

الإذاعة المدرسية

ملف يحتوي على

60

إذاعة متنوعة المواضيع



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



عن الملف

هذا الملف يحتوي على مجموعة متميزة من الإذاعات المدرسية التي تتناول مواضيع متنوعة ومشوقة. تم تصميم المحتوى ليكون مناسباً لجميع المراحل الدراسية، حيث يمكن للطلاب والمعلمين الاستفادة منه في تعزيز المهارات اللغوية والإبداعية لدى الطلاب والطالبات

تشمل الإذاعات المدرسية في هذا الملف مواضيع تربوية تغطي مواضيع تتعلق بالتعليم وأهمية العلم، بالإضافة إلى نصائح للدراسة والتحصيل العلمي ومواضيع دينية تتضمن إذاعات تتحدث عن القيم الأخلاقية والدروس والمواضيع الوطنية وتبرز قيم الانتماء والولاء للوطن، والعديد من المواضيع الصحية والبيئية والثقافية

كل إذاعة تحتوي على ، فقرات رئيسية قصيرة، مما يجعلها سهلة الاستخدام ومناسبة للإلقاء في الطابور الصباحي أو الفعاليات المدرسية. كما تم مراعاة التنوع في الأسلوب واللغة، مما يتيح للطلاب التعبير عن أفكارهم بطريقة مبدعة وجذابة.

ملاحظة : هذا العمل أخذ منا الوقت والجهد فلا نحلل استخدامه إلا بحقه ولا نحلل نشره وتداوله



الفهرس

- 1 عام دراسي جديد
- 2 أهمية العلم
- 3 أهمية القراءة
- 4 الرياضة
- 5 العمل التطوعي
- 6 وسائل التواصل الاجتماعي
- 7 حسن الخلق
- 8 إدارة الوقت
- 9 التدخين
- 10 الثقة بالذات
- 11 الاستماع الجيد
- 12 حق الجار
- 13 احترام الكبير
- 14 الحفاظ على البيئة
- 15 الوقاية من الأمراض
- 16 الصلاة
- 17 السمعة
- 18 النجاح
- 19 تطوير الذات
- 20 التحصيل الدراسي
- 21 التكنولوجيا في حياتنا
- 22 التعلم الذاتي
- 23 صلة الرحم
- 24 التعامل مع الفضل
- 25 دور الشباب في المجتمع



الفهرس

26	الرفق
27	الانفلونزا الموسمية
28	النظافة
29	الماء
30	الصداقة
31	الابتكار والإبداع
32	الوطن
33	المعلم
34	المحافظة على الممتلكات العامة
35	المذاكرة الجيدة
36	التغذية السليمة
37	الأمراض المعدية
38	المحافظة على الأذكار اليومية
39	القرآن الكريم
40	النوم الجيد
41	الأدوية
42	العادات الصحية
43	عيادة المريض
44	الحرف اليدوية
45	المبادرة
46	الصحة النفسية
47	التعاون
48	أهمية القراءة
49	الأسرة
50	الموهبة



الفهرس

51	النظام
52	التوازن البيئي
53	طاعة ولي الأمر
54	اللغة العربية
55	الابتنامة
56	الكذب
57	مكافحة الفساد
58	الاختبارات النهائية
59	المذاكرة الجيدة
60	المحافظة على الكتب

المقدمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله الذي أنعم علينا بنعمة العلم والإيمان، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين أما بعد... مديرتنا الفاضلة المعلمون الأعزاء إخواننا الطلاب، السلام عليكم ورحمة الله وبركاته مرحباً بكم في إذاعتنا المدرسية لهذا اليوم والتي هي بعنوان وخير مانستهل به فقراتها آيات من الذكر الحكيم يتلوها على مسامعنا الطالب

والآن لننهل من معين السنة النبوية على صاحبها أزكى الصلاة وأتم التسليم والحديث الشريف مع الطالب

الحكمة ضالة المؤمن أنا وجدها فهو أحق بها فقرة الحكمة يقدمها لنا الطالب

والآن لنا موعد مع كلمة الصباح يلقيها علينا الطالب.....

والآن مع فقرة هل تعلم يقدمها لنا الطالب

وختاماً، نسأل الله أن يوفقنا جميعاً في دروب العلم وأن ينير بصائرنا. لنختتم إذاعتنا بهذا الدعاء مع الطالب

اللهم اجعلنا من الذين يستمعون القول فيتبعون أحسنه، اللهم بارك لنا في علمنا، ووفقنا لما تحب وترضى. شكراً لكم على حسن استماعكم، ونتمنى لكم يوماً موفقاً حافلاً بالجد والنشاط كان معك في التقديم الطالب
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

المقدمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله الذي أنعم علينا بنعمة العلم والإيمان، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين أما بعد...مديرتنا الفاضلة معلماتنا العزيزات أخواتنا الطالبات، السلام عليكم ورحمة الله وبركاته مرحباً بكم في إذاعتنا المدرسية لهذا اليوم والتي هي بعنوان وخير مانستهل به فقراتها آيات من الذكر الحكيم تتلوها على مسامعنا الطالبة

والآن لننهل من معين السنة النبوية على صاحبها أزكى الصلاة وأتم التسليم والحديث الشريف مع الطالبة

الحكمة ضالة المؤمن أنا وجدها فهو أحق بها فقرة الحكم تقدمها لنا الطالبة

والآن لنا موعد مع كلمة الصباح تقدمها الطالبة.....

والآن مع فقرة هل تعلم تقدمها لنا الطالبة

وختاماً، نسأل الله أن يوفقنا جميعاً في دروب العلم وأن ينير بصائرنا. لنختتم إذاعتنا بهذا الدعاء مع الطالبة

اللهم اجعلنا من الذين يستمعون القول فيتبعون أحسنه، اللهم وبارك لنا في علمنا، ووفقنا لما تحب وترضى. شكراً لكم على حسن استماعكم، ونتمنى لكم يوماً موفقاً حافلاً بالجد والنشاط كان معك في التقديم الطالبة والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته



عام دراسي جديد

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة"

الحكمة

العلم نور والجهل ظلام
وقيل قديماً العلم في الصغر كالنقش على الحجر

كلمة الصباح

بداية العام الدراسي هي فرصة جديدة للتعلم والنمو، حيث يتجدد الأمل والطموح لدى الطلاب والمعلمين على حد سواء. إنها لحظة للتخطيط والتفكير في الأهداف، وبداية جديدة لتحقيق الأحلام. دعونا نستقبل هذا العام بحماس وإيجابية، ونسعى

هل تعلم

هل تعلم أن أول من كتب بالقلم هو نبي الله إدریس علیه السلام؟
هل تعلم أن العلم لا ينتهي عند مرحلة معينة، بل هو رحلة مستمرة تتطلب منا المثابرة والاجتهاد؟
هل تعلم أن القراءة يمكن أن توسع آفاقك وتفتح لك أبواباً جديدة من المعرفة؟

الدعاء

اللهم اجعل هذا العام عاماً دراسياً مليئاً بالنجاح والتفوق. واجعله فرصة لتحقيق أحلامنا وطموحاتنا



أهمية الرياضة.

الحديث الشريف

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ

الحكمة

العقل السليم في الجسم السليم

الرياضة تعلمنا كيف ننهض بعد كل سقوط

كلمة الصباح

تعتبر الرياضة أحد أهم الأنشطة التي يمكن أن يمارسها الإنسان، فهي ليست مجرد وسيلة للترفيه، بل هي أسلوب حياة متكامل يعزز الصحة البدنية والعقلية. تساعدنا الرياضة على تحسين لياقتنا البدنية، وتزيد من قدرتنا على التحمل، كما أنها تساهم في تقوية الجهاز المناعي. بالإضافة إلى ذلك، فإن ممارسة الرياضة تساهم في تقليل التوتر والقلق، مما يؤدي إلى تحسين المزاج وزيادة الإنتاجية. الرياضة أيضا تعزز من روح التعاون والعمل الجماعي. من خلال المشاركة في الأنشطة الرياضية، نتعلم كيف نعمل معًا كفريق، ونبني علاقات صداقة قوية.

هل تعلم

- أن ممارسة الرياضة بانتظام تساعد في تقوية القلب والرئتين، وتحسين الدورة الدموية، وزيادة القدرة على التحمل
- أن الرياضة تعزز من العلاقات بين الأفراد، سواء من خلال الفرق أو الأنشطة الجماعية
- لرياضة تساعد في تقليل التوتر والقلق، وتحسين المزاج

الدعاء

اللَّهُمَّ عافنا في أبداننا، اللَّهُمَّ عافنا في أسماعنا، اللَّهُمَّ عافنا في أبصارنا، لا إله إلا أنت



العمل التطوعي

الحديث الشريف

قال رسول الله ﷺ أحب الناس إلى الله أنفعهم للناس، وأحب الأعمال إلى الله سرور تدخله على مسلم، أو تكشف عنه كربة، أو تقضي عنه ديناً، أو تطرد عنه جوعاً، ولأن أمشي مع أخي المسلم في حاجة أحب إلي من أن أعتكف في هذا المسجد شهراً

الحكمة

من لم يكن له خير في نفسه، لم يكن له خير في غيره. " هذه الحكمة تذكركم بأن العمل التطوعي يبدأ من داخلنا، وأنا يجب أن نكون قدوة حسنة للآخرين من خلال أعمالنا

كلمة الصباح

العمل التطوعي من أبرز مظاهر التعاون والتكافل في المجتمع. فهو يعكس روح العطاء والإيثار، حيث يقدم المتطوعون وقتهم وجهودهم لخدمة الآخرين دون انتظار أي مقابل مادي. سواء كان ذلك من خلال مساعدة الفقراء والمحتاجين، أو المشاركة في الأنشطة البيئية، أو تنظيم الفعاليات الثقافية، فإن العمل التطوعي يسهم في بناء مجتمع متماسك ومتراابط والعمل التطوعي لا يقتصر فقط على تقديم المساعدة للآخرين؛ بل هو أيضاً فرصة لتطوير المهارات الشخصية والاجتماعية. فمن خلال العمل مع الآخرين، نتعلم قيم التعاون، ونكتسب الخبرات

هل تعلم

هل تعلم أن العمل التطوعي يمكن أن يعزز من صحتك النفسية؟ فقد أظهرت الدراسات أن المتطوعين يشعرون بسعادة ورضا أكبر عن حياتهم.
هل تعلم أن هناك الكثير من الفرص التطوعية التي يمكن للطلاب المشاركة فيها، مثل تنظيم حملات تنظيف الشواطئ أو زيارة دور الأيتام، أو العمل في صيانة ممتلكات المدرسة؟

الدعاء

أصبحنا وأصبح الملك لله رب العالمين، اللهم إنا نسألك خير هذا اليوم، فتحه، ونصره، ونوره وبركته، وهدايه، ونعوذ بك من شر ما فيه وشر ما بعده



وسائل التواصل الاجتماعي.

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: أَتَدْرُونَ مَا الْغَيْبَةُ؟ قَالُوا: اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ. قَالَ: ذَكَرُكَ أَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ. قِيلَ: أَفَرَأَيْتَ إِنْ كَانَ فِي أَخِي مَا أَقُولُ؟ قَالَ: إِنْ كَانَ فِيهِ مَا تَقُولُ فَقَدْ اغْتَابْتَهُ، وَإِنْ لَمْ يَكُنْ فِيهِ مَا تَقُولُ فَقَدْ بَهْتَهُ

الحكمة

الكلمة التي تخرج من القلب، تصل إلى القلب. " هذه الحكمة" تذكرنا بأهمية الصدق والأصالة في تواصلنا عبر وسائل التواصل الاجتماعي. فليكن تواصلنا دائماً نابعاً من النية الطيبة

كلمة الصباح

وسائل التواصل الاجتماعي من أبرز الابتكارات في عصرنا الحديث، حيث غيرت طريقة تواصلنا وتفاعلنا مع الآخرين. تشمل هذه الوسائل منصات مثل فيسبوك، تويتر، إنستغرام، وتيك توك، وغيرها الكثير. تمكن هذه الوسائل الأفراد من التواصل مع الأصدقاء والعائلة، ومشاركة الأفكار، والتعبير عن الآراء. لكن، وعلى الرغم من الفوائد العديدة التي تقدمها وسائل التواصل الاجتماعي، إلا أنه يجب أن نكون واعين للتحديات والمخاطر التي قد تواجهنا. مثل الانعزال الاجتماعي، وتضليل المعلومات، والتنمر الإلكتروني. لذا، من المهم استخدام هذه الوسائل بشكل معتدل، وتحديد أوقات محددة للتفاعل معها

هل تعلم

هل تعلم أن عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي في العالم تجاوز 4.2 مليار مستخدم؟ وهذا يعني أن أكثر من نصف سكان العالم يستخدمون هذه الوسائل هل تعلم أن الأبحاث أظهرت أن الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي قد يؤثر سلباً على صحتك النفسية، مثل زيادة مستويات القلق والاكتئاب؟

