



رياض
الأطفال (2)

العادات المستدامة
7X7

العدادات المستخدمة
7X7

المحتويات

8..... كيف تكون مستكشفًا عظيمًا

التطوُّع

- 9..... أتطوِّع لتعليم الآخرين
- 15..... أتطوِّع لتوفير المياه
- 21..... أتطوِّع لاستخدام الطاقة النظيفة
- 27..... أتطوِّع لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
- 33..... أتطوِّع لإدارة النفايات
- 39..... أتطوِّع لزراعة الغذاء
- 45..... أتطوِّع لحماية التنوُّع الحيوي

النشاط البدني

- 51..... سأتحرك لتعليم الآخرين
- 57..... سأتحرك لتوفير المياه
- 63..... سأتحرك لاستخدام الطاقة النظيفة
- 69..... سأتحرك لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
- 75..... سأتحرك لإدارة النفايات
- 81..... سأتحرك لزراعة الغذاء
- 87..... سأتحرك لحماية التنوُّع الحيوي

الرحلات الاستكشافية

- 93..... سأقوم برحلة استكشافية لتعليم الآخرين
- 99..... سأقوم برحلة استكشافية لتوفير المياه
- 105..... سأقوم برحلة استكشافية لاستخدام الطاقة النظيفة
- 111..... سأقوم برحلة استكشافية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
- 117..... سأقوم برحلة استكشافية لإدارة النفايات
- 123..... سأقوم برحلة استكشافية لزراعة الغذاء
- 129..... سأقوم برحلة استكشافية لحماية التنوُّع الحيوي

التعاون

135	سأتعاون لتعليم الآخرين
141	سأتعاون لتوفير المياه
147	سأتعاون لاستخدام الطاقة النظيفة
153	سأتعاون لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
159	سأتعاون لإدارة النفايات
165	سأتعاون لزراعة الغذاء
171	سأتعاون لحماية التنوع الحيوي

ريادة الأعمال

177	سأكون رياديًا في تعليم الآخرين
183	سأكون رياديًا في توفير المياه
189	سأكون رياديًا في استخدام الطاقة النظيفة
195	سأكون رياديًا في إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
201	سأكون رياديًا في إدارة النفايات
207	سأكون رياديًا في زراعة الغذاء
213	سأكون رياديًا في حماية التنوع الحيوي

الفنون الإبداعية

219	سأستخدم الفنون الإبداعية لتعليم الآخرين
225	سأستخدم الفنون الإبداعية لتوفير المياه
231	سأستخدم الفنون الإبداعية لاستخدام الطاقة النظيفة
237	سأستخدم الفنون الإبداعية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
243	سأستخدم الفنون الإبداعية لإدارة النفايات
249	سأستخدم الفنون الإبداعية لزراعة الغذاء
255	سأستخدم الفنون الإبداعية لحماية التنوع الحيوي

التجريب

261	سأجرّب لتعليم الآخرين
267	سأجرّب لتوفير المياه
273	سأجرّب لاستخدام الطاقة النظيفة
279	سأجرّب لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء
285	سأجرّب لإدارة النفايات
291	سأجرّب لزراعة الغذاء
297	سأجرّب لحماية التنوّع الحيوي



كيف تكون مستكشفًا عظيمًا

العادات المستدامة هي أشياء نفعها يوميًا للاعتناء
بالناس وكوكب الأرض.

ستشاهد في هذا الكتاب صورًا عديدة للعادات المستدامة.

إذا اكتسبت هذه العادات المستدامة، فإنك ستساعد الناس
وكوكب الأرض!

انظر إلى الصور وأجب عن أسئلة الصور التي تروقك.

فكر في نشاطٍ مشابهٍ للصورة يمكنك فعله مرارًا وتكرارًا لفترة
زمنية طويلة جدًا!

أَتَطَوَّعُ
لِتَعْلِيمِ الْآخَرِينَ



يعتمد أصدقائي عليّ
لتعليمهم
أُتطوِّع لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لتعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اطلب من شخص بالغ أن يعلِّمك طريقة ربط الحذاء، ثم علِّمها لأصدقائك وإخوتك.

