

الدَّرْسُ الثَّالِثُ: النَّمُو

السُّؤال الأول: أضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة لكل مما يلي:

١- عند وضع بذور البازلاء في طبق بلاستيكي، فيه قطن، مع ترطيبه باستمرار، ستلاحظ نمو:

- أ- الجذير قبل السويقة. ب- السويقة قبل الجذير. ج- السويقة والجذير معاً. د- لا ينمو أبداً.

٢- النمو، يعني الزيادة في الكائن الحي:

- أ- طول. ب- حجم. ج- كتلة. د- جميع ما سبق.

٣- يحدث الانقسام في جسم الحيوان خلال فترة نموه في:

- أ- أجزاء معينة من جسمه. ب- معظم خلايا جسمه. ج- الذراعين فقط. د- الرأس فقط.

٤- يحدث الانقسام في النبات أثناء النمو في:

- أ- القمم النامية في الجذر. ب- القمم النامية في الساق. ج- كل أجزاء النبات. د- (أ و ب) معاً.

٥- المرحلة العمرية التي تتوقع وجودك فيها هي:

- أ- مرحلة الطفولة. ب- مرحلة المدرسة. ج- مرحلة المراهقة. د- مرحلة الرشد.

٦- أي من الصور الآتية يوضح مرحلة الرشد عند الذكور؟



٧- على أي مرحلة عمرية للفتيات، يمكن أن تدل الصورة المقابلة؟



- أ- مرحلة الطفولة. ب- مرحلة المدرسة. ج- مرحلة المراهقة. د- مرحلة الرشد.

٨- تكون مرحلة الرشد غالباً بين سن:

- أ- (٦-١٢) سنة. ب- (١٢-٢٠) سنة. ج- (٢٠-٤٥) سنة. د- (٦٠-فما فوق) سنة.

٩- أي المراحل العمرية للإنسان، الواقعة بين ١٢-٢٠ سنة؟

- أ- الرشد. ب- الطفولة. ج- النضج. د- المراهقة.

١٠- أي المراحل العمرية يتم فيها الاعتماد على النفس في تناول الطعام؟

- أ- الطفولة. ب- قبل المدرسة. ج- المدرسة. د- المراهقة.

١١- تبدأ الصفات الجنسية الثانوية بالظهور في:

- أ- الذكور قبل الإناث. ب- الإناث قبل الذكور. ج- الذكور نفس الإناث. د- الذي يأكل أكثر.

١٢- الإجراءات الواجب اتباعها في حال ظهور حب الشباب خلال مرحلة المراهقة:

- أ- تنظيف بشرة الوجه باستمرار. ب- تجنب عصر أو قلع الحبوب. ج- تناول الغذاء المتوازن. د- جميع ما ذكر صحيح.