الدعاء

يا حيّ يا قيّوم برحمتك نستغيث أصلح لنا شأننا كلّهُ ولا تكلنا إلى أنفسنا طرفة عين



حسن الخلق

الحديث الشريف

عن أبي الدرداء رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: مَا مِنْ شَيْءٍ أَثْقَلُ فِي مِيزَانِ الْمُؤْمِنِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ، وَإِنَّ اللَّهَ يُبْغِضُ الْفَاحِشَ الْبَذِي

الحكمة

إذا كان لديك حسن الخلق، فلا تحتاج إلى الكثير من الكلام لتؤثر في الآخرين. " هذه الحكمة تظهر أن الأفعال تتحدث بصوت أعلى من الكلمات، وأن حسن الخلق هو ما يبقى في قلوب الناس

كلمة الصباح

حسن الخلق من أبرز صفات الإنسان المسلم، وهو يشمل التعامل بلطف وأمانة واحترام مع الآخرين. وقد حثنا ديننا الحنيف على التحلي بمكارم الأخلاق، فقال الله تعالى في كتابه الكريم: (وإنك لعي خلق عظيم)
حسن الخلق لا يقتصر على التعامل مع الأهل والأصدقاء فقط، بل يمتد ليشمل كل من نلتقي بهم في حياتنا اليومية. فابتسامة لطيفة، وكلمة طيبة، ومساعدة للآخرين، كلها تعكس حسن الخلق. إن حسن الخلق يعزز العلاقات الاجتماعية ويساهم في بناء مجتمع متماسك. كما أنه يُعتبر من أسباب دخول الجنة، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (أحبكم إلى الله، وأقربكم مني يوم القيامة، أحسنكم خلقاً)

هل تعلم

هل تعلم أن حسن الخلق يُعتبر من أهم المعايير التي يُقيم بها الناس - بعضهم البعض؟ فالشخص الذي يتحلى بأخلاق رفيعة يُعتبر محبوباً ومقبولاً في المجتمع.
هل تعلم أن حسن الخلق يساهم في تقليل النزاعات والمشاكل بين الأفراد، ويعزز من روح التعاون والتسامح؟

الدعاء

اللهم اجعلنا من الذين يتحلون بأخلاق النبي محمد صلى الله عليه وسلم، واغفر لنا ذنوبنا، ووفقنا للقيام بالأعمال الصالحة. آمين



إدارة الوقت

الحديث الشريف

قال النبي ﷺ: نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة، والفراغ

الحكمة

"الوقت هو الحياة، فإذا ضيعت وقتك، فقد ضيعت حياتك

كلمة الصباح

إدارة الوقت هي فن وعلم يهدف إلى تنظيم واستثمار الوقت بشكل فعال لتحقيق الأهداف والنجاح في مختلف مجالات الحياة. إن الوقت هو أثمن ما يملك الإنسان، فهو ينقضي ولا يمكن استرجاعه، لذا فإن إدارة الوقت بشكل جيد تعكس مدى احترامنا لأنفسنا وللآخرين

الشخص الناجح هو من يعرف كيف يخصص وقته لكل عمل، سواء كان دراسياً أو مهنيًا أو اجتماعيًا. يُقال إن "الوقت كالسيف، إن لم تقطعه قطعك"، وهذا يعني أنه يجب علينا استغلال الوقت بحكمة قبل أن يمر دون فائدة

هل تعلم

هل تعلم أن الأشخاص الذين يُحسنون إدارة وقتهم يكونون أكثر إنتاجية وكفاءة في أعمالهم؟
هل تعلم أن التخطيط الجيد لليوم التالي قبل النوم يمكن أن يُساعدك على تحقيق المزيد من الإنجازات في اليوم التالي؟
هل تعلم أن هناك طرقًا متعددة لإدارة الوقت مثل قائمة المهام، وتحديد الأولويات باستخدام مصفوفة أيزنهاور؟

الدعاء

اللهم ارزقنا الحكمة في استغلال أوقاتنا، واغفر لنا تقصيرنا واجعل أعمالنا خالصة لوجهك الكريم



التدخين

الحديث الشريف

قال النبي ﷺ: لا ضرر ولا ضرار

الحكمة

التدخين جريمة ضد النفس، فاحذر أن تكون مجرمًا في حق نفسك

كلمة الصباح

التدخين هو عادة سلبية ضارة بالصحة، وقد أصبح من أبرز المشكلات الصحية التي تواجه المجتمعات في عصرنا الحديث. تحتوي السجائر على العديد من المواد الكيميائية السامة، والتي تؤدي إلى العديد من الأمراض مثل السرطان وأمراض القلب وأمراض الجهاز التنفسي. لا يقتصر تأثير التدخين على المدخنين فقط، بل يمتد ليشمل الأشخاص من حولهم من غير المدخنين، خاصة الأطفال والمراهقين. تعتبر البيئة المحيطة بالمدخنين عرضة للتدخين السلبي، الذي يعد أيضًا خطرًا على الصحة. إن مكافحة التدخين تتطلب وعيًا مجتمعيًا، وتوفير المعلومات اللازمة حول مضار هذه العادة، بالإضافة إلى الدعم النفسي والاجتماعي لمساعدة المدخنين على الإقلاع عن هذه العادة القاتلة.

هل تعلم

هل تعلم أن التدخين يسبب وفاة أكثر من 8 ملايين شخص سنويًا - حول العالم؟
هل تعلم أن الإقلاع عن التدخين يمكن أن يحسن الصحة العامة ويزيد من متوسط العمر المتوقع بشكل كبير؟

الدعاء

اللهم أصلح لنا ديننا الذي هو عصمة أمرنا، وأصلح لنا دنيانا التي فيها معاشنا، وأصلح لنا آخرتنا التي فيها معانا، واجعل الحياة زيادة لنا في كل خير، واجعل الموت راحة لنا من كل شر



الثقة بالذات

الحديث الشريف

قال النبي ﷺ: (أحب الأعمال إلى الله أدومها وإن قل)

الحكمة

الثقة بالذات هي أول سر من أسرار النجاح

كلمة الصباح

الثقة بالذات هي الإيمان بقدراتنا ومهاراتنا، وهي المفتاح لتحقيق النجاح في جميع مجالات الحياة. عندما نثق بأنفسنا، نكون أكثر قدرة على مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف. الثقة بالنفس ليست مجرد شعور، بل هي حالة ذهنية تتطلب منا العمل المستمر على تطوير أنفسنا وتعلم مهارات جديدة.

إن الشخص الواثق من ذاته يتقبل النقد برحابة صدر، ويعتبره فرصة للتعلم والنمو. كما أنه لا يخاف من الفشل، بل ينظر إليه كخطوة في طريق النجاح. الثقة بالنفس تعزز من قدرتنا على التواصل مع الآخرين، وتساعدنا في بناء علاقات صحية وإيجابية.

هل تعلم

هل تعلم أن تحسين الثقة بالذات يتطلب ممارسة مستمرة، مثل تحديد الأهداف الصغيرة وتحقيقها، مما يعزز الشعور بالإنجاز؟ هل تعلم أن الأشخاص الذين يتمتعون بثقة عالية بالنفس يميلون إلى تحقيق أهدافهم بشكل أفضل من الآخرين؟

الدعاء

اللهم امنحنا العزيمة لتحقيق أهدافنا وبلوغ أحلامنا



الأمانة

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا يدخل الجنة من لا يأمن جاره بوائقه"

الحكمة

"الأمانة تثمر الثقة، والثقة تثمر المحبة"

كلمة الصباح

الأمانة تعني الصدق والوفاء بالعهد، وهي ليست مجرد كلمات نرددها بل هي سلوك نعيشه في كل لحظة. الأمانة ليست فقط في التعاملات المالية، بل تشمل الأمانة في العلم، الأمانة في العلاقات الاجتماعية، وأمانة الوقت. فالمؤمن الحق هو الذي يلتزم بالأمانة في كل جوانب حياته، ويكون قدوة حسنة للآخرين. إن الأمانة تعزز الثقة بين الناس وتساهم في بناء مجتمع متماسك يسوده التعاون والمحبة

هل تعلم

هل تعلم أن الأمانة كانت من صفات النبي محمد صلى الله عليه وسلم قبل أن يُبعث، حتى لقب بـ "الأمين"؟ كان أهل مكة يودعون أماناتهم عنده لأنه كان معروفًا بصدقه وأمانته، وهذا يوضح لنا أهمية الأمانة في بناء سمعة الإنسان ومكانته في المجتمع

الدعاء

اللهم إِنَّا نَسْأَلُكَ الْهُدَى، وَالتَّقَى، وَالْعَفَافَ، وَالْغِنَى



الاستماع الجيد

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: ((إذا قلت للناس: أنصتوا وهم يتكلمون، فقد أُلغيت على نفسك))

الحكمة

قال أحد الحكماء: "الاستماع الجيد نصف الحديث

كلمة الصباح

أيها الزملاء، إن الاستماع الجيد لا يعني فقط سماع الكلمات، بل يعني فهم المعاني والمشاعر التي تحملها هذه الكلمات. عندما نستمع جيداً، نعبر عن احترامنا للمتحدث ونظهر له أننا نهتم برأيه. الاستماع الجيد يعزز من قدرتنا على التعلم، ويساعدنا على حل المشكلات وفهم وجهات نظر الآخرين. لذا يجب علينا أن نتجنب التشتيت وأن نركز على المتحدث، سواء كان معلماً أو صديقاً أو أي شخص آخر.

هل تعلم

هل تعلم أن الاستماع الجيد يُعتبر مهارة يمكن تطويرها؟ فهناك تقنيات مثل التركيز على المتحدث، وتضادي المقاطعة، وإعادة صياغة ما يُقال، تساعدنا في تحسين مهارات الاستماع لدينا. كما أن الأشخاص الذين يستمعون جيداً يميلون إلى بناء علاقات اجتماعية أكثر نجاحاً ويكون لديهم قدرة أعلى على حل النزاعات.

الدعاء

اللهم إنا نعوذُ بك من عذاب جهنم، ونعوذُ بك من عذاب القبر، ونعوذُ بك من فتنة المسيح الدجال، ونعوذُ بك من فتنة المحيا والممات



حق الجار

الحديث الشريف

عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه" (رواه البخاري ومسلم)

الحكمة

الجار كالأخ ، إن لم يكن من النسب فهو من الجوار

كلمة الصباح

للجار حقوق علينا وواجبات تجاهه. لقد حث الإسلام على حسن الجوار، وجعل العناية بالجار من مظاهر الأخلاق الحميدة. فالجار هو أقرب الناس إلينا في المسكن ، وعلينا أن نتعامل معه بمحبة واحترام، وأن نكون عوناً له في السراء والضراء
إن حسن الجوار يساهم في بناء مجتمع متماسك، حيث يشعر كل فرد بالأمان والدعم من الآخرين. لذا، يجب علينا أن نكون دائماً مستعدين لمساعدة جارتنا، سواء كان ذلك بتقديم العون في الأوقات الصعبة أو بتهنئته في المناسبات السعيدة. أو بتفقد أحواله والسؤال عنه

هل تعلم

هل تعلم أن حقوق الجار تشمل العديد من الأمور؟ من بينها: السلام عليه، مساعدته في الحاجة، عدم إيذائه، وإكرامه. كما أن الجار له حق في أن نحافظ على راحته، فلا نرفع أصواتنا ولا نزعج جيراننا

الدعاء

اللهم في هذا الصباح سخر لنا من حظوظ الدنيا ما تعلم أنه خير لنا، اللهم قلوبنا بين يديك فارزقها الثبات والراحة. اللهم اجعل لنا من أمرنا فرجا، ومن كل ضيق مخرجاً، وارزقنا من حيث لا نحسب



احترام الكبير

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ليس منا من لم يرحم صغيرنا ، ويوقر كبيرنا)

الحكمة

من لم يُحترم كبيره، لم يُحترم صغيره

كلمة الصباح

إن احترام الكبير ليس مجرد واجب اجتماعي، بل هو سلوك يعبر عن تقديرنا للخبرة والحكمة. الكبار هم من قدموا لنا الكثير، هم آباؤنا وأجدادنا ومعلمونا. يجب علينا أن نتعلم منهم، وأن نحترم آرائهم وتجاربهم. فالاحترام يجلب الألفة والمحبة بين الأجيال، ويعزز من قيم التعاون والتفاهم، وعندما نظهر الاحترام للكبار، نحن نظهر أيضًا تقديرًا لجهودهم وتضحياتهم من أجلنا. إنهم يستحقون منا كل التقدير، سواء كانوا من أفراد عائلتنا أو معلمينا أو حتى جيراننا
لذا، دعونا نتعهد بأن نتحلى بأخلاق الاحترام، وأن نكون قدوة حسنة في تعاملنا مع الكبار

هل تعلم

هل تعلم أن احترام الكبير يعود بالنفع على الفرد والمجتمع؟ فهو يساعد في بناء علاقات قوية ويعزز من روح الاحترام المتبادل بين الأفراد. كما أن الكبار في العائلة هم مصدر الحكمة والتوجيه، لذا فإن الاستماع إليهم واحترام آرائهم يعزز من تطورنا

الدعاء

اللهم آت نفوسنا تقواها وزكها أنت خير من زكاها، وأنت وليها ومولاها



الحفاظ على البيئة

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا قامت الساعة وفي يد أحدكم فسيلة، فإن استطاع أن لا يقوم حتى يغرسها، فليغرسها". (رواه أحمد).

