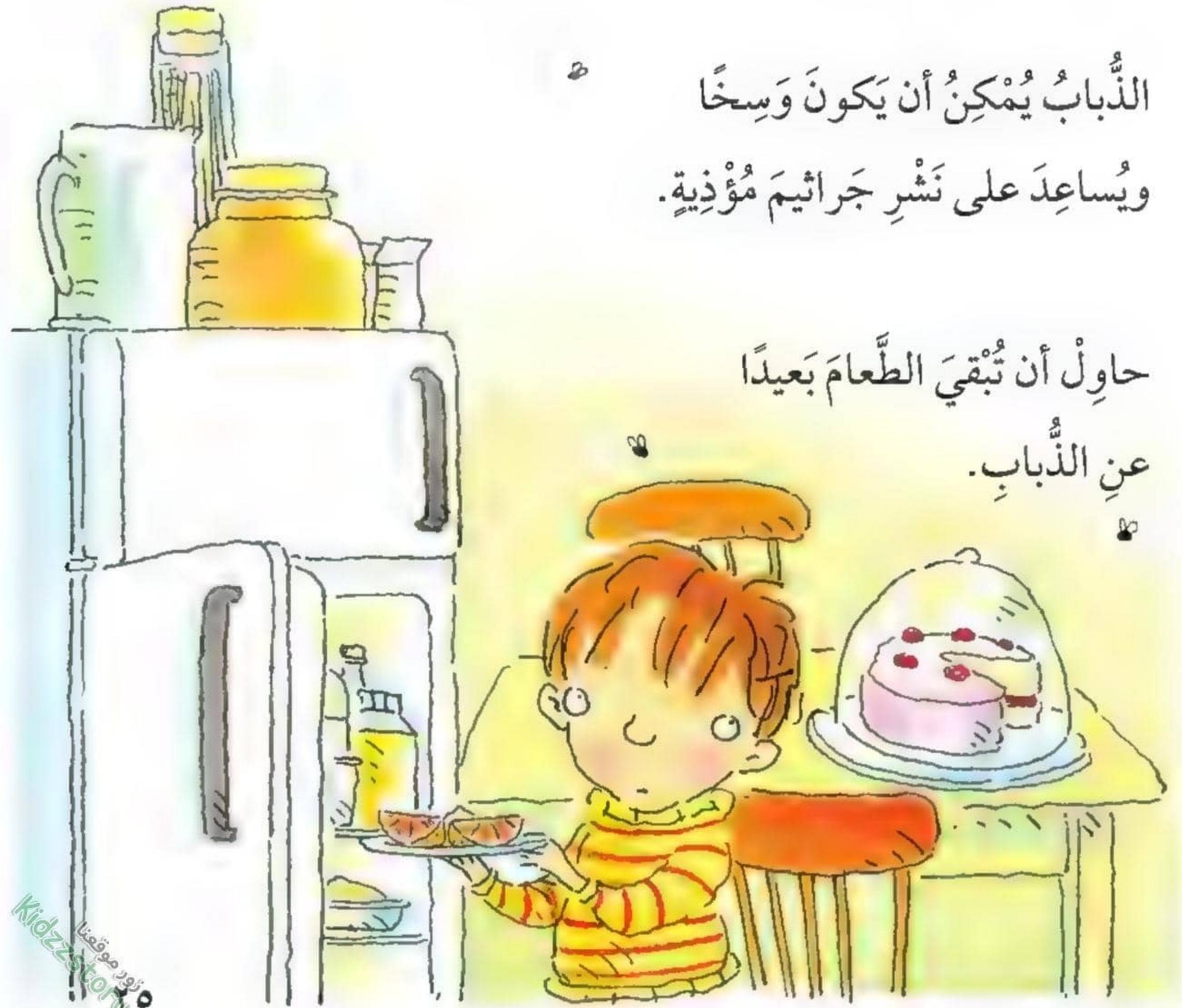
نَتَخَلَّصُ مِنَ الْجَرَائِمِ عِنْدَمَا نَغْسِلُ أَيْدِينَا.

