



كلية التربية النوعية
وكالة شؤون البيئة وخدمة المجتمع

الحشرة البيئية الترابية

الإصدار الثالث

نوفمبر ٢٠١٧م

تحت إشراف

أ.د/ السيد محمد مزروع

عميد الكلية

أ.د/ حسان رشيد عبدالعزيز

وكيل الكلية لشؤون البيئة وخدمة

المجتمع

د/أماني جميل العطار

مدرس الاعلام التربوي

هل تعلم

* إن الحشرة المعروفة باسم اليعسوب تستطيع التقاط فريستها بتشكيل أرجلها ، وضمهم على شكل سله.

* أنه كان يسمح للرجال الانجليز في القرن السادس عشر بضرب زوجاتهم ، ولكن فقط قبل بلوغ الساعة العاشرة مساءً .

* أنه إذا ما قورن دماغ الإنسان بدماغ طائر السنونو فإن وزن دماغ الإنسان يشكل نسبة ٢,٥ % من وزن الجسم كله . أما وزن دماغ طائر السنونو فيشكل نسبة ٤,٢ % من وزن الجسم كله .

* أن الماء البارد هو أخف من الماء الساخن

* أن أحد الأطباء قد كتب في نهاية القرن الماضي عن أضرار مضغ العلكة فقال : أنها تنهك الغدد اللعابية ، وتسبب التصاق الأمعاء

* أن ما يخص الجمل من مفردات وتعابير في اللغة العربية يقرب من ١٠٠٠ كلمة.

* أن البعد بين الشمس والأرض يعادل ٣٨٥ ضعفاً من بعد الأرض عن القمر

* أنه بإمكانك معرفة ارتفاع الفيل عن طريق حساب طول قدمه ومن ثم مضاعفة الرقم

* أن زجاجة الحليب تفقد ما يعادل ثلثي محتواها من فيتامين " ب " إذا ما وضعت حوالي ساعتين في ضوء النهار.

* أن الكأس السميك معرض للكسر أكثر من الكأس الرقيق فيما إذا وضع به مشروب ساخن .

* أن درجة حرارة النار التي تنفثها المركبة الفضائية لدى دخولها مجال الغلاف الجوي للأرض تعادل نفس حرارة سطح الشمس والتي تصل إلى ٦٠٠٠ درجة مئوية

* أن أطول ضوء برق قد سجل لصاعقة امتد حوالي ٣٢ كم في السماء .

* أن نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ .

* أن الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر

* أن عدد البلاد في شمال خط الاستواء ثلاثة أضعاف ونصف عدد البلاد جنوب خط الاستواء

معلومات تهمك

اغسل ملابسك الجديدة قبل ارتدائها

نصح أطباء بضرورة غسل الملابس الجديدة قبل ارتدائها، خاصة إذا كانت الملابس مخصصة للأطفال، وذلك بسبب

الكم الكبير من البكتيريا أو الملوثات الكيميائية التي قد تكون ملتصقة بها. وإن من المستحسن غسل الثياب

الجديدة، خاصة إذا كانت ملابس داخلية وعلى صلة مباشرة بالجلد، وذلك بسبب كثرة الأشخاص الذي ينقلون

تلك الثياب وعدم القدرة على التأكد من سلامتهم وخلوهم من البكتيريا والجراثيم. وإن بعض أنواع الصباغ المستخدم

على الأقمشة الحديثة تتطلب الغسل لأنها قد تؤثر على الجلد أو الأقمشة الأخرى إذا احتكت بها.

وكذلك تقوم بعض الشركات برش الثياب بمواد كيميائية لمنع انتشار البكتيريا فيها، على غرار مادة الفورمالدهايد،

والتي أثبتت الاختبارات بأنها تسبب في تحسس الجلد، وخاصة في الأماكن التي يزداد فيها التعرق. ويمكن لهذه

المادة أن تسبب تهيج العيون والأنوف، وكذلك مجاري الهواء لدى الناس، لذلك فإن الولايات المتحدة تقيد نسبة

استخدام هذه المادة على الملابس الجديدة، لكن العديد من الدول الأخرى تتيح استخدامها دون قيود.

وتتبع بعض مشاكل الملابس الجديدة، وخاصة تلك المخصصة للأطفال، من واقع أنها غير قابلة للغسل

بالماء، بسبب احتوائها على صور ورسومات خاصة، ويجب اللجوء إلى التنظيف الجاف، الذي تستخدم فيه

المواد الكيماوية على نطاق واسع.

حفل التراث العربي بالحكم البليغة الحائثة على علو الهمة والطموح ؛ ومن ذلك قول الإمام الشافعي رحمه الله : بقدر الكد تكتسب المعالي ومن طلب العلا سهر الليالي .
وفي الأسطر التالية تقدم آفاق حقائق علمية ونصائح أكاديمية حول أسباب التفوق الدراسي هدية منها لعشاق التميز من الطلاب والطالبات .

إذا كنت تريد ان تصبح متفوقاً في دراستك ؛ فما عليك إلا اتباع الآتي :

حدد هدفك من الدراسة

لنفسى : فالمتفوق سريعا يصل إلى ما يريد .

لأسرتي: واجب عليّ أن أسعد والدي بالنجاح .

لمجتمعي : فهو بحاجة لكل ناجح .

للمسلمين : فهم في حاجة لمزيد من المتفوقين .

حقائق تعينك على التفوق :

● التفوق حقيقة ، وليس حلمًا .

● لا يأتي صدفة .

● من صنع يديك وتعبك وكذك .

● كن هادئًا تكن ناجحًا .