الحكمة

الأرض ليست ميراثاً من آباءنا ولكن أمانة في أعناقنا

كلمة الصباح

الحفاظ على البيئة هو مسؤولية جماعية. يجب علينا جميعاً أن نكون حراساً لهذه الأرض التي نعيش عليها. من خلال تقليل النفايات، وإعادة التدوير، وزراعة الأشجار، يمكننا أن نساهم في الحفاظ على بيئتنا. إن كل فعل صغير نقوم به يمكن أن يحدث فرقاً كبيراً. لنكن واعين لأهمية الحفاظ على الماء والطاقة، ولنحرص على استخدام الموارد الطبيعية بحكمة تواجه بيئتنا اليوم تحديات كبيرة، مثل التلوث، وارتفاع درجات الحرارة، وانقراض العديد من الكائنات الحية. جميع هذه القضايا تتطلب منا وعياً وتعاوناً جادين. إن كل خطوة نقوم بها لحماية البيئة تُعتبر استثماراً في مستقبلنا ومستقبل الأجيال القادمة

هل تعلم

هل تعلم أن 90% من النفايات التي ننتجها يمكن إعادة تدويرها؟ إعادة التدوير تساعد في تقليل التلوث وتوفير الطاقة. كما أن زراعة شجرة واحدة يمكن أن تنتج الأكسجين الكافي لثلاثة أشخاص. لذا، دعونا نبدأ بتغيير عاداتنا ونساهم في حماية بيئتنا.

الدعاء

اللهم إنا نسألك باسمك العظيم الأعظم، الذي إذا دُعيت به أجبت، وإذا سُئلت به أعطيت، وبأسمائك الحُسنَى كلها ما علمنا منها، وما لم نعلم، أن تستجيب لنا دعواتنا، وتحقق رغباتنا، وتقضي حوائجنا



الوقاية من الأمراض

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا صفر، وفر من المجذوم كما تفر من الأسد"

الحكمة

درهم وقاية خير من قنطار علاج

كلمة الصباح

الوقاية من الأمراض تبدأ من العادات اليومية التي نتبعها. فمن المهم أن نتبع نظاماً غذائياً صحياً، ونمارس الرياضة بانتظام، ونحرص على النظافة الشخصية. غسل اليدين بانتظام، وتجنب الأماكن المزدحمة، والحصول على اللقاحات اللازمة كلها خطوات تساعد في حماية أنفسنا ومجتمعنا من الأمراض. ولا ننسى أيضاً أهمية الفحص الطبي الدوري، فالكشف المبكر يمكن أن ينقذ حياة الكثيرين. وعلينا أن نتذكر أن المعلومات الصحيحة تلعب دوراً كبيراً في تعزيز وعينا الصحي فل نحرص على أخذها من المصادر الموثوقة

هل تعلم

هل تعلم أن 80% من الأمراض يمكن الوقاية منها من خلال نمط حياة صحي؟
هل تعلم أن غسل اليدين بالماء والصابون لمدة 20 ثانية يمكن أن يقلل من انتشار الأمراض المعدية؟

الدعاء

اللهم عافنا في أيداننا، اللهم عافنا في أسماعنا، اللهم عافنا في أبصارنا، لا إله إلا أنت



الصلاة

الحديث الشريف

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: إِرَأَيْتُمْ لَوْ أَنَّ نَهْرًا بِبَابِ أَحَدِكُمْ يَغْتَسِلُ مِنْهُ كُلَّ يَوْمٍ خَمْسَ مَرَّاتٍ، هَلْ يَبْقَى مِنْ دَرْنِهِ شَيْءٌ؟ قَالُوا: لَا يَبْقَى مِنْ دَرْنِهِ شَيْءٌ، قَالَ: فَذَلِكَ مَثَلُ الصَّلَوَاتِ الْخَمْسِ، يَمْحُو اللَّهُ بِهِنَ الْخَطَايَا مَتَّفِقٌ عَلَيْهِ.

الحكمة

"*الصلاة نور، وتركها ظلمة"
هذه الحكمة تُظهر لنا كيف أن الصلاة تمنح حياتنا إشراقاً وتوجيهاً، بينما الابتعاد عنها يؤدي إلى ظلام الروح والفكر.

كلمة الصباح

الصلاة هي الركن الثاني من أركان الإسلام، وهي واجبة على كل مسلم بالغ عاقل. تعزز الصلاة من الروابط الروحية بين العبد وربّه، كما أنها تمنحنا الفرصة للتأمل والتفكير في نعم الله علينا.
الصلاة ليست مجرد حركات وأقوال، بل هي عبادة يشعر المسلم معها .
بالسلام الداخلي والراحة النفسية. كما أن للصلاة فوائد صحية عديدة، حيث تساهم في تقليل التوتر والقلق، وتساعد على تحسين التركيز والذاكرة.
الصلاة هي صلة بين العبد وربّه، وهي الوسيلة التي نعبر بها عن عبادتنا وخضوعنا لله عز وجل. قال الله تعالى في كتابه الكريم:
"*إن الصلاة كانت على المؤمنين كتاباً موقوتاً" (النساء: 103).
وهذا يدل على أهمية الصلاة ووجوب أدائها في أوقاتها المحددة.

هل تعلم

هل تعلم أن الصلاة تُعزز من صحة القلب، حيث إن الحركات *المتنوعة خلالها تساعد في تحسين الدورة الدموية؟

الدعاء

اللهم ارزقنا الهداية والإخلاص والإحسان والقبول والستر والعضو والعافية والتوبة والصدق وحسن الخاتمة والرزق الحلال الواسع والبركة، اللهم ارزقنا حبك ورضاكَ والأنس بك، اللهم اجعل القرآن ربيع قلوبنا والصلاة قرة أعيننا



السمنة

الحديث الشريف

قال: **ما ملأ ابنُ آدمَ وعاءَ شراً من بطنه حسبُ ابنِ آدمَ أَكَلَاتٌ يُقَمِّنُ صلبه فإن كان لا محالة فثَلثَ لَطْعَامه وثَلثَ لَشْرابه وثَلثَ لِنَفْسِه.**

الحكمة

التغذية السليمة مفتاح للحياة الصحية
والعقل السليم في الجسم السليم

كلمة الصباح

تعد السمنة واحدة من أبرز القضايا الصحية التي تواجه العالم اليوم. فهي ليست مجرد مشكلة جمالية، بل تعتبر حالة طبية معقدة تتعلق بتراكم الدهون في الجسم بشكل مفرط، مما قد يؤدي إلى آثار صحية خطيرة. وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، يُعتبر الشخص سميناً عندما يتجاوز مؤشر كتلة الجسم لديه **30**.
تتعدد الأسباب المؤدية إلى السمنة، ومن أبرزها العادات الغذائية السيئة وتناول الأطعمة الغنية بالسكريات والدهون المشبعة بشكل مفرط، بالإضافة إلى تناول الوجبات السريعة، يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن
كما أن قلة نشاط البدن في عصر التكنولوجيا، من مسببات السمنة أصبح الناس أكثر واعتماداً على الأجهزة الإلكترونية، مما أدى إلى تقليل مستويات النشاط البدني.

هل تعلم

هل تعلم أن السمنة تزيد من خطر الإصابة بأكثر من **50** مرضاً مختلفاً، بما في ذلك السكري من النوع الثاني وأمراض القلب والسكتة الدماغية؟
هل تعلم أن ممارسة الرياضة لمدة **30** دقيقة يومياً يمكن أن - تساعد في تقليل خطر الإصابة بالسمنة وتحسين الصحة العامة؟

الدعاء

اللهم إنا نعوذ برضاك من سخطك، وبعفوك من عقوبتك، ونعوذ بك منك لا نحصي ثناء عليك، أنت كما أثنيت على نفسك



النجاح

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه"

الحكمة

لا تقس نجاحك بماحققه الآخرون بل بماحققته أنت من إنجازات

كلمة الصباح

النجاح ليس مجرد الوصول إلى هدف معين، بل هو رحلة طويلة مليئة بالتحديات والتعلم. يقول الله تعالى في كتابه العزيز: (وَقُلْ أَعْمَلُوا فَمَا يَرْىَ اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ). هذه الآية تدعونا إلى العمل والاجتهاد، فكل جهد نبذله في سبيل تحقيق أهدافنا سوف يُحتسب لنا عند الله لكل منا تعريفه الخاص للنجاح، فقد يكون في التفوق الدراسي، أو في تحقيق أهداف مهنية، أو حتى في بناء علاقات اجتماعية قوية. الأهم هو أن نؤمن بأن النجاح ليس نهاية المطاف، بل هو بداية جديدة لمغامرات وتحديات أخرى لننتذكر دائماً أن النجاح يتحقق عندما نعمل بجِد، ونتوكل على الله، ونستمر في السعي لتحقيق أحلامنا. لنستغل كل لحظة ونسعى نحو التميز، لأن النجاح ينتظر من يسعى إليه

هل تعلم

هل تعلم أن النجاح يتطلب الصبر والمثابرة؟ فالكثير من الناجحين واجهوا العديد من الفشل قبل أن يصلوا إلى ما هم عليه الآن هل تعلم أن الأهداف الصغيرة التي نحققها يومياً تساهم في بناء - النجاح الكبير على المدى البعيد؟

الدعاء

أُصْبِحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ نَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَنْعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسْلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ نَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ فِي النَّارِ وَعَذَابِ فِي الْقَبْرِ



تطوير الذات

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه"

الحكمة

من لا يتقدم يتقادم ومن لا يسعى إلى تطوير ذاته يسبقه الآخرون

كلمة الصباح

تطوير الذات هو عملية مستمرة تهدف إلى تحسين القدرات والمهارات الشخصية لتحقيق أهداف الحياة. إنه يتعلق بالوعي الذاتي، حيث نحتاج إلى فهم نقاط قوتنا وضعفنا، واستغلال الفرص لتعلم شيء جديد كل يوم
يتطلب تطوير الذات الالتزام والجهد، فالتحديات التي نواجهها هي فرص للنمو والتغيير الإيجابي. من خلال القراءة، والتعلم من تجارب الآخرين، وتحديد الأهداف، يمكننا تعزيز ثقتنا بأنفسنا وتحقيق النجاح في مختلف جوانب حياتنا
تطوير الذات ليس مجرد تعلم مهارات جديدة، بل هو عملية شاملة تشمل تحسين الشخصية، تعزيز الثقة بالنفس، والقدرة على التعامل مع التحديات. يجب علينا أن نستثمر وقتنا في القراءة، والتعلم من تجارب الآخرين، وتحديد أهداف واضحة نسعى لتحقيقها. فكل خطوة نخطوها نحو تطوير أنفسنا تقربنا من النجاح

هل تعلم

هل تعلم أن تطوير الذات يمكن أن يساعدك في تحسين علاقاتك مع الآخرين؟ فعندما نكون أفضل نسخة من أنفسنا، نتمكن من التواصل بشكل أفضل وفهم الآخرين بشكل أعمق

الدعاء

أُصْبِحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ آبَائِنَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ



التحصيل الدراسي

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "طلب العلم فريضة على كل مسلم". (رواه ابن ماجه)

الحكمة

"العلم كالنور، يضيء دروب الحياة"

كلمة الصباح

التحصيل الدراسي هو أساس بناء مستقبل مشرق، فهو يعكس مدى اجتهاد الطالب وإصراره على تحقيق أهدافه الأكاديمية. التحصيل الدراسي ليس مجرد درجات أو شهادات، بل هو نتيجة للجهد المستمر والتفاني في التعلم يحتاج الطلاب إلى تحديد أهداف واضحة، وتنظيم الوقت بفعالية، والبحث عن المعرفة بشغف. كما أن الدعم من الأسرة والمعلمين يلعب دوراً كبيراً في تعزيز التحصيل الدراسي تذكر أن التعلم هو رحلة، وليس سباقاً، فكل خطوة تخطوها نحو المعرفة تساهم في تطوير شخصيتك وتفتح أمامك آفاقاً جديدة. لذا، استمتع بالتعلم، وكن دائم السعي نحو التحصيل والتميز

هل تعلم

هل تعلم أن التحصيل الدراسي الجيد يمكن أن يفتح لك أبواب الفرص في المستقبل؟ فكلما كنت متفوقاً في دراستك، زادت فرصك في الالتحاق بالجامعات المرموقة أو الحصول على وظائف مرموقة

الدعاء

اللَّهُمَّ إِنَّا أَصْبَحْنَا نَشْهَدُكَ، وَنَشْهَدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلَائِكَتَكَ، وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ



التكنولوجيا في حياتنا

الحديث الشريف

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «مثل الذي يذكر ربه والذي لا يذكره مثل الحي والميت»