يَلْزَمُ أَنْ نَفْعَلَ ذَلِكَ فِي كُلِّ مَرَّةٍ نَذْهَبُ  
إِلَى الْمِرْحَاضِ، وَقَبْلَ أَنْ نَلْمَسَ أَيَّ طَعَامٍ.



الذُّبَابُ يُمَكِّنُ أَنْ يَكُونَ وَسَخًا  
وَيُسَاعِدَ عَلَى نَشْرِ جَرَاثِيمَ مُؤْذِيَةٍ.

حَاوِلْ أَنْ تُبْقِيَ الطَّعَامَ بَعِيدًا  
عَنِ الذُّبَابِ.



في كُلِّ مَرَّةٍ تَسْعَلُ أَوْ تَعْطِسُ، تَقْدِفُ  
الجراثيمَ في الهواءِ..



...وتطفو من حَوْلِكَ إلى أن يَتَنَفَّسَهَا آخرونَ.

إِحْبِسْ جَرَائِمَكَ دَائِمًا

في مِنْدِيلٍ.



لا يُحِبُّ أَحَدٌ أَنْ يَكُونَ  
مَرِيضًا. لَكِنْ إِنْ مَرِضْتَ،  
لا يُرِيدُ أَحَدٌ جَرَاثِمَكَ.



النَّظَافَةُ وَسِيلَةٌ صَالِحَةٌ لِإِزَالَةِ الْجَرَائِمِ  
وَلَجَعْلِكَ تَبْدُو أَيْضًا بِهَيْئَةٍ رَائِعَةٍ.



# شبكة الموضوعات

## رياضيات

أحسب مقدار الماء الذي يتقطر من حنقية غير ضابطة في يوم. أحسب عدد المرات التي تستحم فيها، وتغسل يديك، وتغسل أسنانك في أسبوع

## علوم

اكتشف بعض الطرق التي يمكنك بها منع انتشار الجراثيم في المدرسة؛ ربما في المطبخ أو في المراحيض. اعرف كيف تبقى مختلف أنواع الحيوانات المدللة نظيفة.

## مجتمع

ابحث في عادات الاستحمام في مناطق مختلفة من العالم.

## فن وحرف

اعمل ملصقا لتشجيع الأطفال على الإغتسال والاستمتاع بالنظافة، مبينا المشكلات التي يمكن أن تنشأ من عدم القيام بذلك.

## تصميم وتكنولوجيا

صمم بعض المنتجات الطريفة مثل الإسفنج وفرش الأسنان التي تشجع الأطفال على الاستمتاع بالإغتسال والحفاظ على النظافة.

# لِمَ نَغْتَسِلُ؟

## تاريخ

استعلم عن أشياء كانت تُستخدم للحفاظ على النظافة في الماضي. اسأل الأجداد عن عادات النظافة عندما كانوا أطفالاً. ما التسهيلات التي كانت متوفرة في بيوتهم؟

## جغرافيا

أوجد معلومات عن موارد المياه العذبة في مناطق مختلفة من العالم.

## لغة

أعد قائمة بكلمات لها علاقة بالصحة والنظافة، وكلمات لها علاقة بالصحة والجراثيم. ألق قصيدة حول النظافة وعدها في الإنسان.

## موسيقى

استخدم آلات طرق مختلفة لتقليد أصوات مياه جارئة، أو أصوات شخص يُنظف أسنانه.

## أنشطة رياضية / رقص / تمثيل

تفقد تسهيلات الإغتسال في المدرسة بعد ممارسة الرياضة. انظر كيف يمكن تسهيلها على الأطفال الصغار ليغتسلوا بعد حصص الرياضة أو الرقص.

## تعريفات

جراثيم: أشكال حيوانية أو نباتية دقيقة - بعضها يتسبب بأمراض.

غير مرئي: شيء لا نستطيع رؤيته بعُيوننا ما لم نره تحت الميكروسكوب.