● الذاكرة القوية تعينك على التفوق .

● الثقة بالنفس تدفعك للتفوق .

● التذكر الدائم ليوم النتيجة .

● فهؤلاء أصدقاؤك فرحون بالنجاح .

● وهذا يبكي متأثرًا برسوبه .

● ووالد هذا يذكره بفشله ونتيجة إهماله .

● وهؤلاء جيرانك وأصدقاؤك وأقاربك يسألون عن نتيجتك وعلى الدرجات التي حصلت عليها ، وهل أنت من

المتفوقين أم لا .

● ترى أين أنت يوم النتيجة هل أنت من الفرحين أم من

الباكين .

قواعد الاستذكار :

● تركيز الانتباه .

● فهم ما يتم مذاكرته .

● الابتعاد عن المؤثرات المشتتة مثل: المشكلات والضجيج

والتلفاز .

● الجلوس بطريقة صحيحة .

● الاضاءة الجيدة والتهوية الصحية

طرق المراجعة :

● دوّن وأنت تذاكر أكثر النقاط أهمية في كراسة ملاحظاتك .

● راجع هذه الملاحظات دوريًا .

● لخص قدر المستطاع حتى تتذكر ماقمت بتلخيصه .

● توقع الأسئلة وأنت تراجع .

● ضع خطةً للمراجعة دوريًا .

● استخدم الألوان وأشر إلى أهم النقاط .

● داوم على الصلاة والأذكار وتلاوة القرآن .

نصائح للحفاظ :

● أجدد الأوقات الأسحر وبعده الفجر .

● أجدد الأماكن الغرف .

● ابتعد عن الحفظ شعن الطرقات والخضرة والضجيج .

كيف تعد برنامج المراجعة ؟

● المذاكرة والمراجعة بانتظام تيسر عليك التذكر في أي وقت .

● ترتيب المواد طبقاً لقرئها الزمني من الامتحانات ، ولتجعل

المراجعة قبل الامتحان بفترة طويلة حتى لا تنسى وتحتاج

لمراجعة أخرى .

● حدد المواد التي تحتاج لمجهود ووقت أكبر .

● حدد الزمن المتبقي على كل مادة وقسمه تبعاً لها .

● ضع عند المراجعة مادةً سهلةً مع مادة صعبة .

● لا تنس أن تضع في برنامجك فترات للراحة وممارسة الهوايات

المفضلة .

كيف تمر ليلة الامتحان بسلام ؟

● ابعد عن نفسك الإحساس القائل أنك لابد أن تراجع المنهج

كلمة كلمة وسطرًا سطرًا .

● راجع الأفكار الأساسية للمادة .

● تحل بالصبر والثبات وكثرة ذكر الله .

● خذ قسطاً كافياً من النوم والراحة .

● ابتعد عن القلق والأحاديث غير المفيدة .

● لا تحاول تعلم شي جديد .

● جهز أدواتك وتأكد من سلامتها .

يوم الامتحان:

● ابدأ اليوم بصلاة الفجر حتى تنشط روحك وترتقع

معنوياتك .

● لا داعي للخوف والقلق واستعن بالله .

● اتل بعض آيات القرآن ، وأكثر من الاستغفار .

● تحل بالصمت وتصفح العناصر الرئيسية للمادة .

الطريقة المثلى لأداء الامتحان :

● تأكد من عدد الأسئلة المطلوب الإجابة عنها .

● ضع خطة لاستغلال وقت الامتحان .

● اقرأ جميع الأسئلة .

● ضع العناصر الرئيسية لكل سؤال .

● تذكر أن الممتحن يبحث عن الجودة ، وليس عن حجم

الكلام المكتوب .

● ابدأ بحل الأسئلة ذات الدرجات الكبيرة واليسيرة ، والتي

ذاكرتها جيداً حتى تعطيك قدراً من الاطمئنان والثقة

بالنفس .

● أول إجابة تطرأ لذهنك غالباً ما تكون صحيحة ؛ فاحذر أن

تغير إجابتك إلا إذا كنت واثقاً بأن الإجابة الأولى خاطئة .

ماذا بعد الامتحان ؟

● ركز تفكيرك وطاقتك في المادة القادمة .

● لا تراجع مع الأصدقاء حتى لا تصاب بالإحباط .

● تذكر أن هذا الامتحان خطوة للأمام ، وليس نهاية

الدنيا .

● حاول أن تعوض مافاتك من درجات في المادة القادمة

ماذا بعد الامتحان إن كنت من الناجحين ؟

● احذر التكبر على زملائك .

● تذكر فضل والديك وأساتذتك ، واعلم أن النجاح يعني

الإحسان إليهم .

؟ ماذا بعد النتيجة إن كنت من الراسبين

● لا تحاول أن توجد لنفسك الأعذار .

● لا تلق بفشلك على الآخرين .

● ادرس أسباب الرسوب وطرق علاجها .

● عاهد نفسك بأن يكون آخر رسوب لك .

نصائح غالية :

● ذاكر عن حب واقتناع ، وتذكر أنك في حاجة

ملحة للنجاح حتى تكون مفيداً للمجتمع .

● ابدأ المذاكرة بتلاوة بعض الآيات القرآنية .

● حاول أن تذاكر وحدك .

● حافظ على إرضاء الوالدين عسى أن تحظى بدعائهما .

● احرص على الراحة والترفيه حتى لا تمل .

● صحة جيدة + جسم سليم = مذاكرة أفضل .

● احذر كثرة الشاي والقهوة ، وأكثر من عصائر الفاكهة .