الحكمة

التكنولوجيا ليست مجرد أدوات، بل هي وسيلة لتحقيق أحلامنا وطموحاتنا

كلمة الصباح

إن التكنولوجيا أصبحت جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، حيث تؤثر في جميع جوانب حياتنا، من التعليم إلى العمل والترفيه. نعيش في عصر المعلومات، حيث تتيح لنا التكنولوجيا الوصول إلى المعرفة بسهولة ويسر. ومع ذلك، يجب علينا استخدام هذه التكنولوجيا بحكمة، وعدم السماح لها بالتحكم في حياتنا. فالتوازن هو المفتاح! لنستفد من التكنولوجيا في تطوير مهاراتنا وتعزيز إبداعنا، مع مراعاة القيم والأخلاق وعدم إضاعة الوقت بالاستخدام المفرط لها

هل تعلم

هل تعلم أن أول جهاز كمبيوتر تم اختراعه في عام 1946 وكان بحجم غرفة صغيرة؟
هل تعلم أن عدد مستخدمي الإنترنت حول العالم يتجاوز 4.5 - مليار شخص؟

الدعاء

"اللهم آتنا في الدنيا حسنة، وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار"



التعلم الذاتي

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (من سلك طريقاً يلتمس فيه علماً سهل الله له به طريقاً إلى الجنة) رواه مسلم

الحكمة

تعلم ما لم تُتعلم، وكن ما لم تكن

كلمة الصباح

التعلم الذاتي هو عملية اكتساب المعرفة والمهارات بشكل فردي، دون الاعتماد على المعلم أو المؤسسة التعليمية بشكل كامل. إنه يشجع على الاستقلالية والاعتماد على الذات بالبحث عن المعلومة ويعزز من القدرة على التفكير النقدي وحل المشكلات
في عصر التكنولوجيا والمعلومات، أصبح التعلم الذاتي أكثر سهولة من أي وقت مضى. يمكننا الوصول إلى مصادر المعرفة عبر الإنترنت، مثل الدورات الإلكترونية، والفيديوهات التعليمية، والمقالات. إن التعلم الذاتي يمنحنا الحرية في اختيار ما نريد تعلمه، ويساعدنا على تطوير مهارات جديدة تتناسب مع اهتماماتنا وأهدافنا
من المهم أن ندرك أن التعلم الذاتي لا يقتصر فقط على المواد الدراسية، بل يمكن أن يمتد إلى مجالات متنوعة

هل تعلم

هل تعلم أن الأفراد الذين يمارسون التعلم الذاتي يتمتعون بقدرة أكبر على التكيف مع التغيرات السريعة في سوق العمل؟ كما أن التعلم الذاتي يساعد في تعزيز الثقة بالنفس ويحفز الإبداع في التفكير.

الدعاء

اللهم إنا نسألك حبك وحب من يحبك وحب كل عمل يقربنا إلى حبك،



التعامل مع الفشل

الحديث الشريف

عن معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنهما قال: سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول: (من يرد الله به خيراً يفقهه في الدين) رواه البخاري

الحكمة

الفشل هو ببساطة فرصة للبدء من جديد، هذه المرة بذكاء أكبر

كلمة الصباح

الفشل هو جزء لا يتجزأ من رحلة النجاح. قد نواجه العديد من التحديات والعقبات في حياتنا، وقد نشعر بالإحباط في بعض الأحيان عندما لا تسير الأمور كما خططنا. لكن من المهم أن ندرك أن الفشل ليس نهاية الطريق، بل هو درس يمكن أن يعلمنا الكثير. وعندما نفشل، يجب علينا أن نتقبل مشاعرنا وأن نتعلم منها. الفشل يمنحنا الفرصة لتقييم أنفسنا، ومعرفة نقاط ضعفنا، وكيف يمكننا تحسين أدائنا في المستقبل. بدلاً من أن ننظر إلى الفشل كعائق، يجب أن نراه كخطوة نحو النجاح. من المهم أيضاً أن نتذكر أن العديد من الناجحين في العالم قد واجهوا الفشل قبل أن يحققوا أهدافهم. فالأشخاص الذين يحققون النجاح هم أولئك الذين لا يستسلمون، بل يتعلمون من أخطائهم ويواصلون العمل بجد.

هل تعلم

هل تعلم أن توماس إديسون، المخترع الشهير، كان قد فشل أكثر من 1000 مرة قبل أن ينجح في اختراع المصباح الكهربائي؟ وعندما سُئل عن فشله، قال: "لم أفشل، بل وجدت 1000 طريقة لا تعمل"

الدعاء

اللهم إنا نسألك خير المسألة، وخير الدعاء، وخير النجاح، وخير العمل، وخير الثواب، وخير الحياة، وخير الممات، وثبتنا، وثقل موازيننا، وحقق إيماننا، وارفع درجاتنا، وتقبل صلاتنا، واغفر خطايانا، ونسألك الدرجات العلى من الجنة



صلة الرحم

الحديث الشريف

عن أنس رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: (من أحب أن يبسط له في رزقه، وينسأ له في أثره؛ فليصل رحمه) رواه البخاري ومسلم

الحكمة

صلة الرحم جسر من المحبة يربط بين القلوب

كلمة الصباح

صلة الرحم تعني الحفاظ على الروابط العائلية والتواصل مع الأقارب، سواء كانوا من الأجداد، أو الأعمام، أو العمات أو الأخوال أو الخالات، . وقد حثنا ديننا الحنيف على أهمية صلة الرحم، حيث أنها تعتبر من أعظم الأسباب التي تؤدي إلى رضا الله سبحانه وتعالى ومن أسباب إطالة العمر والبركة في الرزق. إن صلة الرحم لا تقتصر فقط على الزيارات العائلية، بل تشمل أيضاً التواصل عبر الهاتف، والرسائل، والمساعدة في الأوقات الصعبة. كما أن الحفاظ على هذه الروابط يعزز من المحبة والمودة بين أفراد الأسرة

عندما نصل أرحامنا، نزرع في قلوبنا الحب والتفاهم، ونعزز من روح الأسرة الواحدة. إن صلة الرحم تعتبر من الأعمال التي تقربنا إلى الله، وتزيد من البركة في حياتنا

هل تعلم

هل تعلم أن العلماء قد أكدوا أن صلة الرحم تؤثر إيجابياً على الصحة النفسية؟ حيث أن العلاقات الأسرية القوية تمنحنا الدعم العاطفي وتساعد على تخفيف الضغوط النفسية. وقد أظهرت الدراسات أن الأشخاص الذين يحافظون على علاقات جيدة مع أسرهم يعيشون حياة أكثر سعادة وراحة

الدعاء

اللهم إنا نسألك فواتح الخير، وخواتمه، وجوامعه، وأوله، وظاهره، وباطنه، والدرجات العلى من الجنة



دور الشباب في المجتمع

الحديث الشريف

قال صلى الله عليه وسلم: لا تزولُ قَدَمًا عَبْدٌ يومَ القيامة، حتَّى يُسألَ عن عُمُرِهِ؛ فيمَ أفناه؟ وعن علمِهِ؛ فيمَ فَعَلَ فيه؟ وعن مالِهِ؛ من أين اكتسبَهُ؟ وفيم أنفقَهُ؟ وعن جِسْمِهِ؛ فيم أبلاه؟

الحكمة

الشباب هم أمل الأمة، إذا صلحوا صلت الأمة بأسره

كلمة الصباح

يعتبر الشباب محركاً رئيسياً للتغيير والتطور في المجتمعات. إنهم يمتلكون الطاقة والحيوية، ولديهم القدرة على الابتكار وإحداث الفارق. في كل مجتمع، يُنظر إلى الشباب كقادة المستقبل، حيث يمكنهم المشاركة في الأعمال التطوعية، وكذلك المساهمة في بعض الحلول لقضايا المجتمع. الشباب هم من يمكنهم تعزيز القيم الإيجابية، مثل التسامح، والاحترام، والعمل الجماعي. يجب علينا كطلاب أن نكون حريصين على استغلال وقتنا في تطوير مهاراتنا وقدراتنا، لنكون فاعلين في مجتمعاتنا. من المهم أن نشارك في الأنشطة الاجتماعية والثقافية، وأن نكون عوناً لمن يحتاج إلى المساعدة.

لنتذكر دائماً أن دور الشباب لا يقتصر فقط على التعلم والتحصيل العلمي، بل يمتد ليشمل المساهمة الفعالة في بناء مجتمع قوي ومتماسك ووطن طموح.

هل تعلم

هل تعلم أن الشباب الذين يشاركون في الأعمال التطوعية يكتسبون مهارات قيادية قيمة، ويساهمون في تحسين مجتمعاتهم؟ كما أن الدراسات أظهرت أن المجتمعات التي يشارك فيها الشباب بشكل فعال تكون أكثر ازدهاراً واستقراراً.

الدعاء

اللهم لك الحمد كله، اللهم لا قابض لما بسطت، ولا باسط لما قبضت، ولا هادي لمن أضللت ولا مضل لمن هديت، ولا معطي لما منعت ولا مانع لما أعطيت، ولا مقرب رب لما باعدت، ولا مباعد لما قربت، اللهم ابسط علينا من بركاتك ورحمتك وفضلك وورزقك، اللهم إني أسألك النعيم المقيم الذي لا يحول ولا يزول.



الرفق

الحديث الشريف

عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه، ولا يُنزع من شيء إلا شانه) رواه مسلم

الحكمة

الرفق هو مفتاح القلوب، وبذور المحبة التي تنمو في تربة الاحترام.

كلمة الصباح

الرفق هو سلوك يدعو إلى اللين والرحمة في التعامل مع الآخرين، وهو قيمة عظيمة يجب أن يتحلى بها كل مسلم. الرفق لا يقتصر على التعامل مع البشر فقط، بل يمتد ليشمل الحيوانات والبيئة. إن الرفق يجعل العلاقات الإنسانية أكثر سلاسة، ويعزز من روح التعاون والمحبة. عندما نكون رفقاء في تعاملاتنا، نخلق أجواءً من الألفة والمودة، ويكون لدينا القدرة على حل المشاكل بشكل أفضل. فالرفق يساعدنا على فهم الآخرين، ويجعل الحوار أكثر فعالية. لقد أظهر النبي صلى الله عليه وسلم في حياته كيف يكون الرفق جزءاً من كل تصرفاته، حيث كان يتعامل بلطف مع أصحابه ومع كل من حوله، مما جعل من دعوته رسالة محبة وسلام

هل تعلم

هل تعلم أن الدراسات النفسية قد أظهرت أن الأشخاص الذين يمارسون الرفق في حياتهم اليومية يتمتعون بصحة نفسية أفضل؟ فالتعامل بلطف مع الآخرين يعزز من مشاعر السعادة والراحة النفسية، ويقلل من التوتر والقلق

الدعاء

للهم يا مقلب القلوب والأبصار، ثبت قلوبنا على طاعتك، ولا تزغ قلوبنا بعد إذ هديتنا، ولا تفتننا في ديننا، واجعل يومنا خيراً من أمسنا، واجعل غدنا خيراً من يومنا، واجعل خير أعمارنا أواخرها، وخير أعمالنا خواتيمها، وخير أيامنا يوم نلقاك وأنت راض عنا



الأنفلونزا الموسمية

الحديث الشريف

عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «الْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ فَأَبْرِدُوهَا بِالْمَاءِ». [متفق عليه]

الحكمة

الوقاية خير من العلاج

كلمة الصباح

الأنفلونزا الموسمية هي عدوى فيروسية تصيب الجهاز التنفسي، وتنتشر بشكل كبير خلال فصول معينة من السنة، خاصة في فصل الشتاء. تظهر أعراض الأنفلونزا عادة كالسعال، والحمى، والصداع، وآلام العضلات، مما قد يؤثر على قدرتنا على ممارسة أنشطتنا اليومية.

من المهم أن نتبع بعض الخطوات للوقاية من الأنفلونزا، مثل غسل اليدين بشكل منتظم، وتجنب الاقتراب من الأشخاص المصابين، وتلقي اللقاح السنوي ضد الأنفلونزا. كما يجب علينا تعزيز جهاز المناعة من خلال تناول الأطعمة الصحية، وشرب السوائل، والحصول على قسط كافٍ من النوم.

هل تعلم

هل تعلم أن الأنفلونزا الموسمية تُسبب سنوياً ملايين الإصابات حول العالم، وتؤدي إلى آلاف الوفيات، خاصة بين كبار السن والأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة؟ لذلك، فإن الوعي والتثقيف حول كيفية الوقاية منها أمر بالغ الأهمية.