## كُتُب للقراءة

- تنمية شخصية الطفل: الحِفاظ على النظافة
- زاوية القراءة: الضُّفدَع مَبسوط
- استكشِف العالم والكون: جِسم الإنسان

شَعْر ١٤	مَسْرَد (كَشَاف)
صَبَاح ١٤	أُذُنَان ١٣
طَعَام ٢٥، ٢٤	إِسْتِحْمَام ١٥، ٩
عِنَايَة ١٨، ١٤، ٨، ٦، ٥	أَسْنَان ٢١، ١٥، ١٤، ١٣
فَم ٢٣	أَصَابِع ٢٢
مَسَاء ١٥	زُمَلَاء ١٣
مِرْحَاض ٢٤	جِرَائِم ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢،
مَرَض ٢٨، ٢٣، ٢١	٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩
نَظَافَة ٢٩، ٦	جِسْم ٢١
وَجْه ١٤	ذُبَاب ٢٥
وَقْت ١١	رَائِحَة ٧، ٤
يَدَان ٢٤، ٢٢	



أَنَا وَجِسْمِي



# لِمَ نَغْتَسِلُ؟

تَعَلُّمُ النِّظَافَةِ وَالتَّرْتِيبِ

ألا تكون الحياة أسهل لو لم يكن عليك أن تغتسل؟  
لكن فكر كيف سيكون شكلك - شعرٌ وسيخ، أسنانٌ ملوثة، ملابسٌ متسخة -  
وكيف تظن ستكون رائحتك؟

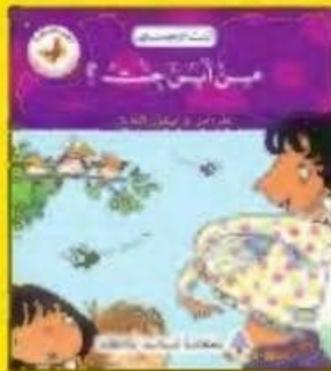
هذا الكتاب يُخبرك لِمَ الإغتسالُ نافعٌ لك وكيف أن النظافة تُساعدُ  
جِسْمَكَ أيضًا على أن يكون سليمًا خاليًا من الجراثيم التي تتسببُ بأمراض.

في آخر الكتاب شبكةٌ أنشِطَةٌ مُنوعةٌ تُسلي الأُطفال  
وتُساعدُهُم في اكتساب معلومات جديدة.

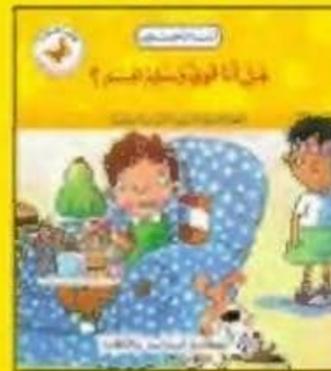
في هذه المجموعة



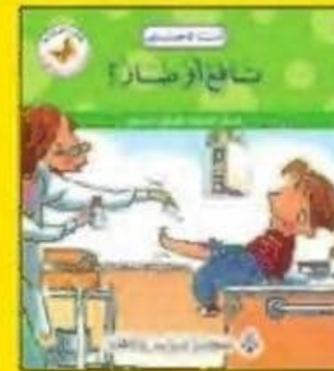
978-9953-86-807-3



978-9953-86-806-6



978-9953-86-805-9



978-9953-86-804-2

ISBN 978-9953-86-807-3

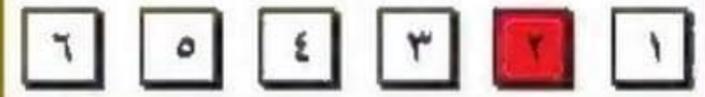


9 789953 868073

ME AND MY BODY  
WHY WASH?

(ARABIC BUTTERFLY BOOKS)

مراحل القراءة المُتدرّجة



مكتبة لبنات ناشرون



راجع موقعنا على الإنترنت: www.ldlp.com