١٣- من قواعد النظافة الواجب اتباعها في مرحلة المراهقة:			
أ- الاستحمام اليومي وتغيير الملابس.	ب- تنظيف الوجه وتقليم الاظافر وحلق الشعر.	ج- العناية بالأسنان والأماكن الحساسة.	د- جميع ما سبق.
١٤- جميع ما يلي من خصائص مرحلة المراهقة ما عدا:			
أ- تقع بين مرحلة الطفولة والرشد.	ب- تمتد بين سن ١٢ سنة إلى ٢٠ تقريباً.	ج- يكون النمو سريعاً وكذلك التغيرات الجسمية.	د- تحدث فقط للذكور دون الفتيات.
١٥- أهم التغيرات الجسمية التي تظهر في مرحلة المراهقة:			
أ- زيادة الطول.	ب- زيادة الوزن.	ج- ظهور الصفات الجنسية الثانوية الخاصة لكل جنس.	د- جميع ما سبق.
١٦- المرحلة العمرية التي تظهر فيها الصفات الجنسية الثانوية الخاصة لكلا الجنسين هي:			
أ- الطفولة.	ب- المراهقة.	ج- الأمان.	د- الشيخوخة.
١٧- الدعم النفسي المطلوب لتقديمه للمراهق الذي له شخصية انطوائية:			
أ- إشعاره بالأمن والطمأنينة وإشراكه في الأعمال الجماعية.	ب- خلق جو من الألفة مع المحيطين به داخل وخارج الأسرة.	ج- تنمية مواهبه الخاصة وتشجيعها.	د- كل ما سبق، وأشياء أخرى أيضاً.
١٨- جميع ما يلي من بنية الأسرة التي تؤثر في المراهق ما عدا:			
أ- تعليم الوالدين.	ب- فقد أحد الوالدين.	ج- النظام الصحي.	د- الطلاق.
السؤال الثاني: أكتب المفهوم العلمي الدال على كل عبارة:			
١- (.....) هو الزيادة في حجم وكتلة الكائن الحي، نتيجة لزيادة المادة الحية فيه.			
٢- (.....) تغيرات تمر بها الخلية لتنتج خليتين.			
٣- (.....) خلايا في القمم النامية في كل من الجذر والساق متخصصة بعملية الانقسام لنمو النبتة.			
٤- (.....) إحدى مراحل النمو، التي تقع بين مرحلتَي الطفولة والرشد، وتشمل السنوات التي تمتد من سن ١٢ سنة إلى ٢٠ سنة من العمر، ويكون النمو فيها سريعاً، وكذلك التغيرات الجسمية.			
السؤال الثالث: أكمل الفراغات بالكلمات المناسبة:			
١- الجزء المسئول عن عملية النمو هو ونسعى العملية التي تحدث لهذا الجزء، والتي تُسبب نموه بـ			
٢- يعود السبب في النمو في الكائنات الحية إلى و			
٣- مرحلة الطفولة ← مرحلة قبل المدرسة ← ← ← مرحلة الشيخوخة.			
٤- في كل مرحلة من المراحل العمرية المختلفة التي يمر بها الإنسان تظهر بعض التغيرات و			
٥- من التغيرات الجسمية الظاهرة على كل من الشباب والفتيات في فترة نموهم و			
٦- من التغيرات النفسية التي تظهر على المراهق و			
و و			
٧- تُصاحب التغيرات الجسمية في مرحلة المراهقة العديد من التغيرات التي تنعكس على شكل تصرفات و على المراهق، وهي تغيرات طبيعية.			

- ٨- بعضُ المراهقين يمرُّ بمرحلة المراهقة دون أن وبعضهم قد منها لفترة.
- ٩- تحدثُ أغلب التَّغْيِراتِ الجسمية والنفسية في مرحلة المراهقة نتيجة التَّغْيَرِ في إفرازاتِ
- ١٠- من النَّصائِحِ التي يُمكنُ أن أقدمها للمُراهق أن و
- و
- ١١- كي نُلبي حاجاتِ المُراهقِ الصَّحيَّة لا بدَّ أن و
- وكي نُلبي حاجته العقلية لا بدَّ أن و
- ١٢- لتعزيزِ العلاقة بين المُراهق والمُجتمع نقوم بـ و
- ١٣- من العواملِ المُحيطة بالمُراهق والتي تؤثر في سلوكه والقيم، والمُؤثَّراتِ والمُؤثَّراتِ الدَّاخِلِيَّة، والبيئة خارج
- والمصادر الحديثة كالإعلام.
- ١٤- من الحاجاتِ الضَّرورية للمُراهق، الحاجةُ إلى الحبِّ والأمان، والحاجةُ إلى و
- ١٥- من وسائلِ مُكافحة التَّدخين و

السُّؤال الرابع: أفسِّرْ ما يلي تفسيراً علمياً دقيقاً:

- ١- يختلفُ مفهومُ النُّموِّ عن مفهومِ التَّطوُّر. السَّبَبُ:
- ٢- اختلافُ سرعةِ النُّموِّ من شخصٍ إلى آخر. السَّبَبُ:
- ٣- يوجدُ تشابهٌ في بعضِ الموادِ الغذائيَّة الواجب التَّركيزُ عليها في عمرٍ ما قبلَ المدرسة وسنِّ الأمان. السَّبَبُ:
- ٤- بدءُ ظهورِ التَّغْيِراتِ الجنسيَّة الثانويَّة الخاصَّة وزيادة سرعةِ النُّموِّ والتَّغْيِراتِ الجسديَّة في مرحلة المراهقة. السَّبَبُ:
- ٥- زيادةُ سرعةِ النُّموِّ وسرعةُ التَّغْيِراتِ الجسديَّة في مرحلة المراهقة. السَّبَبُ:
- ٦- يختلفُ الشَّابُّ عن الفتاة في عاداته الغذائيَّة في سنِّ المراهقة. السَّبَبُ:
- ٧- تُعدُّ مرحلة المراهقة من أهمِّ المراحلِ العُمريَّة التي يمرُّ بها الإنسان. السَّبَبُ:
- ٨- يصاحبُ التَّغْيِراتِ الجسديَّة في مرحلة المراهقة الكثير من التَّغْيِراتِ النفسية الإيجابية أو السَّلبية. السَّبَبُ:
- ٩- حدوثُ سلوكِ التَّمرد والغضبِ لدى المُراهقين. السَّبَبُ:
- ١٠- أهميَّة دورِ الشَّبابِ في الأعمالِ التَّطوُّعية في بناءِ الوطن. السَّبَبُ:
- ١١- لجوءُ بعضِ المُراهقين للتَّدخين أو تعاطي المُخدَّرات. السَّبَبُ:
- ١٢- ميل بعضِ المُراهقين إلى سلوكِ الانطوائية. السَّبَبُ:

السُّؤال الخامس: أُنوِّقْ ما يحدثُ فيما لو:

- ١- بلغَ الإنسانُ مرحلة المراهقة. يحدثُ:
- ٢- لم يتم تلبية حاجاتِ المُراهق الاجتماعيَّة. يحدثُ:

السُّؤال السادس: أقرِّنْ بين ما يلي:

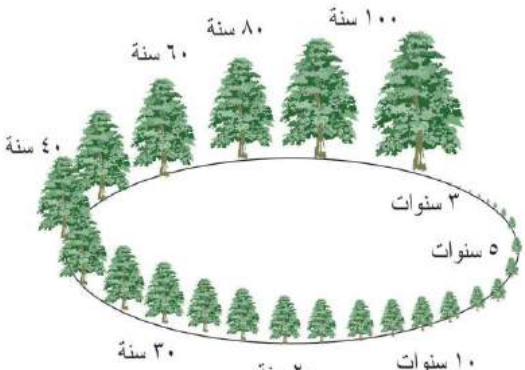
وجهُ المقارنة	التَّمرد	الاهتمامُ بالمظهرِ الخارجي	الرَّفَضُ والتَّحدي
العواملُ التي تؤدي لكلٍ منها			

المرحلة العمرية	مرحلة الطفولة	مرحلة قبل المدرسة	مرحلة المدرسة	مرحلة المراهقة	مرحلة الرشد	مرحلة الأمان	مرحلة الشيخوخة
الصورة وجه المقارنة							
التغيرات الجسمية المميزة.							

وجه المقارنة	الشباب	الفتاة
التغيرات الجسمية الظاهرة خلال النمو		
الصفات الجنسية الثانوية المميزة للمراهقة		
سرعة بدء ظهور الصفات الجنسية الثانوية		
سن توقف النمو		

السؤال السابع: أجب عن الأسئلة الآتية حسب المطلوب:

أ- تأمل الشكل المجاور، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

١- التغيرات التي حدثت على هذا النبات خلال فترة عمره و و ٢- يُقدَّر عمر هذه الشجرة حوالي سنة ٣- أسم الشجرة ٤- الشجرة هي (دائمة الخضرة - متساقطة الأوراق) يُسمى التغير الذي حصل للنبات خلال فترة عمره ب.....	
---	---

ب- أرتب المراحل العمرية الآتية تصاعدياً والتي يمرُّ فيها الإنسان:

مرحلة الأمان	مرحلة الطفولة	مرحلة المراهقة	مرحلة المدرسة	مرحلة الرشد	مرحلة الشيخوخة	مرحلة قبل المدرسة
()	()	()	()	()	()	()

ج- أسمى مراحل العمر الظاهرة في الصورة:

د- في أي مرحلة عمرية يكتسب فيها الشخص القدرات والمهارات التالية:

١-تحمل المسؤولية واتخاذ القرار (.....) ٢-الإعتماد على النفس في تناول الطعام. (.....)

٣-البدء بالحبو. (.....) ٤-وضع الأشياء أو الموضوعات في ترتيب متسلسل ومترابط. (.....)

هـ- اقترح المواد الغذائية الواجب التركيز عليها في المراحل العمرية الآتية:

١- المراهقة:

٢- سن الأمان:

٣- الشيخوخة:

و- تأمل الصور، ثم أكمل الجدول حسب المطلوب:

				وجه المقارنة
				ماذا توضح الصورة
				الدلالة
				السلوك الناتج عنها

ز- تأمل الصور المجاورة، والتي تعبّر عن سلوكات يقوم بها بعض المراهقين، ثم أكمل الجدول الآتي:

السلوك	اسم السلوك	رأيك في هذا السلوك	تأثيره على المراهق	تأثيره على المجتمع المحيط به	النصائح المقدمة لمن يفعله.
					
					

ح- "هناك حاجات ضرورية للمراهق والتي يجب معرفتها، ليسهل التعامل معه وإرشاده وتوجيهه"، أكملها في المخطط التالي:



ط-قامت مجموعة من شباب إحدى قرى محافظة الخليل، بحملة تحت عنوان «بلادنا نظيفة» على صفحة التواصل الاجتماعي، اقترح على هذه المجموعة إجراءات لمساعدتهم في تحقيق أهداف حملتهم.

١- ٢- ٣-

ي-لاحظت مُعَلِّمَةُ العلوم لِلصَّفِّ السَّابِع، أن "هالة" أصبحت انطوائِيَّةً، لا تقومُ بواجباتها المدرسيَّة كعادتها، ما النصائح التي تُقدِّمها لكلِّ من "هالة"، ومُعَلِّمَتها، ووالديها، لإنقاذ هالة من هذه الحالة؟

أنصحُ هالة أن:	
أنصحُ معلمتها أن:	
أنصحُ والديها أن:	

الدَّرْسُ الثَّالِثُ: النُّمُو.

الإجابات

السُّؤال

الأول	أ-١	د-٢	ب-٣	د-٤	ب-٥	ج-٦	ج-٧	ج-٨	د-٩
	ب-١٠	ب-١١	د-١٢	د-١٣	د-١٤	ب-١٥	د-١٦	د-١٧	ج-١٨
الثاني	١-النُّمو			٢-الانقسامُ الخلوي.			٣-الخلايا المُولَّدة.		٤-المُراهقة.
الثالث	١-الخليةُ/الانقسامُ الخلوي.			٢-الانقسامُ الخلوي/كبر حجم الخلية.		٣-مرحلةُ المدرسة/مرحلةُ المُراهقة/مرحلةُ الرُّشد/مرحلةُ الأمان.		٤-الجسديةُ/النفسيةُ/الاجتماعيةُ.	
								٥-زيادة الطُّول/زيادة الكتلة	

٧- التَّمَرُّدُ/الرَّفْضُ والتَّحدي /الاهتمامُ بالمظهرِ الخارجي/ الانطوائية/الغضبُ الشديدُ.	٨-النَّفْسِيَّةُ/ إيجابية/ سلبية	٩-يشعرُ/ يضطربُ(يتأثّرُ) (اللاقنويّة)	١٠-الغُدُّ الصَّمَاءُ (اللاقنويّة)	١١-ممارسةُ الرياضة/ممارسةُ هواياته/يستحم يومياً																																
١٢- التَّثْقِيفُ الصِّحِّي/توفيرُ أدواتِ النظافةِ الشَّخصيّةِ. يُعطى حريّة التعبير/تزويدهُ بالحقائقِ المعرفيةِ.	١٣- إشراكهُ بالأعمالِ التَّطوعية/ قبولُ أفكاره	١٤- بُنيّةُ الاسرة/ الخارجيّة/العائلةِ.	١٥- الاحترامُ/ إثباتُ الدَّاتِ.	١٦- الإعلامُ / المجلاتُ والنَّشراتُ التوعويّةِ.																																
١- لأنَّ النمو يعني الزَّيادةَ في حجم وكتلةِ الكائنِ الحي، أما التَّطَوُّرُ هو اكتمالُ تكوُّنِ أعضاء وأجهزة جسم الكائنِ الحي ووظائفها. ٢- لاختلافِ مرحلةِ النِّمُو بينَ شخصٍ وآخر. ٣- لأنهما يحتاجانِ لأغذية الوقاية، فالطفلُ ما قبل المدرسة يحتاج لغذاء يطورُ عقله لمرحلةِ المدرسة، ومن في مرحلةِ الأمان، يحتاجُ لهذه الأغذية أيضاً ولكن لكي يُحافظَ على نضجهِ العقلي والجسمي من التدهور. ٤- نتيجةً لزيادةِ النَّشَاطِ الهرموني الزائدِ في الجسمِ. ٥- لأنَّ الشَّابَّ يبذلُ مجهوداً أكبرَ كالرياضة فيحتاجُ إلى أغذية الطاقة والبناء للعضلات، أما الفتاة تميلُ إلى الهدوء فيقلُّ تناولها للبروتينات وتهتم بأغذية الوقاية الصِّحية للمحافظة على جسدها. ٦- لأنها مرحلةُ تحوُّلٍ من الطفولةِ إلى الرُّشدِ فتزدُ فيها إفرازات الهرمونات مما يؤدي إلى تغير سريع في الجسم وبالتالي السُّلُوك ٧- نتيجةً للتَّغْيِيرِ الذي يحدثُ في إفرازِ الغُدِّ الصَّمَاء (اللاقنويّة). ٨- لعدمُ تقبلِ المجتمعِ وفهمه للتغيراتِ التي تحدثُ لهم، فيشعرون بالخجلِ والإحراجِ من ذلك وينسحبونَ من المجتمع. ٩- لشعور المراهقِ بعدمِ اهتمامِ والديه، وعدمِ تلبية حاجته للاحترام وإثباتِ الدَّاتِ. ١٠- لأنهم يمتلكون طاقات هائلة ويحتاجون لإثباتِ الذاتِ والشُّعُورِ بالتأثير والقبول من المجتمع. ١١- لوجودِ إهمالٍ لحاجاتهم النفسية والبدنية والعاطفيّة.																																				
١-زيادةُ النَّشَاطِ الهرموني وسرعةِ النمو وحدوثُ تَغْيِيرَاتٍ جسدية جنسية ثانوية. ٢-يميلُ إلى الانعزال والانطوائية.																																				
<table><tr><td>وجهُ المقارنة</td><td>التَّمَرُّدُ</td><td>الاهتمامُ بالمظهرِ الخارجي</td><td>الرَّفْضُ والتَّحدي</td></tr><tr><td>العواملُ التي تؤدي لكلٍ منها</td><td>عدمُ تلبية حاجته لإثباتِ الدَّاتِ</td><td>السُّخْريّةُ من أفعاله وعدمُ الثِّقة فيه.</td><td>عدمِ اهتمامِ والديه والتَّسلُّطِ على المراهق</td></tr></table>					وجهُ المقارنة	التَّمَرُّدُ	الاهتمامُ بالمظهرِ الخارجي	الرَّفْضُ والتَّحدي	العواملُ التي تؤدي لكلٍ منها	عدمُ تلبية حاجته لإثباتِ الدَّاتِ	السُّخْريّةُ من أفعاله وعدمُ الثِّقة فيه.	عدمِ اهتمامِ والديه والتَّسلُّطِ على المراهق																								
وجهُ المقارنة	التَّمَرُّدُ	الاهتمامُ بالمظهرِ الخارجي	الرَّفْضُ والتَّحدي																																	
العواملُ التي تؤدي لكلٍ منها	عدمُ تلبية حاجته لإثباتِ الدَّاتِ	السُّخْريّةُ من أفعاله وعدمُ الثِّقة فيه.	عدمِ اهتمامِ والديه والتَّسلُّطِ على المراهق																																	
<table><tr><td>المرحلةُ العمريةُ</td><td>مرحلةُ الطُّفولةِ</td><td>مرحلةُ قبلِ المدرسةِ</td><td>مرحلةُ المدرسةِ</td><td>مرحلةُ المراهقةِ</td><td>مرحلةُ الرُّشدِ</td><td>مرحلةُ الأمانِ</td><td>مرحلةُ الشَّيْخوخَةِ</td></tr><tr><td>الصُّورةُ</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>وجهُ المُقارنةِ</td><td>ظهورُ الأسنان</td><td>المشي</td><td>زيادةُ الطولِ</td><td>سرعةُ النمو</td><td>توقفُ النمو</td><td>شيبُ الرأسِ</td><td>تجعُّدُ الجلدِ</td></tr><tr><td>التَّغْيِيرَاتُ الجِسميّةُ المميّزة.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					المرحلةُ العمريةُ	مرحلةُ الطُّفولةِ	مرحلةُ قبلِ المدرسةِ	مرحلةُ المدرسةِ	مرحلةُ المراهقةِ	مرحلةُ الرُّشدِ	مرحلةُ الأمانِ	مرحلةُ الشَّيْخوخَةِ	الصُّورةُ								وجهُ المُقارنةِ	ظهورُ الأسنان	المشي	زيادةُ الطولِ	سرعةُ النمو	توقفُ النمو	شيبُ الرأسِ	تجعُّدُ الجلدِ	التَّغْيِيرَاتُ الجِسميّةُ المميّزة.							
المرحلةُ العمريةُ	مرحلةُ الطُّفولةِ	مرحلةُ قبلِ المدرسةِ	مرحلةُ المدرسةِ	مرحلةُ المراهقةِ	مرحلةُ الرُّشدِ	مرحلةُ الأمانِ	مرحلةُ الشَّيْخوخَةِ																													
الصُّورةُ																																				
وجهُ المُقارنةِ	ظهورُ الأسنان	المشي	زيادةُ الطولِ	سرعةُ النمو	توقفُ النمو	شيبُ الرأسِ	تجعُّدُ الجلدِ																													
التَّغْيِيرَاتُ الجِسميّةُ المميّزة.																																				

وجه المقارنة	الشباب	الفتاة
التغيرات الجسمية الظاهرة خلال النمو	الطول والوزن	الطول والوزن
الصفات الجنسية الثانوية المميزة للمراهقة	خشونة الصوت ونمو شعر الوجه	نعومة الصوت وبروز الثديين
سرعة بدء ظهور الصفات الجنسية الثانوية	سريعة	أوسع
سن توقف النمو	من ١٩ إلى ٢١	من ١٧ إلى ١٩

١- أ- الطول / الحجم / العمر ١٠-٢ ٣- السرو ٤- دائمة الخضرة

ب-

مرحلة الأمان	مرحلة الطفولة	مرحلة المراهقة	مرحلة المدرسة	مرحلة الرشد	مرحلة الشيخوخة	مرحلة قبل المدرسة
(٦)	(١)	(٤)	(٣)	(٥)	(٧)	(٢)

ج-

الرشد	الطفولة	المراهقة	الشيخوخة	قبل المدرسة	المدرسة	الأمان
١- الرشد	٢- قبل المدرسة	٣- الطفولة	٤- المدرسة			

د- ١- المراهقة: أغذية البناء والطاقة. ٢- سن الأمان: أغذية الوقاية. ٣- الشيخوخة: أغذية الوقاية والتقليل من أغذية الطاقة.

و-

وجه المقارنة	ماذا توضّح الصورة	الدلالة	السلوك الناتج عنها
	فتاة لا تساعد والدتها	التمرد	عدم طاعة الوالدين
	شاب يمشط شعره	الاهتمام بالمظهر الخارجي	الوقوف أمام المرأة
	شاب يرفض الدراسة	الرفض والتحدي	عدم طاعة الأوامر
	فتاة وحيدة تتخيل	الانطوائية	العزلة والانسحاب

ز-

السلوك	اسم السلوك	رأيك في هذا السلوك	تأثيره على المراهق	تأثيره على المجتمع المحيط به	النصائح المقدمة لمن يفعله.
	تمرد	لا يعجبني	يؤدي إلى أفعال سلبية عليه	كراهية المجتمع	احترام الآخرين
	صراخ وغضب	لا يعجبني	يضر نفسه	تضايق المجتمع	ممارسة الرياضة

ح-

١- عمل فريق يهتم بنشاط الحي.

٢- كتابة بوسترات (لوحات) إرشادية وتوعوية للناس.

٣- إنشاء صفحة إلكترونية على مواقع التواصل الاجتماعي، تدعو للمحافظة على النظافة.

حاجات المراهق

حاجات صحية

حاجات بدنية

حاجات عقلية

حاجات اجتماعية

حاجات عاطفية

حاجات انفعالية

ي-

أنصح هالة أن:	أن تهتم لمواهبها الشخصية، -المشاركة في الأنشطة الصفية التعاونية.
أنصح معلمتها أن:	-تثقيفها عن موضوع المراهقة. -عدم نقدها بشكل مستمر. -إشراكها بالأنشطة الصفية بالمدرسة.
أنصح والديها أن:	تقبل التغيرات الجسمية لديها. -تلبية الحاجة إلى الأمان. -تكليفها بمهام منزلية وتحميلها المسؤولية



لتحميل المزيد من موقع المكتبة الفلسطينية الشاملة

<http://www.sh-pal.com>

تابعنا على صفحة الفيس بوك: www.facebook.com/shamela.pal

تابعنا على قنوات التلجرام: www.sh-pal.com/p/blog-page_42.html

أقسام موقع المكتبة الفلسطينية الشاملة:

الصف الأول: www.sh-pal.com/p/blog-page_24.html

الصف الثاني: www.sh-pal.com/p/blog-page_46.html

الصف الثالث: www.sh-pal.com/p/blog-page_98.html

الصف الرابع: www.sh-pal.com/p/blog-page_72.html

الصف الخامس: www.sh-pal.com/p/blog-page_80.html

الصف السادس: www.sh-pal.com/p/blog-page_13.html

الصف السابع: www.sh-pal.com/p/blog-page_66.html

الصف الثامن: www.sh-pal.com/p/blog-page_35.html

الصف التاسع: www.sh-pal.com/p/blog-page_78.html

الصف العاشر: www.sh-pal.com/p/blog-page_11.html

الصف الحادي عشر: www.sh-pal.com/p/blog-page_37.html

الصف الثاني عشر: www.sh-pal.com/p/blog-page_33.html

ملازم للمتقدمين للوظائف: www.sh-pal.com/p/blog-page_89.html

شارك معنا: www.sh-pal.com/p/blog-page_40.html

اتصل بنا: www.sh-pal.com/p/blog-page_9.html