الدعاء

اللَّهُمَّ أسألك علما نافعا ورزقا واسعا وشفاء من كل داء



النظافة

الحديث الشريف

قال صلى الله عليه وسلم : الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُ الْمِيزَانَ، وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُنِ -أَوْ تَمْلَأُ- مَا بَيْنَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَالصَّلَاةُ نُورٌ، وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ، وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ، وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ، أَوْ عَلَيْكَ، كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو فَبَايِعَ نَفْسِهِ فَمُعْتِقُهَا، أَوْ مُوْبِقُهَا

الحكمة

النظافة من الإيمان، والإيمان يدعو إلى العمل الصالح

كلمة الصباح

النظافة ليست مجرد خلو المكان من الأوساخ، بل هي أسلوب حياة يعكس شخصية الفرد. فالنظافة تعني الاهتمام بالمظهر الشخصي، وتنظيم المكان، والحفاظ على البيئة. عندما نكون نظيفين، نشعر بالراحة والثقة، كما أن النظافة تساعد على الوقاية من الأمراض

يجب علينا جميعاً أن نتبنى سلوكيات النظافة في حياتنا اليومية، مثل غسل اليدين بانتظام، وتنظيف الأسنان، والاستحمام، وتنظيف الأماكن المحيطة بنا. إن الحفاظ على بيئة نظيفة يسهم في تحسين جودة حياتنا والحفاظ على صحتنا
كما ينبغي علينا في مجتمعنا المدرسي أن نحافظ على نظافة فصولنا ومرافق مدرستنا ونتعاون مع عامل النظافة بألا نلقي النفايات أو بقايا الطعام على الأرض

هل تعلم

هل تعلم أن النظافة الجيدة يمكن أن تقلل من انتشار الجراثيم والأمراض؟ الدراسات تُظهر أن غسل اليدين بشكل صحيح يمكن أن يقلل من الإصابة بالعديد من الأمراض المعدية بنسبة تصل إلى **50%!** لذلك، فإن اتباع عادات النظافة الجيدة هو خطوة أساسية للحفاظ على صحتنا وصحة من حولنا

الدعاء

يا أكرم الأكرمين، نسألك بركتك وعطفك ولطفك وعافيتك وبرك ورحمتك وحبك، نعوذ بك من تقلبات القلوب والأيام، اعصمنا من المعاصي والآثام، اشغلنا بخير ما يرضيك عنا، احمنا من أذى الناس، اشغلنا بك عن همومنا، واجعل الآخرة كل همنا



الماء

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: بينا رجل يمشي فاشتد عليه العطش، فنزل بئراً فشرب منها، ثم خرج فإذا هو بكلب يلهث يأكل الثرى من العطش، فقال: لقد بلغ هذا مثل الذي بلغ بي، فمالأ خفه، ثم أمسكه بفيه، ثم رقي، فسقى الكلب، فشكر الله له فغفر له

الحكمة

الماء سر الحياة، وبدونه لا تستقيم حياة

كلمة الصباح

الماء هو مصدر الحياة، فهو يروي عطشنا، ويساعد في نمو النباتات، ويستخدم في العديد من الأنشطة اليومية. إن الماء له فوائد صحية عديدة، فهو يساعد على تنظيم درجة حرارة الجسم، ويحافظ على صحة الجلد، ويعزز من وظائف الكلى.

لكن، علينا أن نكون واعين بأهمية المحافظة على هذه النعمة. فالاستخدام المفرط للماء أو هدره يمكن أن يؤدي إلى نقص المياه العذبة، وهو ما يسبب مشكلات كبيرة في العديد من المناطق حول العالم. لذا، يجب أن نتعلم كيفية استخدام الماء بحكمة، وأن نحث الآخرين على ذلك أيضاً.

هل تعلم

هل تعلم أن الماء يغطي حوالي 71% من سطح الأرض، ولكن فقط 2.5% من المياه هي مياه عذبة يمكن استخدامها للشرب والزراعة؟ وهذا يعني أننا بحاجة إلى الحفاظ على هذه الموارد الثمينة، لأن كل قطرة ماء تعتبر مهمة.

الدعاء

اللهم أنزل علينا الغيث ولا تجعلنا من القانطين، اللهم أغث قلوبنا بالأيمان وديارنا بالأمطار واجعل ماتنزله علينا رحمة من رحمتك



الصدقة

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال
(الرجل على دين خليله فلينظر أحدكم من يخالل)

الحكمة

الصديق الحقيقي هو الذي يراك في أسوأ حالاتك ويظل بجانبك

كلمة الصباح

تُعتبر الصداقة من أجمل العلاقات التي يعيشها الإنسان، فهي تزرع
في قلوبنا السعادة وتخفف من أعبائنا. الصديق الحقيقي هو الذي
يشاركنا أفراحنا وأحزاننا، ويقدم لنا الدعم والمساندة في الأوقات
الصعبة.

الصداقة تبني جسور الثقة والمحبة، وتساعدنا على التغلب على
التحديات. لذلك، يجب أن نختار أصدقائنا بعناية، وأن نكون
أصدقاء حقيقيين، نساعد بعضنا البعض وندعم بعضنا في كل
الظروف وأن نبتعد عن أصدقاء السوء الذين يدمرون حياتنا

هل تعلم

هل تعلم أن الدراسات تشير إلى أن الصداقة الجيدة تحسن من
الصحة النفسية وتقلل من الشعور بالوحدة والاكتئاب؟ الأصدقاء
يمكن أن يجعلوا الحياة أكثر إشراقا وبهجة، ويعززون من رفاهيتنا
بشكل عام

الدعاء

اللهم اغفر لنا جميع ما مضى من ذنوبنا واعصمنا فيما بقي من
أعمارنا وارزقنا عملا زاكيا ترضى به عنا



الابتكار والإبداع

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه"

الحكمة

الإبداع هو رؤية ما لا يراه الآخرون، واختراع ما لا يتخيله أحد

كلمة الصباح

الابتكار والإبداع هما مفتاحا التقدم والنجاح في حياتنا. فالإبداع يمتد ليشمل جميع مجالات الحياة، سواء كانت علمية أو عملية أو تقنية. إن القدرة على التفكير خارج الصندوق وتقديم أفكار جديدة يساهم في حل المشكلات وتحقيق التغيير الإيجابي في عالمنا اليوم، حيث تتسارع التغيرات والتحديات، يصبح الابتكار ضرورة أساسية. يجب علينا أن نشجع أنفسنا وزملائنا على التفكير بطريقة مبتكرة، وأن نكون مستعدين لاستكشاف أفكار جديدة وتجريبها لنسهم في تقدم ورقي مجتمعا.

هل تعلم

هل تعلم أن العديد من الاختراعات الكبيرة التي نستخدمها اليوم، مثل الهاتف الذكي والإنترنت، بدأت كأفكار بسيطة في عقول مبتكرين؟ الابتكار يمكن أن يأتي من أي شخص، وكل فكرة صغيرة قد تكون بداية لشيء عظيم

الدعاء

اللهم لا تكلنا إلى أنفسنا طرفة عين، ولا تنزع منا صالح ما أعطيتنا



الوطن

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من حمل علينا السلاح فليس منا ، ومن غشنا فليس منا"

الحكمة

حب العمل ليس شعوراً فحسب بل هو عمل وعطاء وتضحية

كلمة الصباح

الوطن هو الهوية والانتماء، وهو المكان الذي نشأنا فيه وتعلمنا فيه، وهو الذي يجمعنا جميعاً تحت سماءه. إن حب الوطن ليس مجرد كلمات نقولها، بل هو شعور عميق يدفعنا للعمل من أجل رفعة وتقدمه.
علينا جميعاً أن نكون حريصين على خدمة وطننا، من خلال التعليم، والعمل الجاد، والمشاركة الفعالة في مجتمعاتنا. فالوطن يحتاج إلى كل فرد منا ليكون قوياً ومزدهراً، ونستطيع أن نحدث فرقاً من خلال جهودنا الجماعية وترابطنا وحبنا للعلم دمت شامخاً يا وطني وأدام الله قيادنا الحكيمة ووفقهم وسدد خطاهم

هل تعلم

هل تعلم أن الوطن هو أول مكان نتعلم فيه القيم والمبادئ، مثل الأمانة والصدق والاحترام؟ إن الانتماء للوطن هو شعور يولد في قلوبنا منذ الصغر، ويستمر معنا طوال حياتنا

الدعاء

اللهم آمنا في أوطاننا ولا تسلط علينا بذنوبنا من لا يخافك فينا ولا يرحمنا واحفظ واصلاح ووفق أئمتنا وولاة امورنا وأدم علينا نعمك التي لا تعد ولا تحصى وكرمك الذي لا ينقطع



المعلم

الحديث الشريف

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ وَأَهْلَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِينَ حَتَّى النَّمْلَةُ فِي جُحْرِهَا وَحَتَّى الْحُوتُ لِيُصَلُّوا عَلَى مُعَلِّمِ النَّاسِ الْخَيْرِ.

الحكمة

المعلمون والمعلمات شموع تحترق لتضيء للأجيال دروب الفلاح والنجاح

كلمة الصباح

المعلم هو نبراس العلم والمعرفة، وهو الشخص الذي يقوم بتوجيهنا وإرشادنا نحو الطريق الصحيح. إنه يمثل الأمل والتغيير في حياتنا، فبفضل الله ثم جهوده ودعمه، نستطيع أن نحقق أهدافنا ونصل إلى ما نريد، المعلم هو قنديل ينير دروب المعرفة، وهو البذور التي تزرع في عقول الطلاب لتثمر عطاءً مستداماً. إنه ليس مجرد ناقل للمعلومات، بل هو مرشد ومربي، يسعى لتشكيل شخصية الطالب وتنمية قدراته
يجب علينا أن نقدر جهود المعلمين ونعبر عن شكرنا لهم، لأنهم يلعبون دوراً أساسياً في تشكيل مستقبلنا. فكل كلمة يتفوهون بها، وكل درس يقدمونه، يسهم في بناء عقولنا وشخصياتنا

هل تعلم

هل تعلم أن تأثير المعلم يمتد إلى ما بعد المدرسة، فهو يؤثر في حياتنا الشخصية والمهنية، ويشكل رؤيتنا للعالم.

الدعاء

اللهم إنا نسألك من الخير كله عاجله وآجله، ما علمنا منه وما لم نعلم، ونعوذ بك من الشر كله عاجله وآجله، ما علمنا منه وما لم نعلم



المحافظة على الممتلكات العامة

الحديث الشريف

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الْإِيمَانُ بَضْعٌ وَسَبْعُونَ شَعْبَةً أَعْلَاهَا قَوْلُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ، وَأَدْنَاهَا إِمَاطَةُ الْأَذَى عَنِ الطَّرِيقِ

الحكمة

الممتلكات العامة هي أمانة في أعناقنا، علينا الحفاظ عليها كما "نحافظ على ممتلكاتنا الخاصة"

كلمة الصباح

تعتبر الممتلكات العامة جزءاً من هوية المجتمع، فهي تعكس حضارتنا وثقافتنا. تشمل هذه الممتلكات الحدائق، الشوارع، المدارس، والمرافق العامة. إن المحافظة على هذه الممتلكات تعكس وعياً ومسؤولية تجاه مجتمعنا.

لذا، يجب علينا جميعاً أن نكون حذرين في استخدامنا لهذه الممتلكات، وأن نمتنع عن إتلافها أو الإساءة إليها. فكل فعل غير مسؤول تجاه الممتلكات العامة يؤثر سلباً على الجميع، ويؤدي إلى تدهور البيئة التي نعيش فيها ،علينا جميعاً أن نتحلى بالمسؤولية تجاه هذه الممتلكات، وأن نحافظ عليها ونعتني بها. فكل قطعة من الممتلكات العامة، سواء كانت حديقة، مدرسة، أو مبنى حكومي، هي أمانة في أعناقنا

هل تعلم

هل تعلم أن تلف الممتلكات العامة يكلف الدولة مبالغ ضخمة من المال لإصلاحها، وهي أموال يمكن استخدامها في تطوير الخدمات العامة الأخرى؟ إن المحافظة على هذه الممتلكات تعني الحرص على المال العام ورفاهية المجتمع

الدعاء

اللهم احفظنا بالإسلام قائمين، واحفظنا بالإسلام قاعدين، واحفظنا بالإسلام راقدين، ولا تشمت بي عدواً ولا حاسداً



المذاكرة الجيدة

الحديث الشريف

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: (بَشِّرُوا وَلَا تَنْفِرُوا، وَيَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا).

الحكمة

المذاكرة الجيدة هي مفتاح النجاح، فالعلم نور يهدي إلى الطريق الصحيح.

كلمة الصباح

تعتبر المذاكرة الجيدة واحدة من أهم المهارات التي يجب أن نتعلمها كطلاب. وللمذاكرة الجيدة عدة طرق وأساليب ومقدمات مثل تنظيم الوقت، ووضع خطة دراسية فعالة، وفهم المادة بشكل عميق

عندما نتبنى أساليب مذاكرة فعالة، نكون قادرين على استيعاب المعلومات بشكل أفضل ونحقق نتائج متميزة. من الأمور التي تساعد في المذاكرة الجيدة: اختيار مكان هادئ للدراسة، وتقسيم الوقت إلى فترات قصيرة مع فواصل، واستخدام أساليب مثل الملاحظات، الرسوم البيانية، والأسئلة.