علِّم إخوتك طريقة تعبئة عبوة المياه.

أَتَطَوَّعُ لِتَوْفِيرِ الْمِيَاهِ



لا تُسرف في الماء
ولو كنت على نهر جارٍ
أُتطوَّع لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ساعد والدك على تحميم حيواناتكم الأليفة في جزءٍ بحاجة إلى الري من حديقة المنزل. سوف تُروى الحديقة بهذه الطريقة أيضًا!

عندما تقدِّم لك أحدهم كوبًا من الماء، احرص على شربه كاملاً. ستوفّر المياه بهذه الطريقة!

أَتَطَوَّعُ لاسْتِخْدَامِ
الطَّاقَةِ النَّظِيفَةِ



أستخدم أشعة الشمس لتسخين طعامي
أُتطوَّع للاستخدام الطاقة النظيفة

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

**هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لاستخدام الطاقة
النظيفة!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**حدد أكثر الأماكن إضاءة للشمس في منزلك، ووضح لأصدقائك
كيف تجعل أشعة الشمس هذه المناطق أكثر إشراقًا. تبادل
الدوار مع أصدقائك ليعرضوا أيضًا الأماكن الأكثر إضاءة في
منازلكم!**

**تجوّل في المنزل صباحًا وأطفئ أي أنوار مضاءة في المنزل.
تأكد من إطفائها طيلة النهار.**

**أُتطوَّع لإزالة ثاني أكسيد
الكربون من الهواء**



لا أقطف النباتات، بل أجمعها

أنتطوِّع لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اقرأ مع أسرتك كتبًا مصوِّرة حول الأدوات المختلفة المستخدمة في البستنة. حاول أن تحفظ أسماء بعض هذه الأدوات.

حافظ على الأشجار من خلال شحذ قلم الرصاص عند الضرورة فقط.

أَتَطَوَّعُ لِإِدَارَةِ النِّفَايَاتِ



ارتدينا قبّعات صديقة للبيئة في
عيد ميلادي
أُتطوّع لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لإدارة النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ساعد معلمتك وزملاءك في فرز المواد القابلة لإعادة التدوير مثل الورق والبلاستيك أثناء تنظيف الصف.

شارك في "يوم جمع القمامة" حيث تقوم بتنظيف الحي من القمامة.

أَتَطَوَّعُ
لِزِرَاعَةِ الْغِذَاءِ



أزرع مكوثات سلطتي بنفسي

أَتطوِّعُ لِزِراعَةِ الغِذاءِ

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لزراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

دع ضيوفك يرون كيف تنمو نباتاتك، وأخبرهم عن الخطوات التي اتبعتها لمساعدتها على النمو.

ساعد والديك في زراعة حديقة المنزل.

أَتَطَوَّعُ

لِحِمَايَةِ التَّنَوُّعِ الْحَيَوِيِّ



يفضّل السمك أن يكون في الماء
على أن يكون على طبق
أَتطوِّع لحماية التنوّع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التطوُّع لحماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتطوُّع لحماية التنوُّع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ساعد في العناية بالحديقة من خلال ري شجرة واحدة يوميًا.

احتفظ ببقايا الطعام وضعها في وعاءٍ خارج المنزل، وشاهد ما تأكله الطيور أو الحيوانات أو الحشرات منه!

سأتحرك
لتعليم الآخرين

A photograph of two young girls with long, wavy brown hair riding a blue bicycle together on a sunny day. The girl in the foreground is smiling and looking towards the camera, wearing a blue and white patterned long-sleeved shirt and blue shorts. The girl behind her is also smiling and looking slightly to the side, wearing a light blue long-sleeved shirt and dark pants. They are riding on a paved street with houses and trees in the background. The sky is clear and blue.

أردت لأختي الصغيرة أن تذهب
إلى كل مكان أذهب إليه أنا، لذلك
علّمتها ركوب الدراجة الهوائية
سأتحرك لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لتعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

علم أخاك أو صديقك ركل الكرة.

تجول حول غرف المنزل برفقة أحد أفراد أسرتك صباح كل يوم وعلمه إطفاء أي أنوار مضاءة.

سأتحرك
لتوفير المياه



نُخرج النباتات الداخلية إلى الخارج
عندما تُمطر
سأتحرك لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبًا! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

تأكد من أن جميع صنادير المياه في المنزل مغلقة بإحكام قبل خلودك إلى النوم يوميًا.

اغسل الفواكه في وعاء واحتفظ بالمياه التي تستخدمها في دلو صغير يمكنك حمله، ثم استخدمها لري النباتات داخل المنزل أو في الحديقة.

سأتحرك لاستخدام
الطاقة النظيفة



كان سندباد يستخدم الرياح للإبحار
بسفينة
سأتحرك لاستخدام الطاقة النظيفة

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

**هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لاستخدام الطاقة
النظيفة!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**انشر ملابسك المغسولة في مكانٍ يقترحه والداك خارج
المنزل، لتجفّ تحت أشعة الشمس بدلاً من استخدام النشّافة أو
المروحة.**

**اذهب إلى غرفة في منزلك تحتوي على نافذتين متقابلتين
وافتحهما لمدة بضع دقائق يوميًا من أجل تجديد الهواء في
الغرفة.**

**سأتحرك لإزالة ثاني أكسيد
الكربون من الهواء**



سأزرع مزيداً من الأشجار

سأتحرك لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

**هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لإزالة ثاني أكسيد الكربون
من الهواء!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**تنزه في ربوع الطبيعة مع والديك للتعرف على أهمية الأشجار
والنباتات.**

تعلم ركوب الدراجة الهوائية في منطقة خالية من السيارات.

سأتحرك لإدارة النفائات



أجمع أوراق الشجر الجافة لتغذية نباتاتي

سأتحرك لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لإدارة النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

العب لعبة "إعادة التدوير" حيث يتسابق المتسابقون على جمع المواد القابلة لإعادة التدوير وفرزها ورميها في الحاويات المناسبة.

استضيف حفلاً راقصاً على أنغام أغاني إعادة التدوير.

سأتحرك
لزراعة الغذاء



التربة هي مطبخ الطبيعة

سأتحرك لزراعة الغذاء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لزراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

لاحظ النباتات والأشجار التي تنمو في الحيّ أثناء تجوّلك بصحبة شخص بالغ.

ازرع بذور الفاكهة التي تأكلها في التربة.

سأتحرك

لحماية التنوع الحيوي

A family consisting of a man, a woman, and a young girl are walking away from the camera on a paved path. The man is wearing a light blue short-sleeved shirt and khaki pants. The woman is wearing a black abaya and a light blue hijab. The young girl is wearing a pink dress and black leggings. They are holding hands. To their left is a large, dense green bush with yellow flowers. To their right is a sandy area with some low-lying green plants and a tall palm tree in the background. The sky is clear and blue.

يمكن تربية النباتات بدلاً من
الحيوانات الأليفة
سأتحرك لحماية التنوع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التحرك لحماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتحرك لحماية التنوع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اذهب في رحلة لاستكشاف العالم الطبيعي برفقة شخص بالغ، حيث يمكنك البحث عن أشياء محدّدة مثل الزهور والأحجار والحشرات والكائنات الحية الأخرى.

قُم بتمديد وتحريك جسمك مثل حيوانك المفضّل.

سأقوم برحلة استكشافية
لتعليم الآخرين



علّمت صديقي السير على ممرّ
المشاة
سأقوم برحلة استكشافية لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لتعليم
الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اذهب إلى متنزه قريب برفقة شخص بالغ، وأشر إلى الطيور
المختلفة التي تشاهدها.

أولاً، تعلّم كيفية أداء تمرين القرفصاء من شخص بالغ. وبعدها
اذهب إلى مكان مفتوح مثل حديقة أو متنزه مع أصدقائك،
وقوموا بأداء 5 تكرارات من تمرين القرفصاء ثم اصرخوا معاً
"مرحى"! ذكّر أصدقاءك بأداء 5 تكرارات من تمرين القرفصاء ثم
الصراخ معاً "مرحى" في كل مرة تجتمعون فيها للعب!

سأقوم برحلة استكشافية لتوفير المياه



المياه العذبة لا تُقدَّر بثمن
سأقوم برحلة استكشافية لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

قُم بزيارة المتنزه العام بانتظام وتحقق من عدد مرات ريّ النباتات.

اذهب مع أحد والديك إلى مشتلٍ قريبٍ وتعرّف على كمّيّات المياه التي تحتاجها النباتات المختلفة. وعند عودتك، قُم بريّ النباتات في المنزل بالكمية التي تحتاجها من الماء فقط!

**سأقوم برحلة استكشافية
لاستخدام الطاقة النظيفة**

A man dressed as Superman, wearing a blue suit with a red 'S' emblem and a red cape, stands in a modern city street. He is wearing sunglasses and looking off to the side. In the background, there are tall skyscrapers, palm trees, and a few people walking on the sidewalk. The scene is brightly lit, suggesting a sunny day.

**إذا كان نبيل يستطيع المشي، فنحن
أيضاً نستطيع!**

سأقوم برحلة استكشافية
للاستخدام الطاقة النظيفة

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لاستخدام
الطاقة النظيفة!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اجمع الأوراق المتساقطة في كومة. هذه تُسمى نفايات
عضوية ويمكن معالجتها لإنتاج الغاز الحيوي، وهو شكل من
أشكال الطاقة التي يمكن استخدامها لإنارة منزلك!

استكشف متنزهًا أو حديقةً في حيّك مع جدك وجدتك
واسألهما عما إذا كانا يحبّان المساحات الخارجية.

**سأقوم برحلة استكشافية لإزالة
ثاني أكسيد الكربون من الهواء**



تُنتج المشاتل هواءً نظيفاً
سأقوم برحلة استكشافية لإزالة
ثاني أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

قُم بزيارة حديقة وملاحظة صحة الأنواع المختلفة من النباتات المزروعة في الأصص. ما عدد النباتات الذابلة؟

قُم بزيارة منزل شخص آخر برفقة والديك وإحصاء عدد النباتات الموجودة في منزله أو حديقته.

سأقوم برحلة استكشافية لإدارة النفايات



البحار للأسماك وليست للبلاستيك
سأقوم برحلة استكشافية لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لإدارة
النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اذهب في نزهة في ربوع الطبيعة في حيّك.

بمساعدة والديك، أعد استخدام صندوق لم تعودوا بحاجة إليه
لتخزين ألعابك أو أقلامك أو حتى ملابسك.

سأقوم برحلة استكشافية لزراعة الغذاء



أحبّ زيارة المزارع أكثر من محلات
البقالة

سأقوم برحلة استكشافية لزراعة الغذاء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لزراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

قُم بزيارة سوق المزارعين مع شخص بالغ، واسأله عن أسماء الخضروات المختلفة التي تشاهدها.

قُم بزيارة حديقة مع شخص بالغ، واطلب منه أن يُريك النباتات المزهرة وغير المزهرة.

سأقوم برحلة استكشافية لحماية التنوع الحيوي



سنقوم بحماية الكائنات الصغيرة

سأقوم برحلة استكشافية لحماية
التنوع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها القيام برحلة استكشافية لحماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ برحلة استكشافية لحماية التنوع
الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اذهب في جولات قصيرة في المتنزه العام لمراقبة الطيور
والحشرات والكائنات الحية الأخرى.

اجمع أوراق الشجر التي تعجبك على مدار العام واسأل والديك
أو معلمك عن طريقة تخزينها.

سأتعاون
لتعليم الآخرين



علّمني والدي كيف أداعب الكلاب
سأتعاون لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبًا! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لتعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اجمع أفراد أسرتك لتعليم بعض أصدقائك بضع كلمات بلغة أجنبية.

نظّف غرفتك بمساعدة أحد إخوتك أو أصدقائك.

سأتعاون لتوفير المياه

A warm, indoor scene featuring a woman with curly hair and a young child. The woman is smiling and looking down at the child, who is holding a blue watering can and watering a potted plant. The child is also smiling. They are surrounded by several other potted plants, including a large green plant in the foreground and a tall plant in the background. The background shows a window with a view of a city skyline. The overall atmosphere is bright and positive.

والدتي تعطيني المياه التي
تستخدمها لغسل الخضار وأنا
أستخدمها لريّ النباتات
سأعاون لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبًا! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

شارك مع أصدقائك قصصًا حول أهمية المياه ولماذا ينبغي توفيرها.

العب ألعابًا مثل "البيدة" أو "الصقلة" أو "التيلة" مع أصدقائك. لا تشارك في الألعاب المائية!

سأتعاون لاستخدام الطاقة النظيفة



نَجفِّفُ مَلَابِسَنَا تَحْتَ أَشْعةِ
الشَّمْسِ

سَأَتَعَاوَنُ لِلإِسْتِخْدَامِ الطَّاقَةِ النَّظِيفَةِ

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

**هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لاستخدام الطاقة
النظيفة!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**تحدّث إلى أصدقائك حول دور الشمس في نمو النباتات وتوفير
الغذاء لها.**

**شارك في رواية القصص الجماعية حول الطبيعة والطاقة
النظيفة.**

**سأتعاون لإزالة ثاني أكسيد
الكربون من الهواء**



**الأبطال الخارقون يزرعون النباتات
لمكافحة ثاني أكسيد الكربون
سأتعاون لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء**

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبًا! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ارزّع شتلة جديدة بمساعدة والديك.

ارزّع بذورًا مع أصدقائك واسقها يوميًا. وسجّل في يومياتك عدد الأيام التي تستغرقها البذور حتى تنبت.

سأتعاون لإدارة النفقات



تقوم أسرتي بفرز مخلفات الطعام
بعد كل وجبة
سأتعاون لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لإدارة النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ضع ملصقًا للأبطال الخارقين في مجال إعادة التدوير لتشجيع إعادة التدوير في الحي.

قم بتصميم وصنع حاوية لإعادة التدوير في الحي مع أصدقائك.

سأتعاون لزراعة الغذاء

A man and a young girl are sitting on the ground in a field, weaving a scarecrow from straw. The scene is set at sunset, with the sun low on the horizon, creating a warm, golden glow. The man is on the right, wearing a light blue shirt and pants, and the girl is on the left, wearing a light-colored dress. They are both focused on their task, with the girl holding a bundle of straw and the man weaving it into the scarecrow's body. The background is a soft, hazy landscape with some trees and a small structure visible on the right.

سنجد طرقاً رحيمة لحماية المحاصيل
من الطيور
سأتعاون لزراعة الغذاء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لزراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ناقش سبب أهمية تناول الخضروات مع والديك أو معلمتك.

ساعد والديك في تنظيف المائدة بعد تناول الطعام.

سأتعاون لحماية التنوع الحيوي



الديدان مفيدة للتربة
سأتعاون لحماية التنوع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التعاون لحماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتعاون لحماية التنوع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

قُم بتأليف قصة عن الحيوانات والنباتات مع مجموعة من الأصدقاء.

انظر إلى الطيور في حديقة منزلك أو من نافذة غرفتك. راقب شكلها، وصوتها، وماذا تأكل، والأوقات التي تشاهدها فيها خلال اليوم.

سأكون ريادةً في
تعليم الآخرين



يمكن أن يتعلّم المعلمون منا
في بعض الأحيان
سأكون ريادياً في تعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياضيًا في تعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياديًا في تعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اصنع فواصل للكتب من قصاصات الصحف القديمة ووزعها على أصدقائك وإخوتك.

نظم لعبة حيث تقوم أنت وأصدقائك بتعليم بعضكم البعض رقصاتكم المفضلة.

سأكون رياضيًا في
توفير المياه



أعددت الليموناضة دون
إهدار قطرة ماء واحدة!
سأكون ريادياً في توفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياديًا في توفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياديًا في توفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

عند هطول المطر، ضَع زجاجات فارغة في الخارج لملئها بالماء. ثمَّ أحضرها إلى الداخل ووزّعها على أفراد عائلتك لاستخدامها في المهام المنزلية المختلفة.

بمساعدة والديك، اكتشِف كمية المياه التي تحتاجها كل نبتة في منزلکم. احرص على حصول النباتات على الكمية التي تحتاجها من المياه بشكل يومي - لا أكثر ولا أقل!

سأكون رياضيًا في استخدام الطاقة النظيفة



صنعت ناعورةً من أخشابٍ وجدتها
في المنزل!

سأكون رياديًا في استخدام الطاقة النظيفة

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياضيًا في استخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

**هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياضيًا في استخدام الطاقة
النظيفة!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**سَل والديك عن أنواع الطعام التي يمكنك تسخينها في الخارج
تحت أشعة الشمس، وافعل ذلك.**

تبادل الألعاب مع أصدقائك بدلًا من شراء ألعاب جديدة.

**سأكون ريادةً في إزالة
ثاني أكسيد الكربون من الهواء**



سأزرع النباتات التي تحتاج إلى
كمية قليلة من المياه
سأكون رياديًا في إزالة ثاني
أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون ريادةً في إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياضيًا في إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

تحدث إلى والديك أو معلمك حول المواد المُعاد تدويرها وأهميتها.

اطبع صورًا لأشجار وأزهار واجمعها في كتاب قصصي حول دور الأشجار في تنظيف الهواء.

سأكون رياديًا في إدارة النفقات



أصنع ألعابي من الأشياء
المستعملة في منزلي
سأكون ريادياً في إدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياديًا في إدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياديًا في إدارة النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

بمساعدة والديك، اصنع أشياء باستخدام المواد التي لم تُعد هناك حاجة إليها في المنزل واهدّها لأصدقائك.

اصنع لأصدقائك طائرات ورقية من الصحف القديمة الموجودة في المنزل، والعب بها مع أصدقائك.

سأكون رياديًا في زراعة الغذاء



حديقتي مسؤوليتي

سأكون ريادياً في زراعة الغذاء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياديًا في زراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياديًا في زراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

رافق والديك إلى السوق واختر الخضروات التي تريد شراءها.

العب لعبةً مع والديك في المنزل، أنت تريهما مادة غذائية، وهما يخبرانك ما إذا كان يمكن تخزينها في المطبخ أو ينبغي حفظها في الثلاجة!

سأكون رياديًا في حماية التنوع الحيوي



أقوم بزيارة ملجأ الحيوانات
لرعاية الحيوانات الموجودة هناك
سأكون ريادياً في حماية التنوع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها أن تكون رياديًا في حماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بكونك رياديًا في حماية التنوع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

قُم بزراعة النباتات من البذور بمساعدة شخص بالغ.

بمساعدة والديك، خذ كمية مناسبة من النوع المناسب من بقايا الطعام كل يوم وضعها في الخارج حتى يتغذى عليها النمل والحشرات.

سأستخدم الفنون الإبداعية لتعليم الآخرين



علّمت صديقي أنّ بوسعنا صنع
الأعمال الفنية من الطين
سأستخدم الفنون الإبداعية لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لتعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

علم أصدقاءك أو إخوتك كيفية رسم حيواناتهم المفضلة.

علم أصدقاءك وإخوتك كيفية صنع الدمى من العبوات المعاد تدويرها.

سأستخدم الفنون الإبداعية لتوفير المياه



أصبغ قمصاني القديمة وأرتديها
مجدداً بدلاً من شراء قمصان جديدة
سأستخدم الفنون الإبداعية لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبًا! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اصنع شارات تذكّر بتوفير المياه ووزّعها على أصدقائك وجيرانك لتوعيتهم بأهمية توفير المياه.

علّق لافتات مصنوعة من ورق الصحف حول المنزل لتذكير الجميع بإغلاق كافة صنابير المياه بإحكام.

**سأستخدم الفنون الإبداعية
لاستخدام الطاقة النظيفة**



*استخدمنا عجلة قديمة لصنع
عنفة مائية
سأستخدم الفنون الإبداعية لاستخدام الطاقة النظيفة*

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية
لاستخدام الطاقة النظيفة!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اصنع مراوح ورقية من أوراق الصحف القديمة بمساعدة
والديك، واهدّها للضيوف الذين يزورونكم في المنزل خلال
فصل الصيف.

ارسم الشمس والرياح، وناقش الطاقة التي تُنتجها الشمس
والرياح مع والديك أو معلمتك.

**سأستخدم الفنون الإبداعية لإزالة
ثاني أكسيد الكربون من الهواء**



أصنع الأصص الزراعية من الأوعية القديمة

سأستخدم الفنون الإبداعية لإزالة
ثاني أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

ارسم صورةً تمثل جمال العالم الطبيعي.

استخدم كلا جانبي الورقة عندما ترسم. كلما قلّ استخدامك للورق، زادت مساهمتك في الحفاظ على الأشجار التي تزيل ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

سأستخدم الفنون الإبداعية لإدارة النفايات



حتّى نبيل فوزي لن يعرف أي حاوية يجب
أن يستخدم إن لم يكن مكتوباً عليها
سأستخدم الفنون الإبداعية لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

**هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لإدارة
النفايات!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**اصنع لوحة فنية ملونة (كولاج) من قصاصات المجلات المُعاد
تدويرها.**

ارسم رسمةً أو لوحةً للتوعية أصدقائك بإدارة النفايات.

سأستخدم الفنون الإبداعية لزراعة الغذاء



تحتاج نباتاتي إلى كمية أقل من
المياه بفضل الظل
سأستخدم الفنون الإبداعية لزراعة الغذاء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

**هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لزراعة
الغذاء!**

**فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.**

**احضر كتاب تلوين يحتوي على صور للنباتات. مع كل مرحلة من
مراحل نمو النبات، لون الأجزاء المختلفة - ابتداءً من البذرة، ثم
الجذور، والساق، والأوراق، وأخيرًا الثمرة أو الخضروات.**

**زَيِّن حديقة المنزل من خلال طلاء الصخور أو وضع إشارات تؤدي
إليها.**

سأستخدم الفنون الإبداعية لحماية التنوع الحيوي



أَلْفَتْ قِصَّةً عَنْ حِمَايَةِ الْحَيَوَانَاتِ!
سَأُستَخدمُ الفَنونَ الإبداعيةَ لحِمَايَةِ التَّنوعِ الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها استخدام الفنون الإبداعية لحماية التنوع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ باستخدام الفنون الإبداعية لحماية
التنوع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

اجلس في منزلك وارسم حيواناتك المفضلة.

اصنع لوحة فنية ملونة (كولاج) للحيوانات باستخدام المجلات
القديمة.

سأجرب
لتعليم الآخرين



استخدمنا الزيت والملح لنرى كيف
يمتزجان مع الماء!
سأجرب لتعليم الآخرين

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لتعليم الآخرين؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على تعليم الآخرين؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لتعليم الآخرين!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

اكتشف اللون الذي ستحصل عليه عند مزج اثنين من ألوانك المائية المفضلة وأره لوالديك.

راقب ما يحدث لمكعب من الثلج عند وضعه في الخارج تحت أشعة الشمس، وأخبر صديقك بما تراه.

سأجرب لتوفير المياه



لن يستغرق معي
الاستحمام أكثر من 5 دقائق!
سأجرب لتوفير المياه

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لتوفير المياه؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على توفير المياه؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لتوفير المياه!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

كل يوم عند عودتك إلى المنزل من المدرسة، تحقق من كمية المياه المتبقية في مطارة المياه التي تأخذها معك إلى المدرسة. صح "مرحى" إذا لم يتبقَّ فيها شيء!

جرّب أن تنظّف أسنانك باستخدام كوبٍ واحدٍ من المياه فقط.

سأجرب لاستخدام الطاقة النظيفة



الشمس والمنشور جعلاً جداري
ملوّناً بدون استخدام طلاء
سأجرب للاستخدام الطاقة النظيفة

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لاستخدام الطاقة النظيفة؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على استخدام الطاقة النظيفة؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لاستخدام الطاقة
النظيفة!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك
القيام بها.

ضع مرآة صغيرة تحت ضوء الشمس وشاهد كيف تعكس
الضوء.

اشترِ مروحة أو اصنعها بمساعدة والديك. ثبّت المروحة خارج
نافذتك. تحقق من شدة الرياح كل يوم عن طريق ملاحظة ما إذا
كانت المروحة تدور أم لا.

**سأجرب لإزالة ثاني أكسيد
الكربون من الهواء**



أكثر من حاجتها



بقدر حاجتها



أقل من حاجتها

تحتاج النباتات إلى الكمية المناسبة من
المياه حتّى تنمو بشكل سليم
سأجرب لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لإزالة ثاني أكسيد الكربون من الهواء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

تحقق من تأثير ضوء الشمس على نباتاتك الداخلية من خلال وضعها يومًا في الشمس ويومًا في الظل.

انفخ بالونًا والمسه. هل هو دافئ أم بارد؟ ناقش الأمر مع معلمتك.

سأجرب لإدارة النفايات



يفرز نبييل فوزي المواد البلاستيكية
قبل رميها في حاويات إعادة التدوير
سأجرب لإدارة النفايات

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لإدارة النفايات؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على إدارة النفايات؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لإدارة النفايات!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

لاحظ المدة الزمنية التي تستغرقها أنواع النفايات المختلفة حتى تحلل في البيئة الطبيعية (على سبيل المثال: قشرة موز مقارنةً بعبوة بلاستيكية).

بمساعدة والديك، زن كمية النفايات التي تنتجها أسرتك يوميًا عن طريق وضع كيس القمامة على ميزان المطبخ كل يوم. دوّن الرقم في دفترك يوميًا.

سأجرب لزراعة الغذاء

A young child and an adult are seated at a wooden table. In the foreground, there are two clear plastic containers. The one on the left contains several small, peeled, orange-brown onions. The one on the right contains green vegetables, including stalks of celery and a head of lettuce. The child is looking at the vegetables with interest. The adult is partially visible in the background, also looking towards the camera.

*نستخدم الجزء السفلي من
البصل والخس لزراعة غذائنا!
سأجرب لزراعة الغذاء*

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لزراعة الغذاء؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على زراعة الغذاء؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحبى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لزراعة الغذاء!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

سَلْ شخصًا بالغًا عن أسماء الخضروات التي تنمو في بلدك.

امتلك حديقة صغيرة خاصة بك من خلال وضع تربة على طبق بيض فارغ وغرس البذور فيها بمساعدة شخص بالغ. اعتنِ بالبذور، ثم انقلها إلى الحديقة أو الأصص الزراعية بعد أن تنبت.

سأجرب لحماية التنوع الحيوي



الطائر الصغير يحبّ البيت الذي
بنيته له

سأجرب لحماية التنوّع الحيوي

القائمة المرجعية للنشاط

هل تذكّر الصورة في الصفحة السابقة بطرق يمكنك من خلالها التجريب لحماية التنوّع الحيوي؟

اذكر النشاط.

هل هو نشاط يمكنك
القيام به بشكل متكرر؟
يومًا بعد يوم؟

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"نعم" فانتقل إلى السؤال في الصفحة
التالية.

إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
"لا" فارجع إلى السؤال في الصفحة
السابقة.

**التأثير هو الأثر الذي سيحدثه نشاطك
على الأشخاص والكوكب والمجتمعات.
هل سيحدث النشاط تأثيرًا دائمًا وعميقًا
على حماية التنوع الحيوي؟**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”نعم“ فمرحى! أنت جاهز لبدء نشاطك.**

**إذا كانت إجابتك على هذا السؤال
”لا“ فارجع إلى السؤال الأول. ويمكنك أيضًا أن
تستلهم من أمثلة الأنشطة الواردة في الصفحة
التالية.**

هذا كل شيء! ابدأ بالتجريب لحماية التنوع الحيوي!

فيما يلي بعض الأمثلة على الأنشطة التي يمكنك القيام بها.

بمساعدة والديك أو معلمتك، اجمع أنواعًا مختلفة من التربة للمسها ومناقشتها.

ازرع نبتة صغيرة من بذرة وسجّل نموّها اليومي.