



Development - Sustainability - Pioneership

من المهارة
إلى الصدارة
نحن مستقبل نمتعه المهارات

5
4
عام المجتمع
YEAR OF COMMUNITY

مدرسة الإمارات الخاصة - العين
EMIRATES
PRIVATE SCHOOL - AL AIN

ورقة عمل لتقييم درس "الوصفة الخضراء" الصف الحادي عشر

الهدف: تقييم فهم الطلاب وقدرتهم على تحليل النص المعلوماتي:

أولاً: المفردات والفهم المباشر (أسئلة الاسترجاع):

1- ما معنى كلمة "البيوفيليا" كما وردت في سياق النص حول الدراسة الأمريكية؟
(أ) السلوكيات الصحية المتبعة في المستشفيات.

(ب) حب الحياة الطبيعية.

(ت) العلاقة المعقدة بين الإنسان والحيوان.

(ث) الإفرازات الكيميائية التي تسبب القلق.

2- في أي عام تم تسجيل الملاحظة التاريخية الأولى للدكتور بنجامين راش حول فوائد البستنة لمرضى الاضطرابات النفسية؟

(أ) عام 1930م.

(ب) عام 1887م.

(ت) عام 1784م.

(ث) عام 2015م.

ثانياً: الفكرة العامة والتحليل (أسئلة الربط والمقارنة)

3- ما هو السبب الجذري الذي دفع الأطباء في العالم للاعتماد على "الوصفة الخضراء" في العلاج؟
(أ) نجاح دراسة الدكتور بنجامين راش وحده.

(ب) أننا نعيش في عالم متسارع الوتيرة يملؤه صعاب الحياة وكثرة الضغوط.

(ت) سهولة تحويل الأدوية الكيميائية إلى علاجات طبيعية.

(ث) ارتفاع نسبة الإصابة بأمراض الشيخوخة فقط.

4- النص يربط البستنة بفوائد اجتماعية وصحية. ما هي الفائدة الاجتماعية الرئيسية التي تمنحها البستنة للفردي؟

(أ) أنها نشاط اجتماعي يقلل من العزلة، عبر مشاركة الآخرين في الإبداعات الزراعية

(ب) تقليل خطر الإصابة بأمراض الشيخوخة.

إعداد/ أ/ أبوبكر جابر أبو غنايم



- (ت) تساعد على الابتعاد عن واقفنا اليومي والتفكير من جوانب أخرى.
- (ث) الحماية من أمراض خطيرة كالسرطان عبر التعرض لضوء الشمس.
- ثالثاً: القيمة والمغزى والاستنتاج الأعمق (أسئلة التقييم والتوسع):
- 5- كيف تساعد البستنة تحديداً في محاربة الإجهاد والتوتر، حسبما ذكر النص؟
- (أ) لأنها تتطلب جهداً بدنياً قوياً يُخرج الطاقة السلبية.
- (ب) لأنها تحفز الدماغ على الاستجابة الإيجابية للشفاء من الأمراض.
- (ت) لأنها تساعد على خفض الهرمونات التي تولد القلق والإجهاد من خلال الإفرازات الكيميائية في الطبيعة.
- (ث) لأنها تزيد من مستويات "فيتامين د" عبر التعرض للشمس.
- 6- بناءً على النص، ما هو المغزى الأعمق الذي يعكس القيمة النهائية التي تمنحها البستنة للمسنين؟
- (أ) أنها تحميهم من الأمراض الخطيرة كضغط الدم المرتفع.
- (ب) أنها تساعد على تحسين قراءة الكتاب وتقوية ذاكرته.
- (ت) أنها تزيد من التفاعل الإيجابي مع الأطباء والممرضين.
- (ث) أنها تعطيهم "سبباً لكي ينهض المرء من أجله كل يوم"، مما يضمن استمرارية الهدف من الحياة.
- 7- ما هي الفكرة التي تدعمها نظرية "الببوفيليا" والتي تشكل الأساس المنطقي لاستمرار الوصفة .
الخضراء كعلاج؟
- (أ) أن فوائد العلاج بالبستنة تتحدث عن نفسها بشكل مباشر.
- (ب) أن أدمغتنا تطورت تدريجياً مع الطبيعة، وأن هناك علاقة فطرية قوية بين الإنسان والنظم الخضراء.
- (ث) أن البستنة هي النشاط الوحيد الذي يجمع بين التفاعل في النفس والروح.
- (ث) أن العلاج بالبستنة هو الأكثر اقتصادية وعملية من العلاجات الكيميائية.

إعداد/ أ/ أبوبكر جابر أبو غنايم