هل تعلم

هل تعلم أن استخدم أسلوب التكرار المتباعد يعزز الذاكرة
هل تعلم أن مراجعة المعلومات بشكل دوري يضمن الاحتفاظ بها لفترة أطول
هل تعلم كتابة ملخصات للمعلومات الهامة تسهل المراجعة لاحقاً

الدعاء

اللَّهُمَّ أَعِنَّا عَلَى شُكْرِكَ وَذِكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ
اللهم اكفنا بحلالك عن حرامك، وأغنني بفضلك عمن سواك



التغذية السليمة

الحديث الشريف

عن أبي هريرة وأبي سعيد رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم، حتى الشوكة يُشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها)

الحكمة

الغذاء الصحي هو استثمار في صحتك المستقبلية

كلمة الصباح

التغذية السليمة تعني تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة التي تزود الجسم بالعناصر الغذائية التي يحتاجها. تشمل هذه العناصر الكربوهيدرات، البروتينات، الدهون الصحية، الفيتامينات، والمعادن. لنحافظ على صحتنا، يجب علينا أن نتجنب الأطعمة المصنعة والسكريات الزائدة، ونعتمد على الفواكه، الخضروات، والحبوب الكاملة. تذكروا أن ما نأكله يؤثر على صحتنا، لذا فلنجعل خياراتنا الغذائية أفضل ونتجنب أول نقل قدر الإمكان من الوجبات السريعة التي قد تخلوا من العناصر المهمة وتسبب السمنة والأمراض الهضمية غالباً

هل تعلم

هل تعلم أن تناول الإفطار يومياً يساعد على زيادة الطاقة والتركيز خلال اليوم الدراسي؟ كما أن تناول الفواكه والخضروات يمد الجسم بالفيتامينات والمعادن الضرورية. أيضاً، هل تعلم أن شرب الماء بكميات كافية يساعد في تحسين وظائف الجسم ويعزز من نظام المناعة؟

الدعاء

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ، وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ، وَجَمِيعِ سَخَطِكَ



الأمراض المعدية

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا سمعتم بالطاعون في أرض، فلا تدخلوا عليها، وإذا وقع بأرض وأنتم بها، فلا تخرجوا منها.

الحكمة

درهم وقاية خير من قنطار علاج." هذه الحكمة تذكرنا بأن الوقاية دائماً أفضل من العلاج، وخاصةً عندما يتعلق الأمر بالأمراض المعدية

كلمة الصباح

الأمراض المعدية هي أمراض تنتقل من شخص لآخر، وقد تكون نتيجة عدوى فيروسية أو بكتيرية. من أهم وسائل الوقاية منها غسل اليدين بانتظام، استخدام المطهرات، والتطعيم ضد الأمراض المعروفة. يجب علينا أن نكون واعين لأعراض الأمراض المعدية وأن نطلب العلاج عند الحاجة، لأن الوقاية هي الطريق للحفاظ على صحتنا وصحة من حولنا

طرق الانتقال: * يمكن أن تنتقل الأمراض المعدية عبر عدة طرق، بما في ذلك الاتصال المباشر، الرذاذ المعلق في الهواء، المياه الملوثة، أو حتى عن طريق الحشرات.

هل تعلم

هل تعلم أن غسل اليدين بشكل صحيح يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بالأمراض المعدية بنسبة تصل إلى 50%؟ كما أن التطعيمات قد ساهمت في تقليل انتشار العديد من الأمراض المعدية مثل الحصبة، والجذري، والأنفلونزا. أيضاً، هل تعلم أن بعض الأمراض المعدية يمكن أن تنتقل عبر الهواء، لذا من المهم تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس؟

الدعاء

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ، وَالْجُنُونِ، وَالْجُذَامِ، وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ



المحافظة على الأذكار اليومية

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من قال لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد، وهو على كل شيء قدير، في يوم مئة مرة، كانت له عدل عشر رقاب، وكتبت له مئة حسنة، ومحيت عنه مئة سيئة، وكانت له حرزاً من الشيطان يومه ذلك حتى يمسي".

الحكمة

الأذكار هي نور القلوب وطريق السعادة.

كلمة الصباح

الأذكار اليومية هي كلمات وأدعية تقال في أوقات معينة خلال اليوم، مثل أذكار الصباح والمساء، وأذكار الصلاة. تحافظ هذه الأذكار على اتصالنا بالله وتذكرنا بفضلِهِ ورحمته. من المهم أن نخصص وقتاً يومياً لذكر الله، فقد قال تعالى: (ألا بذكر الله تطمئن القلوب) الذكر هو عبادة عظيمة تفتح أبواب الرحمة وتزيد من الإيمان وو سيلة للتقرب من الله، وتحصيل الأجر والثواب، ويعتبر الذكر من أيسر العبادات لأنه يؤدي في أي حال من الأحوال ولا يحتاج إلى بذل جهد

هل تعلم

هل تعلم أن الأذكار اليومية وقاية لك من الشرور؟ كما أن ذكر الله في الصباح والمساء يجلب السعادة والطمأنينة للقلب. أيضاً، هل تعلم أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يذكر الله كثيراً في جميع أحواله، حتى في أوقات الانشغال؟ وهذا دليل على أهمية الذكر

الدعاء

اللهم احفظنا من بين أيدينا، ومن خلفنا، وعن أيمننا، وعن شمائلنا، ومن فوقنا، ونعوذ بعظمتك أن نُغتال من تحتنا، واجعل عاقبة أمرنا خيراً



القرآن الكريم

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من قرأ حرفاً من كتاب الله فله به حسنة، والحسنة بعشر أمثالها لا أقول (الم) حرفٌ ولكن (الف) حرفٌ و(لا م) حرفٌ و(ميم) حرفٌ

الحكمة

القرآن هو النور الذي يهدي إلى الصراط المستقيم

كلمة الصباح

القرآن الكريم هو كتاب الله المنزل على نبيه محمد صلى الله عليه وسلم، وهو معجزة تتضمن هداية للبشرية جمعاء. تلاوة القرآن تعد من أعظم القربات التي يمكن أن يتقرب بها المسلم إلى الله تعالى، حيث قال تعالى: "إن الذين يتلون كتاب الله وأقاموا الصلاة وأنفقوا مما رزقناهم سراً وعلانيةً يرجون تجارة لن تبور".

تلاوة القرآن تمنح القارئ السكينة والطمأنينة، و تكسب المسلم الأجر والثواب العظيم. يُستحب أن تُتلى آياته بتأمل وخشوع، فكل حرف يُقرأ يُعادل عشر حسنات. لذا، فإن تخصيص وقت يومي لتلاوة القرآن يُعد من أفضل الأعمال التي تعود بالنفع على النفس والدنيا والآخرة

هل تعلم

هل تعلم أن القرآن الكريم يحتوي على 114 سورة
هل تعلم أن القرآن الكريم يحتوي على 6348 آية
هل تعلم أن أول ما نزل من القرآن الكريم (اقرأ)

الدعاء

اللهم اجعل القرآن العظيم ربيع قلوبنا ونور صدورنا وجلاء أحزاننا
وذهاب همومنا وسائقنا إليك وإلى جنتك يا رب العالمين



النوم الجيد

الحديث الشريف

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ نَامَ عَلَى شِقِّهِ الْأَيْمَنِ، ثُمَّ قَالَ: اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ قَالَهُنَّ ثُمَّ مَاتَ تَحْتَ لَبِئَتِهِ مَاتَ عَلَى الْفِطْرَةِ

الحكمة

النوم ليس ترفاً بل هو ضرورة ملحة للراحة

كلمة الصباح

النوم الجيد هو جزء أساسي من نمط الحياة الصحي. يحتاج جسم الإنسان إلى النوم ليتجدد ويستعيد قوته. يساعد النوم الجيد في تحسين الذاكرة، وزيادة التركيز، ودعم الجهاز المناعي. ومن المهم أن نخصص وقتاً كافياً للنوم، حيث يُوصى بالنوم من 7 إلى 9 ساعات يومياً. كما يجب علينا أن نتجنب الشاشات قبل النوم، وأن نهئى بيئة مريحة للنوم.

هل تعلم

هل تعلم أن قلة النوم يمكن أن تؤثر سلباً على الصحة العقلية والجسدية؟ وقد أظهرت الدراسات أن الأشخاص الذين يحصلون على نوم كافٍ يكونون أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق. أيضاً، هل تعلم أن النوم يساعد في تعزيز الذاكرة والتعلم؟ حيث أن الدماغ يقوم بإعادة تنظيم المعلومات خلال فترة النوم، مما يساعدنا على الاحتفاظ بالمعلومات بشكل أفضل.

الدعاء

اللهم إنا نسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى



الأدوية

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "تداووا عباد الله، فإن الله لم ينزل داءً إلا أنزل له شفاءً." (رواه البخاري)

الحكمة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا أراد أحدكم أن ينام فليتوضأ وضوءه للصلاة، ثم ليضع على شقه الأيمن

كلمة الصباح

تعتبر الأدوية جزءاً أساسياً من الرعاية الصحية، حيث تساعد في علاج الأمراض وتخفيف الأعراض. ومع ذلك، يجب أن نكون حذرين في استخدامها. من المهم استشارة الطبيب قبل تناول أي دواء، واتباع التعليمات بدقة. يجب علينا أيضاً أن نتذكر أن الوقاية خير من العلاج، وبالتالي يجب علينا أن نعتني بصحتنا من خلال التغذية السليمة وممارسة الرياضة

هل تعلم

هل تعلم أن الأدوية كانت تُستخدم منذ آلاف السنين؟ في الحضارات القديمة مثل مصر والصين، وكان يتم استخدام الأعشاب والنباتات لعلاج الأمراض هل تعلم أن بعض الأدوية يمكن أن تتفاعل مع أدوية أخرى أو مع الطعام؟ لذلك من المهم دائماً إبلاغ الطبيب بجميع الأدوية والمكملات التي تتناولها

الدعاء

اللهم إني أسألك عيشة هنية وميتة سوية ومرداً غير مخز ولا فاضح .



العادات الصحية

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة"

الحكمة

الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراها إلا المرضى

كلمة الصباح

أحبائي الطلاب، إن العادات الصحية تلعب دوراً كبيراً في حياتنا اليومية. فاتباع نظام غذائي متوازن، وممارسة الرياضة بانتظام، والحفاظ على النوم الكافي، كلها عوامل تساعد في تعزيز صحتنا. علينا أن نتذكر أن صحتنا هي ثروتنا، فكلما اعتنينا بأنفسنا، كنا أكثر قدرة على تحقيق أهدافنا وطموحاتنا.

هل تعلم

هل تعلم أنه وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، يُقدر أن حوالي 2.8 مليون شخص يموتون سنوياً بسبب زيادة الوزن أو السمنة كما تشير الدراسات إلى أن حوالي 80% من المراهقين لا يمارسون النشاط البدني الكافي

الدعاء

اللهم عافنا في أسماعنا وأبصارنا واحفظنا من بين أيدينا ومن خلفنا



عيادة المريض

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم حَقَّ الْمُسْلِمُ عَلَى الْمُسْلِمِ خَمْسٌ: رَدُّ السَّلَامِ، وَعِيَادَةُ الْمَرِيضِ، وَاتِّبَاعُ الْجَنَائِزِ، وَاجَابَةُ الدَّعْوَةِ، وَتَشْمِيتُ الْعَاطِسِ

الحكمة

عيادة المرضى نشر للأمل في نفوسهم

كلمة الصباح

عيادة المريض هي من السلوكيات الإنسانية النبيلة التي تعكس تعاطفنا واهتمامنا بالآخرين. فعندما نعود المريض، نحن لا نقدم له الدعم النفسي فقط، بل نعبر له عن محبتنا واهتمامنا بصحته. إن زيارة المريض تعتبر فرصة لنشر الأمل والراحة في قلوب المرضى، وتخفيف آلامهم.

هل تعلم

هل تعلم أن زيارة المريض يمكن أن تُحسن من حالته النفسية قد أثبتت بعض الأبحاث أن المساندة والزيارة للمريض يمكن أن تساهم في رفع معنوياته وسرعة شفاؤه بعد مشيئة الله سبحانه وتعالى

الدعاء

اللهم إنا نسألك موجبات رحمتك وعزائم مغفرتك والسلامة من كل إثم والغنيمة من كل بر والفوز بالجنة والنجاة من النار



الحرف اليدوية

الحديث الشريف

قال صلى الله عليه وسلم ما أكل أحد طعاماً خيراً من أن يأكل من عمل يده،
وإن نبي الله داود عليه الصلاة والسلام كان يأكل من عمل يده

الحكمة

الحرفة اليدوية تعكس مهارة الإنسان وإبداعه

كلمة الصباح

الحرف اليدوية هي فنون تعكس تراثنا وثقافتنا، وتعبّر عن
الإبداع والمهارة. فالحرفيون هم صناع الجمال والفائدة، حيث
يصنعون منتجات يدوية فريدة تعكس الأصالة والتميز. إن تعلم
الحرف اليدوية ليس مجرد وسيلة لكسب الرزق، بل هو أيضاً
طريقة للتعبير عن الذات وتحقيق الإبداع

هل تعلم

هل تعلم أن الحرف اليدوية تساهم بشكل كبير في الاقتصاد، حيث تُعتبر
مصدر دخل للعديد من الأسر في مختلف البلدان
وفقاً للإحصائيات، يُقدّر أن حوالي 80% من الحرفيين في العالم يعملون
في الحرف التقليدية، مما يساهم في الحفاظ على التراث الثقافي

الدعاء

اللهم أحسن عاقبتنا في الأمور كلها، وأجرنا من خزي الدنيا
وعذاب الآخرة .



المبادرة

الحديث الشريف

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! أَيُّ الصَّدَقَةِ أَعْظَمُ أَجْرًا؟ قَالَ: «أَنْ تَصَدَّقَ وَأَنْتَ صَاحِبُ شَيْءٍ تَخْشَى الْفَقْرَ، وَتَأْمَلُ الْغِنَى، وَلَا تُمَهِّلُ حَتَّى إِذَا بَلَغْتَ الْحُلُقُومَ قُلْتَ: لِفُلَانٍ كَذَا وَلِفُلَانٍ كَذَا، وَقَدْ كَانَ لِفُلَانٍ». مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ.

الحكمة

"لا تنتظر الفرصة، بل اصنعها"
هذه الحكمة تؤكد على أهمية المبادرة وعدم الانتظار حتى تأتي الفرص، بل يجب علينا أن نكون نحن من يصنع تلك الفرص من خلال العمل الجاد والمبادرة.

كلمة الصباح

المبادرة هي القدرة على اتخاذ الخطوة الأولى نحو تحقيق الأهداف والتغييرات الإيجابية. إنها تعكس روح الإقدام والشجاعة، وتعتبر من الصفات الحميدة التي يجب أن يتحلى بها كل فرد في المجتمع. يقول أحد الحكماء: "المبادرة تفتح أبواب الفرص، بينما الانتظار يغلقها". لذا، يجب علينا أن نكون مبادرين في حياتنا اليومية، سواء في الدراسة أو الأعمال الاجتماعية.

هل تعلم

هل تعلم أن روح المبادرة تُعتبر من أهم مهارات القيادة، حيث أنها تشجع الأفراد على التفكير الإبداعي واتخاذ القرارات الجريئة لتحقيق النجاح.
أن بعض من أبرز الاختراعات والابتكارات في العالم جاءت نتيجة لمبادرات فردية، حيث قرر المخترع أو المبتكر أن يتخذ خطوة نحو تحقيق رؤيته.

الدعاء

اللهم إنا نسألك خير المسألة وخير الدعاء وخير النجاح وخير العلم وخير العمل وخير الثواب وخير الحياة وخير الممات



الصحة النفسية

الحديث الشريف

عن أنس بن مالك رضي الله عنه خادم رسول الله صلى الله عليه وسلم، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه))؛ رواه البخاري ومسلم

الحكمة

الإنسان الذي لا يستطيع السيطرة على نفسه لا يستطيع السيطرة على شيء في الحياة

كلمة الصباح

لصحة النفسية هي جزء أساسي من الصحة العامة، ولا تقل أهمية عن الصحة الجسدية. فهي تؤثر على كيفية تفكيرنا، وشعورنا، وتصرفاتنا. من المهم أن نعتني بصحتنا النفسية كما نعتني بجسدنا. يجب أن نكون على دراية بمشاعرنا وأن نتعامل معها بشكل صحيح كما يجب أن نتعلم كيفية التعامل مع الضغوطات، وطلب المساعدة عند الحاجة. تذكروا دائماً أن لا عيب في طلب الدعم؛ فالصحة النفسية الجيدة تساهم في تحسين جودة حياتنا وتساعدنا على تحقيق أهدافنا

هل تعلم

هل تعلم أن الإحصائيات تشير إلى أن 1 من كل 4 أشخاص يعاني من اضطراب نفسي في مرحلة ما من حياته وفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن 450 مليون شخص حول العالم يعانون من مرض نفسي

الدعاء

اللهم إنا نعوذ بك من درك الشقاء وسوء القضاء وشماتة الأعداء



التعاون

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن في الجسد مضغة، إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله، ألا وهي القلب." (رواه البخاري ومسلم)

الحكمة

يدٌ واحدة لا تفق ، لكن الأيادي المجتمعة تصنع المعجزات بمشيئة الله

كلمة الصباح

اليوم، أود أن أتحدث عن قيمة عظيمة من قيم الحياة، ألا وهي *التعاون*. إن التعاون هو الركيزة الأساسية التي تبني المجتمعات وتساهم في تحقيق الأهداف المشتركة. فعندما نتعاون، نعمل كفريق واحد، حيث تتكامل قدراتنا ومهاراتنا، مما يؤدي إلى تحقيق إنجازات أكبر مما يمكن تحقيقه بشكل فردي. أهمية التعاون* تتجلى في عدة مجالات؛ ففي المدرسة، يساهم التعاون بين* الطلاب في تعزيز الروح الجماعية، ويساعد في تبادل المعرفة والأفكار، مما يجعل من بيئة التعلم أكثر حيوية وإبداعاً. وعندما يتعاون المعلمون مع الطلاب، يمكنهم خلق أجواء تعليمية متميزة تدعم التفوق والابتكار. كذلك، في الحياة اليومية، نجد أن التعاون يساهم في تعزيز العلاقات الإنسانية. فكلما تعاوننا مع الآخرين، زادت المحبة والمودة، وأصبحنا أكثر قدرة على مواجهة التحديات والصعوبات. يقول الله تعالى في كتابه الكريم: *وتعاونوا على البر والتقوى**، مما يؤكد على أهمية العمل الجماعي في سبيل تحقيق الخير

هل تعلم

أن التعاون هو أحد أهم القيم الإنسانية التي تساهم في بناء المجتمعات القوية والمترابطة؟ فالتعاون يمكن أن يحدث فرقاً كبيراً في حياتنا اليومية. ن هناك مقولة شهيرة تقول: "إذا كنت تريد الذهاب بسرعة، اذهب وحدك، ولكن إذا كنت تريد الذهاب بعيداً، اذهب معاً"؟ هذه المقولة تعكس أهمية التعاون في تحقيق الأهداف الكبرى

الدعاء

اللهم إنا نعوذ برضاك من سخطك وبمعافاتك من عقوبتك وبك منك لانحصى ثناءً عليك أنت كما أثنيت على نفسك



أهمية القراءة

الحديث الشريف

قال ﷺ : «مَنْ يُرِدِ اللَّهُ بِهِ خَيْرًا يُفَقِّهْهُ فِي الدِّينِ»

الحكمة

■ القراءة مفتاح المعرفة والمعرفة مفتاح النجاح

■ القراءة غذاء للعقل كما أن الطعام غذاء للبدن

كلمة الصباح

القراءة هي نافذة على العالم، تفتح لنا أبواب المعرفة وتمنحنا الفرصة لاستكشاف أفكار وثقافات جديدة. إنها ليست مجرد فعل، بل هي رحلة عقلية وروحية تغذي خيالنا وتوسع آفاق تفكيرنا. من خلال صفحات الكتب، نلتقي بأفكار عظماء ونعيش تجارب شخصيات مختلفة، مما يساعدنا على فهم العالم من حولنا بشكل أعمق. القراءة تمنحنا القوة للعبور عبر الزمن والمكان، وتتيح لنا فرصة التفكير النقدي وتطوير مهاراتنا. في عالم سريع التغير، تظل القراءة واحدة من أهم الأدوات التي يمكننا الاعتماد عليها لتنمية أنفسنا وتحقيق طموحاتنا

هل تعلم

- هل تعلم أن تخصيص وقت يومي للقراءة يساعد على تحسين مهارة القراءة ولو كان قصيراً
- هل تعلم أن تدوين الملاحظات أثناء القراءة يساعد على زيادة الفهم والتركيز
- هل تعلم أن القراءة بصوت عال تساعد على تحسين النطق

الدعاء

اللهم آتنا الحكمة وفصل الخطاب، وبارك لنا في عقولنا ونور لنا قلوبنا.



الأسرة

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "كلكم راعٍ وكلكم مسؤول عن رعيته." (رواه البخاري)

الحكمة

الأسرة هي المدرسة الأولى التي نكتسب منها القيم والأخلاق

كلمة الصباح

الأسرة هي المكان الذي نشعر فيه بالأمان والدعم. هي التي تحتضننا في الأوقات السعيدة والصعبة. من خلال الأسرة نتعلم الحب والتعاون والتسامح. لذا، من المهم أن نحرص على تواصلنا مع أفراد أسرنا، ونبني علاقات قوية قائمة على الاحترام والمحبة. فالأسر السعيدة هي التي تتبادل المشاعر الإيجابية وتعمل معًا لتحقيق الأهداف المشتركة.

هل تعلم

هل تعلم أن الأسرة تلعب دورًا أساسيًا في تشكيل شخصية الفرد وتوجهاته؟
هل تعلم أن التواصل الجيد داخل الأسرة يساعد على تقوية الروابط ويقلل من التوترات والصراعات؟
هل تعلم أن الأسر التي تمارس الأنشطة المشتركة مثل الرحلات أو الألعاب تعزز من علاقاتها وتخلق ذكريات جميلة؟

الدعاء

اللهم اجعل أسرنا أسرًا مترابطة، ولهم احفظ آباءنا ووفقهم لما تحب وترضى، واغمر بيوتنا بالسكينة والطمأنينة. اللهم آمين



الموهبة

الحديث الشريف

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (إن لله تسعة وتسعين اسماً مائة إلا واحداً، من أحصاها دخل الجنة)

الحكمة

الموهبة دون عمل كالشجرة دون ثمار

كلمة الصباح

الموهبة هي القدرة الفطرية أو المكتسبة التي يتمتع بها الفرد في مجالات معينة، مثل الرياضة، والعلوم، أو أي نشاط آخر. تعتبر الموهبة من العوامل الأساسية التي تساهم في تحقيق النجاح والتميز. وفقاً لدراسات مختلفة، وتشير الإحصائيات إلى أن نسبة الموهوبين تتراوح في المجتمع بين 5% إلى 15%، حسب تعريف الموهبة والمعايير المستخدمة في قياسها. كما أن الدول التي تستثمر في تطوير المواهب، مثل التعليم والتدريب، تشهد زيادة في الابتكار والنمو الاقتصادي.

هل تعلم

هل تعلم أن الكثير من الشخصيات الناجحة مثل العالم "إينشتاين" و"بيكاسو" اكتشفوا مواهبهم في سن مبكرة وعملوا على تطويرها؟ هل تعلم أن الموهبة يمكن أن تكون في أي مجال، وكل شخص لديه القدرة على أن يكون موهوباً في شيء ما؟

الدعاء

اللهم إنا نسألك الثبات في الأمر والعزيمة على الرشد ونسألك موجبات رحمتك وعزائم مغفرتك وشكر نعمتك وحسن عبادتك



النظام

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم ((كل المسلم على المسلم حرام دمه وماله وعرضه)

الحكمة

النظام أساس النجاح، والفوضى طريق الفشل

كلمة الصباح

النظام هو مجموعة من القواعد والضوابط التي تساعدنا على إدارة حياتنا بشكل أفضل. في المدرسة، النظام يساعدنا على تنظيم الوقت والجهود، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي. في حياتنا اليومية، النظام يعزز من إنتاجيتنا ويساعدنا على تحقيق أهدافنا. لذا، علينا أن نحرص على اتباع نظم محددة في كل جوانب حياتنا، سواء في الدراسة أو العمل أو حتى في تنظيم المنازل، إن النظام يعد من الأسس الضرورية التي تساهم في بناء المجتمعات وتحقيق النجاح على مختلف الأصعدة.

هل تعلم

هل تعلم أن الأشخاص المنظمين يميلون إلى تحقيق أهدافهم بشكل أسرع من غيرهم؟
هل تعلم أن اعتماد نظام معين في الدراسة يمكن أن يزيد من - مستوى التركيز والإنتاجية؟

الدعاء

اللهم إني أسألك عيشة هنية وميتة سوية ومردًا غير مخز ولا فاضح .



التوازن البيئي

الحديث الشريف

عن عبد الله ابن مسعود رضي الله عنه قال كنا مع رسول الله في سفر فانطلق لحاجته فرأينا حُمرة معها فرخان فأخذنا فرخيهما فجاءت تعرش فجاء النبي فقال : مَنْ فجَع هذه بولدها ؟ ردُّوا ولدها إليها. ورأى قرية نمل قد حرقناها. فقال : مَنْ حرق هذه ؟ قلنا : نحن قال : إنه لا ينبغي أن يعذب بالنار إلا رب النار

الحكمة

البيئة النظيفة تعكس حياة سعيدة وصحية

كلمة الصباح

التوازن البيئي هو حالة من الاستقرار في النظام البيئي، حيث تتفاعل الكائنات الحية مع بيئتها بشكل مثالي. إن أي خلل في هذا التوازن يمكن أن يؤدي إلى عواقب وخيمة، مثل انقراض بعض الأنواع أو تدهور جودة الهواء والماء. لذا، من واجبنا جميعًا المحافظة على بيئتنا، من خلال ترشيد استهلاكنا للموارد، والاهتمام بإعادة التدوير، والحد من التلوث. لذا، علينا جميعًا أن نساهم في الحفاظ على البيئة، من خلال الاستخدام المستدام للموارد، والحد من التلوث، وزيادة الوعي بأهمية حماية الطبيعة. فالتوازن البيئي ليس مجرد مفهوم علمي، بل هو ضرورة لحياتنا ومستقبل أجيالنا القادمة

هل تعلم

هل تعلم أن التوازن البيئي يعتمد على تفاعل الكائنات الحية مثل النباتات والحيوانات والميكروبات بشكل متوازن؟
هل تعلم أن فقدان التنوع البيولوجي يمكن أن يؤثر سلبًا على صحة البيئة ويؤدي إلى تفشي الأمراض؟

الدعاء

اللهم إنا نعوذ بك أن نظل أو نُظل أو نُزل أو نُزل أو نُظلم أو نُظلم أو نجعل أو يُجعل علينا



طاعة ولي الأمر

الحديث الشريف

عن ابن عمر رضي الله عنه قال: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يقول: مَنْ خَلَعَ يَدًا مِنْ طَاعَةِ لَقِيَّ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلَا حُجَّةَ لَهُ، وَمَنْ مَاتَ وَلَيْسَ فِي عُنُقِهِ بَيْعَةٌ مَاتَ مِيتَةً جَاهِلِيَّةً رواه مسلم

الحكمة

طاعة ولي الأمر تبني مجتمعات قوية
وتساهم في استقرار البلاد

كلمة الصباح

أحبتي الطلاب، اليوم سنتحدث عن موضوع مهم يتصل بحياتنا اليومية، وهو *طاعة ولي الأمر*. إن طاعة ولي الأمر تعد من القيم الأساسية في مجتمعنا، ولها أبعاد دينية واجتماعية كبيرة.
قال الله تعالى في كتابه الكريم: *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ* هذه الآية الكريمة تجعل من طاعة ولي الأمر واجبا على كل مسلم
إن في طاعة ولي الأمر تحقيق لأمر عدة من أهمها *استقرار المجتمع حيث تعزز من استقرار المجتمع وتحقيق النظام، فإن الطاعة تنظم العلاقات وتقلل من الفوضى فعندما نطيع ولي الأمر، نتجنب الخلافات والنزاعات التي قد تضر بالمجتمع.

هل تعلم

هل تعلم أن طاعة ولي الأمر تعتبر من أسباب النجاح والازدهار في المجتمعات؟
هل تعلم أن الدول التي تلتزم بمبدأ طاعة ولي الأمر غالباً ما تشهد استقراراً وأماناً أكبر؟
هل تعلم أن طاعة ولي الأمر تعزز من روح التعاون والتكاتف بين أفراد المجتمع؟

الدعاء

اللهم اجعلنا من الذين يستمعون القول فيتبعون أحسنه، ووفق ولاة أمورنا لما فيه خير البلاد والعباد. اللهم اهدهم ووفقهم لما تحب، وترضى



اللغة العربية

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن من أحبكم إلي وأقربكم مني مجلساً يوم القيامة أحاسنكم أخلاقاً، وإن أبغضكم إلي وأبعدكم مني مجلساً يوم القيامة الثرثارون والمتشدقون والمتفيهقون."

الحكمة

اللغة العربية ليست مجرد كلمات، بل هي تاريخ وحضارة

كلمة الصباح

تعتبر اللغة العربية من اللغات السامية، وهي لغة القرآن الكريم. تضم أكثر من 12 مليون كلمة، وتحتوي على قواعد نحوية وصرفية تجعلها فريدة من نوعها. إن تعلم اللغة العربية والاعتزاز بها هو أمر مهم لكل فرد، لأنها تعبر عن هويتنا وثقافتنا. فلنحرص جميعاً على تعلمها والتحدث بها بكل فخر، ولنجعلها جزءاً من حياتنا اليومية كما أن تعزيز مكانة اللغة العربية في العالم المعاصر يعد من أبرز التحديات التي نواجهها. لذا، ينبغي علينا أن نعمل على نشرها وتعليمها للأجيال القادمة، وأن نعتز بها كجزء من هويتنا الثقافية في الختام، لنحافظ على لغتنا العربية، ونعمل على إحيائها في حياتنا اليومية، فهي كنز يجب أن نعتز به وننقله بفخر إلى المستقبل .

هل تعلم

هل تعلم أن اللغة العربية من أكثر اللغات انتشاراً في العالم، حيث يُقدّر عدد الناطقين بها حالي 460 مليون شخص، مما يجعلها اللغة الخامسة الأكثر استخداماً في العالم هل تعلم أن اللغة العربية تستخدم في 22 دولة عربية، بالإضافة إلى بعض المناطق غير العربية، مثل أجزاء من إيران وتركيا وأفريقيا

الدعاء

اللهم إنا نسألك من فضلك ورحمتك فإنه لا يملكها إلا أنت



الابتسامة

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إياكم والظن فإن الظن أكذب الحديث"

الحكمة

الابتسامة هي اللغة العالمية التي يفهمها الجميع

كلمة الصباح

الابتسامة هي لغة عالمية، وهي تعبير بسيط يمكن أن يغير يوم شخص آخر. إنها ليست مجرد حركة شفيتين، بل هي شعور ينعكس على الوجه ويعبر عن الفرح والود. الابتسامة لا تكلف شيئاً، لكنها تعود علينا بالكثير من الفوائد. عندما نبتسم، ننشر الطاقة الإيجابية ونوجد أجواءً من السعادة والراحة.

هل تعلم

أن الابتسامة تساهم في إفراز هرمونات السعادة مثل الإندورفين والسيروتونين، مما يساعد على تحسين الحالة النفسية وفقاً لإحدى الدراسات، فإن الابتسامة يمكن أن تزيد من القدرة على التفاعل الاجتماعي، حيث وجد أن الناس يفضلون التعامل مع الأفراد المبتسمين.

الدعاء

اللهم اجعل لنا من كل ضيق مخرجاً، ومن كل هم فرجاً، وارزقنا من حيث لا نحسب



الكذب

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إِنَّ الصَّدْقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ، وَإِنَّ الرَّجُلَ لَيَصْدُقُ حَتَّى يَكُونَ صَدِيقًا. وَإِنَّ الْكَذِبَ يَهْدِي إِلَى الْفُجُورِ، وَإِنَّ الْفُجُورَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ، وَإِنَّ الرَّجُلَ لَيَكْذِبُ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللَّهِ كَذَابًا "

الحكمة

الكذب داء وصدق الحديث دواء

كلمة الصباح

إخوتي الطلاب، الكذب هو من أقبح الصفات التي يمكن أن يتحلى بها الإنسان. فهو يزرع الفتن ويؤدي إلى فقدان الثقة بين الأصدقاء والعائلة. قد يبدو الكذب في بعض الأحيان كوسيلة للنجاة من المواقف المحرجة، ولكنه في الحقيقة يجلب المزيد من المشاكل. الصدق هو أساس العلاقات الصحية، وهو ما يجعلنا نعيش بطمأنينة وراحة نفسية. لنجعل من الصدق سلوكاً نمارسه في حياتنا اليومية، ولنحرص على أن نكون دائماً صادقين مع أنفسنا ومع الآخرين.

هل تعلم

هل تعلم أن الأبحاث تشير إلى أن الأشخاص الذين يكذبون بشكل متكرر يعانون من مستويات أعلى من التوتر والقلق. كما أن الكذب يمكن أن يؤدي إلى مشاعر الذنب والشعور بالانفصال عن الذات. لذا، فإن اختيار الصدق ليس فقط خياراً أخلاقياً، بل هو أيضاً خيار صحي

الدعاء

اللهم احفظ أسنتنا من الكذب , وأعمالنا من الرياء يارب العالمين



مكافحة الفساد

الحديث الشريف

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه"

الحكمة

الفساد هو عدو التنمية، والنزاهة هي مفتاح النجاح

كلمة الصباح

الفساد هو سلوك يتسم بعدم النزاهة والشفافية، ويؤدي إلى تدهور المؤسسات والمجتمعات. إن مكافحة الفساد تتطلب جهوداً جماعية من الأفراد والمجتمعات . يجب علينا جميعاً أن نكون حذرين في تصرفاتنا، وأن نعمل على تعزيز قيم النزاهة والشفافية في حياتنا اليومية. لنساهم جميعاً في بناء مجتمع خالٍ من الفساد، حيث يسود العدل والمساواة
تعتبر الشفافية والمساءلة من الأدوات الأساسية لمكافحة الفساد. إذ تشير الإحصائيات إلى أن الدول التي تتمتع بمستويات عالية من الشفافية تشهد نمواً اقتصادياً أفضل وتحقيق مستويات أعلى من التنمية البشرية.

هل تعلم

هل تعلم أن الفساد يكبد الاقتصاد العالمي تريليونات الدولارات سنوياً؟
هل تعلم أن الدول التي تعاني من الفساد غالباً ما تواجه مشاكل في التعليم والصحة والتنمية؟
هل تعلم أن مكافحة الفساد تعزز من ثقة المواطنين في حكوماتهم وتساهم في تحسين جودة الحياة؟

الدعاء

اللهم بك أصبحنا وبك أمسينا وبك نحيا وبك نموت وإليك النشور



الاختبارات النهائية

الحديث الشريف

عن أنس رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال
((اللهم لا سهل إلا ما جعلت سهلاً ، وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً))

الحكمة

اجتهاد اليوم يحقق نجاح الغد

كلمة الصباح

عزيزي الطالب، تواجهنا جميعاً تحديات في حياتنا الدراسية، ومن أهم هذه التحديات هي الاختبارات النهائية. إن الاستعداد الجيد يساعدك على تحقيق أفضل النتائج. عليك بتنظيم وقتك، وتخصيص وقت للمذاكرة، وتجنب المماطلة. وتذكر أن النوم الجيد مهم جداً، فهو يساعد عقلك على التركيز ويعزز قدرتك على الاستيعاب

هل تعلم

هل تعلم أن النوم الجيد قبل الاختبارات يساعد على تحسين الذاكرة والتركيز؟ فقد أظهرت الدراسات أن الطلاب الذين ينامون لفترات كافية قبل الاختبارات يحصلون على درجات أعلى من أولئك الذين ينامون قليلاً

الدعاء

اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً
اللهم وفقنا باختباراتنا يارب العالمين



أهمية العلم

الحديث الشريف

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ -: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا، سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ»

الحكمة

-اطلب العلم ولا تكسل، فما أبعد الخير عن أهل الكسل

كلمة الصباح

العلم هو مفتاح الحضارة وتقدم الأمم، فهو يفتح أمام الإنسان آفاق المعرفة ويمنحه القدرة على التفكير النقدي وفهم العالم من حوله. بفضل العلم، نستطيع مواجهة التحديات وتحقيق التغيير الإيجابي. يعتبر العلم أساساً لبناء المجتمعات المتطورة والمستنيرة، حيث يساهم في رفع مستوى الوعي وتعزيز القيم الإنسانية. لذا، فإن السعي وراء العلم واجب على كل فرد، فهو يضيء الطريق نحو مستقبل أفضل.

هل تعلم

هل تعلم أن فضل العالم على العابد في الإسلام كفضل القمر-
ليلة البدر على سائر الكواكب
هل تعلم أن العلم يعتبر أساساً للتقدم البشري
هل تعلم أن أول ما نزل من القرآن (اقرأ)

الدعاء

اللهم علمنا ما ينفعنا، وانفعنا بما علمتنا، وزدنا علماً "سُبْحَانَكَ لَا
عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ



المحافظة على الكتب

الحديث الشريف

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ -: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا، سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ»

الحكمة

الكتاب هو صديق الإنسان الوفي فلا تتركه وحيداً بل اهتم به كما تهتم بصديقك

كلمة الصباح

إن الكتب ليست مجرد أوراق مكتوبة، بل هي جسر يربطنا بالعالم من حولنا. فهي تحتوي على أفكار وآراء وتجارب إنسانية متعددة. لذا، يجب علينا أن نحافظ عليها من التلف والإهمال. إليكم بعض النصائح للمحافظة على الكتب:

- احفظ الكتب في مكان مناسب، بعيداً عن الرطوبة والحرارة.
- استخدم فواصل للصفحات بدلاً من طيها.
- تجنب تناول الطعام أو الشرب بالقرب من الكتب.
- قم بتنظيف الكتب بانتظام للحفاظ على جودتها.

هل تعلم

هل تعلم أن الكتاب هو أحد أقدم وسائل المعرفة التي استخدمها الإنسان؟ يعود تاريخ أول كتاب إلى أكثر من 5000 عام، وعبر العصور، تطورت طريقة كتابة الكتب، ولكن قيمتها لم تتغير. فالكتب تمنحنا المعرفة وتساعدنا على فهم العالم بشكل أفضل.

الدعاء

اللهم علمنا ما ينفعنا، وانفعنا بما علمتنا، وزدنا علماً "سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ"