

حَيَاةٌ مُسْتَدَامَة

نزرع الوعي، ونبتكر الحلول، ونصنع الأثر

تقرير مشروع تطوعي بيئي

مسابقة أفضل عمل تطوعي – المحور البيئي | 2026–2027م

مدرسة رقية للبنات (10–12)

إشراف: أ. حسناء محمد حميد الحجرية

مديرة المدرسة: أ. ليلى هدوب الحجرية

دليل أقسام التقرير

1. بطاقة تعريف المشروع والفريق
2. الملخص وفكرة المشروع وجوانب تميّزه
3. أهداف المشروع والفئات المستهدفة
4. ارتباط المشروع بالمناهج واحتياجات الطالبات
5. خطة العمل ومراحل التنفيذ
6. سجل المبادرات والأنشطة المصوّرة
7. تنفيذ المشروع وقياس أثره ونتائجه
8. خدمة المجتمع وإمكانات التعميم
9. الشراكة المجتمعية
10. معرض الصور والتوثيق
11. الخاتمة
12. بيانات تستكمل وملاحظات للمراجعة

1. بطاقة تعريف المشروع والفريق

البيان	التفاصيل
اسم المشروع	حياة مستدامة
نوع المبادرة	عمل تطوعي بيئي
المدرسة	مدرسة رقية للبنات (10–12)
العام	2026–2027م
المسابقة	أفضل عمل تطوعي – المحور البيئي
المشرفة	أ. حسناء محمد حميد الحجرية
سنوات الخبرة	20 سنة
الهاتف	92800059
البريد الإلكتروني	29hassna.1001@gmail.com
مديرة المدرسة	أ. ليلى هدوب الحجرية

أعضاء الفريق

- أسيل سالم علي الحجرية
- آلاء سالم عامر الحجرية
- مياء إدريس محمد الحجرية
- أحلام حمد علي الحجرية
- فجر محمد عامر العمرية

2. الملخص وفكرة المشروع وجوانب تميّزه

نبذة عن المشروع

«حياة مستدامة» مبادرة تطوعية بيئية تسعى إلى المحافظة على البيئة من خلال إعادة تدوير النفايات، وترشيد استهلاك المياه، وزراعة الأشجار، بما يعزز قيم المسؤولية والمواطنة ويواكب توجهات الاستدامة في رؤية عُمان 2040.

ارتباط العنوان بالفكرة

يعكس عنوان «حياة مستدامة» مضمون المشروع وأهدافه في تعزيز الاستدامة البيئية والزراعية من خلال ترشيد الموارد وإعادة تدوير المخلفات، وحماية البيئة الطبيعية، ونشر ثقافة التشجير والزراعة المستدامة، وغرس قيم العمل التطوعي والمسؤولية والمواطنة.

تطوير أفكار سابقة وخصوصية المشروع

لا يقتصر المشروع على التوعية أو زراعة الأشجار؛ بل يقدم تطبيقات عملية تشمل جمع مياه تكثف أجهزة التكييف وإعادة استخدامها في ري النباتات، وتحويل المخلفات إلى مواد نافعة للزراعة المائية، وإعداد منتجات زراعية من الورق المستعمل، والاستفادة من بقايا الأخشاب في

مشروع «جمرة خضراء»، وصناعة أعمال فنية من المخلفات، وتوعية الزوار بأهمية الالتزام بالمسارات في البيئات الطبيعية لحماية الغطاء النباتي.

جوانب التميّز والإبداع

يتميز المشروع بتكامله بين الابتكار البيئي والتطبيق الزراعي والمشاركة المجتمعية؛ إذ يحول الموارد المهدرة إلى فرص نافعة، ويحوّل التوعية البيئية إلى ممارسات يمكن تطبيقها وتطويرها وتعميمها في المدرسة والمجتمع. ومن أمثلته: «اتبع مسارك»، و«قطرة تحيي شجرة»، و«بذور بين السطور»، و«أسفنجة الأرض»، و«جمرة خضراء»، والزراعة المائية، والاستفادة من المخلفات البلاستيكية والورقية في منتجات فنية وزراعية.

3. أهداف المشروع والفئات المستهدفة

1. ترشيد استهلاك الموارد الطبيعية والمحافظة عليها.
2. ترسيخ ثقافة الاستدامة البيئية والمجتمعية بين الطلبة.
3. تعزيز الممارسات البيئية الصحيحة وإعادة التدوير.
4. المساهمة في حماية التنوع الأحيائي النباتي.
5. تنمية مهارات العمل التطوعي والمواطنة الفاعلة.
6. دعم الإبداع في مجال البيئة والاستدامة.
7. تعزيز ثقافة الزراعة والتشجير.

تطبيق الأهداف على أرض الواقع

ترشيد الموارد المائية — وُضعت شتلات قرب أنابيب تصريف مياه أجهزة التبريد، كما جُمعت المياه في أوعية للاستفادة منها في الري. وتذكر الشرائح جمع أكثر من لتر من أحد الأجهزة دون تحديد فترة القياس.

ترسيخ الاستدامة — تعزيز إعادة التدوير والمحافظة على الموارد الطبيعية وزيادة الغطاء النباتي، ونقل السلوك البيئي إلى المجتمع عبر «سفيرات البيئة».

إعادة التدوير — إعادة استخدام الورق والبلاستيك والخشب، وتحويل المواد المستعملة إلى منتجات فنية أو زراعية بدل الاكتفاء بالشعارات.

حماية التنوع الأحيائي — إعداد مجسم «اتبع مسارك» ومقاطع مرئية ولافتات توعوية بشأن المسارات الصحيحة في رمال بدية بالتعاون مع فريق الدور الشبابي والشراكة المجتمعية.

التطوع والمواطنة — إشراك الطالبات في ملاحظة التحديات البيئية واقتراح حلولها وتنفيذ مبادرات تخدم المدرسة والمجتمع.

الابتكار — تنفيذ مشروعات «بذور بين السطور» و«أسفنجة الأرض» و«جمرة خضراء» بوصفها نماذج للاستفادة من الموارد وتطويرها.

الزراعة والتشجير — توزيع الشتلات وزراعة الأشجار في المدرسة وخارجها، وتقديم منشورات وإذاعات توعوية والتوجه إلى الزراعة المائية.

جاءت أنشطة المشروع بوصفها تطبيقًا عمليًا للأهداف السابقة، وتوجد صور التوثيق ضمن سجل الأنشطة والمعرض المصور في الصفحات التالية.

الفئات المستهدفة والمشاركة

الفئات المستهدفة: الطالبات، المعلمات، والمجتمع المحلي.

الفئات المشاركة: أعضاء فريق المشروع، معلمات الفنون والعلوم، فريق الدور الشبابي والشراكة المجتمعية، هيئة البيئة بمحافظة شمال الشرقية، أولياء الأمور، مشتل بدية، وشركة شامس الحجري للمعدات الزراعية.

4. ارتباط المشروع بالمناهج واحتياجات الطالبات

الارتباط بالمقررات الدراسية

يتوافق المشروع مع موضوعات دراسية في العلوم البيئية والأحياء والفنون التشكيلية واللغة العربية، من بينها الزراعة المائية والاستدامة المائية والتنوع الأحيائي وإعادة التدوير وزيادة الغطاء النباتي.

المقرر	الصف / الفصل	وجه الارتباط
العلوم البيئية	الثاني عشر	إدارة تلوث الهواء (ص 106).
العلوم البيئية	الحادي عشر	الاستدامة المائية.
الفنون التشكيلية	العاشر / الفصل الأول	تحويل الكرتون إلى أشكال فنية.
المؤنس	الحادي عشر / الفصل الثاني	درس «البيئة والتنمية».

مناسبة المشروع للمرحلة العمرية والميول

تتيح المبادرة للطالبات في هذه المرحلة تحمل المسؤولية وإظهار الانتماء الوطني وروح الخدمة المجتمعية والعمل التطوعي؛ إذ تشارك الطالبة في نشر الوعي البيئي وتصبح سفيرة للممارسات المستدامة في المدرسة والمجتمع المحلي.

كما تلبي الأنشطة جوانب عملية من احتياجات الطالبات وميولهن، من خلال تحويل المخلفات إلى منتجات فنية وزراعية، وتنمية مهارات حل المشكلات والبحث عن حلول للاستفادة من مياه المكيفات والمخلفات الورقية والخشبية والبلاستيكية.

5. خطة العمل ومراحل التنفيذ

المراحل الثلاث

المرحلة	الفترة المذكورة	أبرز الأعمال	الفئات المشاركة
الأولى: التخطيط	الأسابيع 1–3 من شهر سبتمبر 2026	تعريف الطالبات بفكرة المشروع وأهميته البيئية والتعليمية؛ تشكيل الفرق وتوزيع المهام؛ إعداد جدول الأنشطة والخطة الزمنية.	المعلمة المشرفة وطالبات الصفوف (10–12).
الثانية: التنفيذ	الأسابيع 4–7 من شهر أكتوبر 2026	حملة لزيادة الرقعة الخضراء بالتعاون مع أولياء الأمور والفرق التطوعية والمؤسسات الحكومية؛ وتنفيذ المشروعات المصاحبة.	الطالبات، المعلمة المشرفة، وأولياء الأمور.
الثالثة: التوثيق والعرض	الأسبوعان 8–9؛ وردا دون تحديد الشهر صراحة	تنظيم معرض مدرسي بعنوان «حياة مستدامة»؛ عرض الإنجازات وشرحها؛ توثيق المشروع وإعداد التقرير النهائي.	الطالبات والمعلمات والمجتمع المدرسي.

جدول الفعاليات كما ورد في شرائح خطة العمل

الفعالية	التاريخ في خطة العمل	الهدف
الاجتماع الأول	2026/09/13	شرح فكرة المشروع وتشكيل الفريق
الاجتماع الثاني	2026/09/16	وضع خطة العمل وتوزيع المهام
منشورات توعوية عن الزراعة والتشجير	2026/09/17	نشر ثقافة الزراعة والتشجير
توزيع شتلات برية	2026/10/21	زيادة الغطاء النباتي
تزيين ممرات المدرسة بأشجار الزينة	2026/09/22	زيادة الغطاء النباتي
زراعة أشجار داخل المدرسة	2026/09/21	زيادة الغطاء النباتي
وضع الأشجار قرب تصريف أجهزة التبريد	2026/09/22	الاستفادة من المياه المهدرة
منشورات حول مضار البلاستيك	2026/10/15	التوعية بمار البلاستيك
إذاعة مدرسية	2026/10/13	التوعية بالتشجير
معرض مصغر	2026/11/01	التعريف بالمشروع
مسابقة لأفضل مجسم من البلاستيك	2026/10/07	التشجيع على إعادة التدوير
تجميع مياه المكيفات وحصر الكمية	2026/10/06	ترشيد استهلاك المياه
مجسم «اتبع مسارك»	2026/10/19	حماية البيئة الفطرية
مقاطع مرئية توعوية	2026/09/27	التوعية بالحفاظ على البيئة
مشروع «بذور بين السطور»	2026/10/15	إعادة التدوير
مشروع «أسفنجة الأرض»	2026/10/29	ترشيد استهلاك المياه
مشروع «جمرة خضراء»	2026/10/22	إعادة التدوير
الزراعة المائية	2026/10/28	إعادة التدوير
مشروع «أنا أزرع»	2026/09/23	زيادة الغطاء النباتي
مشروع «شتلة لكل صف»	2026/10/20	غرس حب الزراعة

6. سجل المبادرات والأنشطة المصوّرة

فيما يلي بطاقات الأنشطة بترتيب قريب من التسلسل الزمني اعتمادًا على التواريخ الواردة في شرائح التوثيق. وقد وُضعت الصور الأصلية إلى جوار معلومات كل نشاط لسهولة استكمال الملف.

الاجتماع الأول: تشكيل فريق المشروع

التاريخ: 2026/09/13 | الهدف: شرح فكرة المشروع وتشكيل الفريق | المستهدفون: فريق المشروع | المنفذون: أ. حسناء محمد الحجرية



الاجتماع الثاني: توزيع المهام

التاريخ: 2026/09/16 | الهدف: وضع خطة العمل وتوزيع المهام | المستهدفون: فريق المشروع | المنفذون: أ. حسناء محمد الحجرية



توزيع منشورات عن التشجير وأهمية الزراعة

التاريخ: 2026/09/17 | الهدف: نشر ثقافة الزراعة | المستهدفون: الطالبات والمعلمات وأولياء الأمور | المنفذون: فريق المشروع



تصميم مقاطع توعوية مرئية

التاريخ: 2026/09/20 (بطاقة النشاط) | الهدف: نشر التوعية للحفاظ على البيئة | المستهدفون: المجتمع المدرسي والمجتمع المحلي | المنفذون: فريق حياة مستدامة

الفيديو			
الباركود			

توزيع الشتلات على الطالبات والمعلمات

التاريخ: 2026/09/21 | الهدف: زيادة الغطاء النباتي | المستهدفون: الطالبات والمعلمات | المنفذون: فريق المشروع





زراعة الغاف والسدر والمورينجا داخل المدرسة

التاريخ: 2026/09/21 | الهدف: زيادة الغطاء النباتي | المستهدفون: المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة





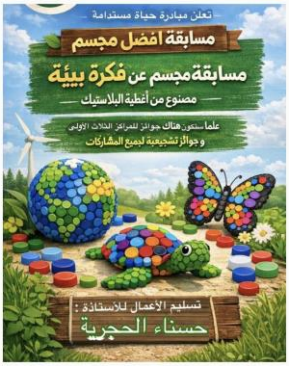
تزيين ممرات المدرسة بأشجار الزينة

التاريخ: 2026/09/22 | الهدف: زيادة الغطاء النباتي | المستهدفون: المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



مسابقة أفضل مجسم من البلاستيك

التاريخ: 2026/10/04 (بطاقة النشاط) | الهدف: إعادة استخدام البلاستيك | المستهدفون: طالبات المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



إذاعة مدرسية بمسرح العرائس

التاريخ: 2026/10/13 | الهدف: نشر ثقافة التشجير والزراعة | المستهدفون: طالبات المدرسة ومعلماتها | المنفذون: فريق حياة مستدامة بالتعاون مع أ. ثريا الحجرية





منشورات توعوية حول مضار البلاستيك

التاريخ: 2026/10/15 | الهدف: الحد من استخدام البلاستيك أحادي الاستخدام | المستهدفون: الطالبات والمعلمات وأولياء الأمور | المنفذون: فريق حياة مستدامة





المعرض المصغر لمشروعات «حياة مستدامة»

التاريخ: 2026/11/01 | الهدف: التعريف بالأعمال | المستهدفون: الطالبات والمعلمات | المنفذون: فريق حياة مستدامة



مشروع «أنا أزرع» بالشراكة مع أولياء الأمور

التاريخ: | 2026/09/23 الهدف: زيادة الغطاء النباتي وتحقيق شراكة مجتمعية | المستهدفون: المجتمع | المنفذون: أولياء الأمور والطالبات





مجسم «اتبع مسارك» لحماية البيئة الطبيعية

التاريخ: 2026/10/19 | الهدف: حماية الحياة الفطرية النباتية | المستهدفون: السياح والمجتمع المحلي | المنفذون: فريق حياة مستدامة

تتضمن الفكرة توعية مستخدمي المركبات في رمال بدية بضرورة الالتزام بالمسارات المناسبة.





الزراعة المائية

التاريخ: 2026/10/20 (بطاقة النشاط) | الهدف: تعزيز الغطاء النباتي | المستهدفون: المجتمع المدرسي | المنفذون: فريق حياة مستدامة





وضع الأشجار مع تصريف مياه أجهزة التبريد

التاريخ: 2026/10/22 (بطاقة النشاط) | الهدف: الاستفادة من مياه التقطير | المستهدفون: المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



مشروع «شتلة لكل صف»

التاريخ: 2026/10/29 (بطاقة النشاط) | الهدف: نشر ثقافة الزراعة والتشجير | المستهدفون: طالبات المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



المشاريع الطلابية :

تجميع مياه المكيفات وحصر الكمية

التاريخ: 2026/10/13 (بطاقة النشاط) | الهدف: الاستفادة من المياه المهدرة | المستهدفون: المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



مشروع «قطرة تحيي شجرة»

التاريخ: 2026/10/06 | الهدف: الاستفادة من المياه المهدرة من أجهزة التبريد | المستهدفون: المدرسة | المنفذون: فريق حياة مستدامة



مشروع «بذور بين السطور»

التاريخ: 2026/10/15 | الهدف: إعادة تدوير الورق المستهلك وتحويله إلى منتج زراعي | المستهدفون: المجتمع المدرسي والمجتمع المحلي | المنفذون: فريق حياة مستدامة

الفكرة: تحويل الورق المستعمل إلى عجينة تضم البذور لتكوين منتج زراعي.



مشروع «جمرة خضراء»

التاريخ: 2026/10/22 | الهدف: إعادة استخدام بقايا الأخشاب | المستهدفون: المجتمع المدرسي والمجتمع المحلي | المنفذون: فريق حياة مستدامة

الفكرة: تحويل بقايا الأخشاب إلى فحم بوصفه منتجًا يُستفاد منه.



مشروع «أسفنجة الأرض»

التاريخ: 2026/10/29 | الهدف: تقليل الحاجة إلى مياه ري المزروعات | المستهدفون: المجتمع المدرسي والمجتمع المحلي | المنفذون: فريق حياة مستدامة

الفكرة المذكورة: استخدام تربة ملائمة وإضافة مواد عضوية لتقليل الفاقد من مياه الري.



7. تنفيذ المشروع وقياس أثره ونتائجه

ملاءمة أساليب التنفيذ للأهداف

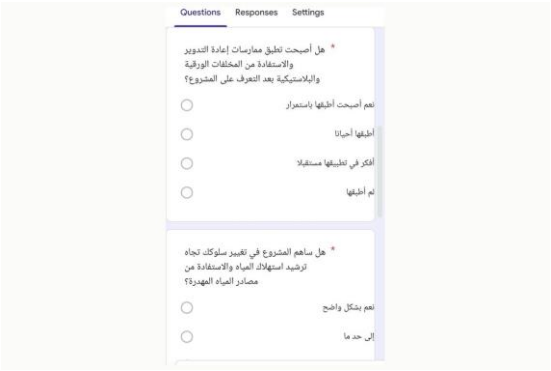
ترتبط الفعاليات والأنشطة بطبيعة المشروع وأهدافه، إذ تقدم نماذج تطبيقية للترشيد والتشجير وإعادة التدوير وحماية البيئة، وتتيح للطالبات ممارسة هذه القيم في أنشطة تطوعية ملموسة.

القيم الإنسانية والاجتماعية

تبرز في أنشطة المشروع قيم المسؤولية والمواطنة والتعاون والعمل التطوعي؛ فالمشاركة لا تقتصر على التوعية، بل تشمل تنفيذ أعمال تخدم الموارد البيئية للمدرسة والمجتمع المحلي، بما يتسق مع التوجهات المستدامة في رؤية عُمان 2040.

أداة قياس أثر المشروع

تنفيذ استبانة لقياس أثر مشروع «حياة مستدامة» شملت 40 طالبة. وهنا صورًا للأسئلة، منها أثر المشروع في ترشيد استهلاك المياه، والتشجيع على التشجير، وتطبيق إعادة التدوير، والاستعداد لدعم ممارسات الاستدامة لاحقًا.

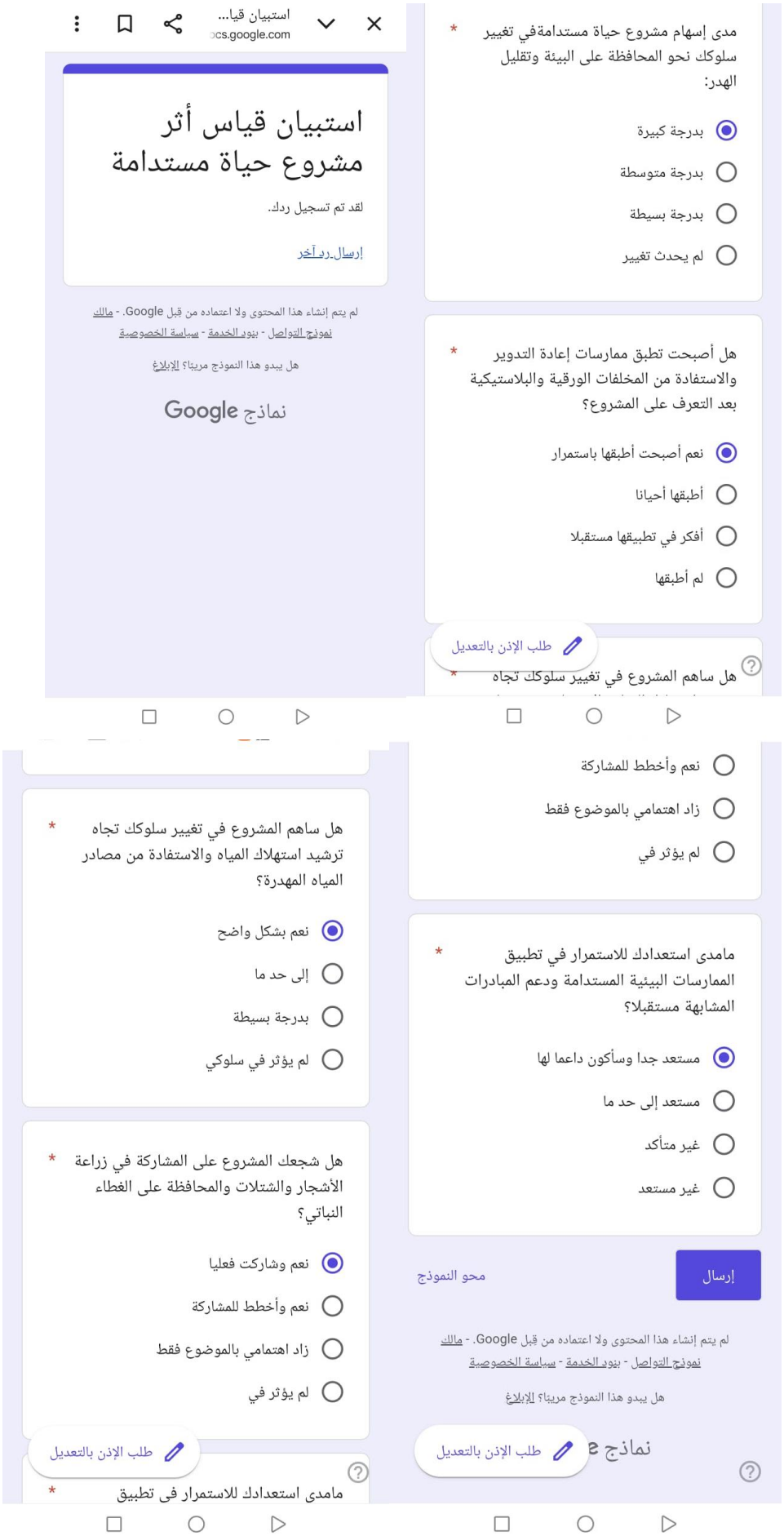




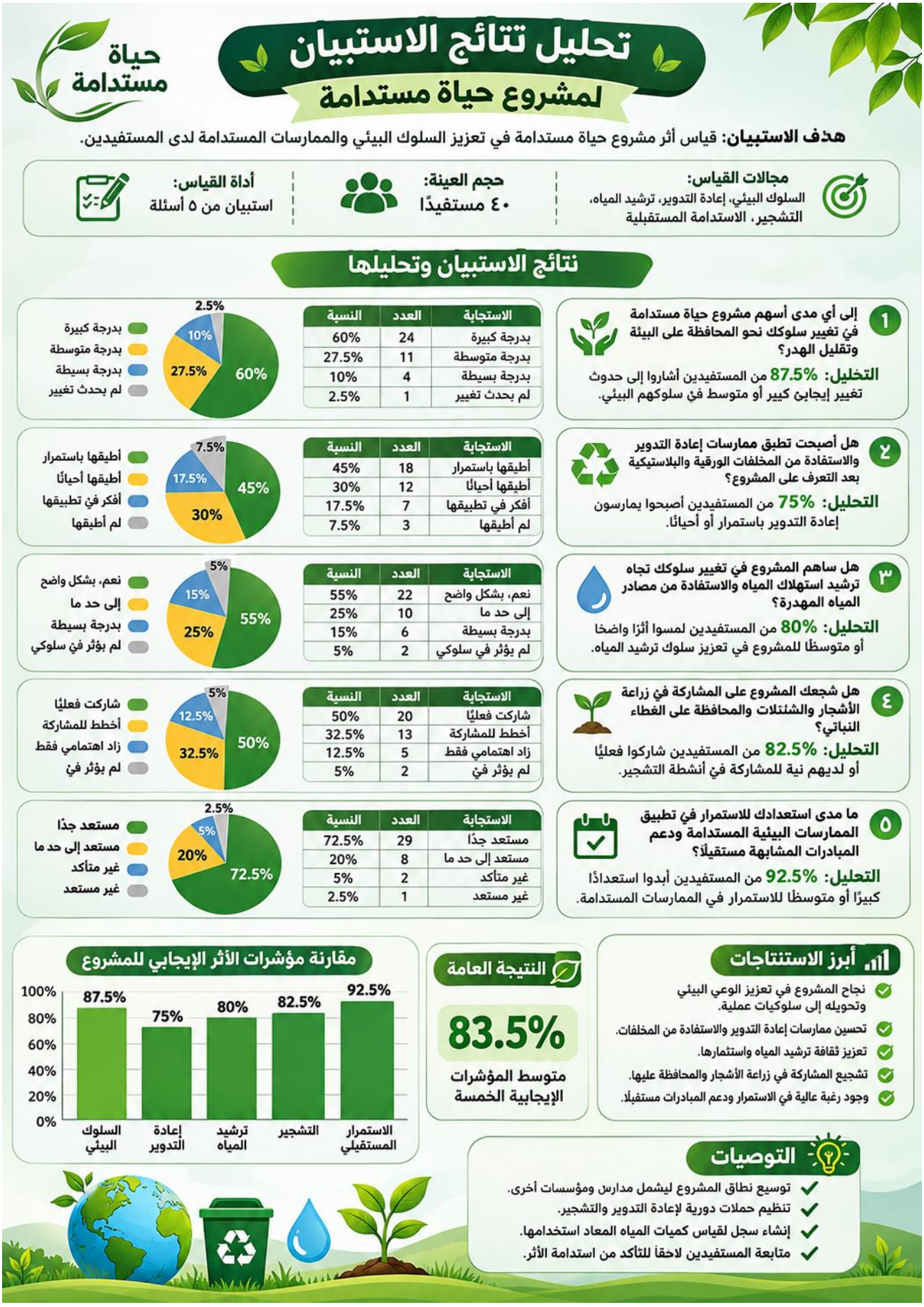




نماذج من الاستجابات:



تحليل الاستبيان :



8. خدمة المجتمع وإمكانات التعميم

الفئات التعليمية

يخدم المشروع الطالبات والمعلمات في المجتمع المدرسي، وينشر الوعي بالمحافظة على البيئة بوصفها مسؤولية مجتمعية. وتشمل آثاره المستهدفة المحافظة على الموارد المائية، والتقليل من النفايات بإعادة التدوير، وزيادة الغطاء النباتي، والتوعية بأهمية الزراعة.

المجتمع المحلي

مشاركة أولياء الأمور في التشجير وإعادة التدوير، والإشارة إلى التعاون مع جهات بيئية وزراعية ومحلية في توفير الشتلات والخبرة ونشر الوعي. ويمكن للمبادرات أن تمتد من المدرسة إلى الأسر والفرق التطوعية والمجتمع المحيط.

نشر التجربة وتعميمها

تطبيق جوانب من فكرة التشجير في مدرسة الحوية، ومدرسة حنظلة بن أبي عامر، ومدرسة الظاهر. كما تؤكد إمكانية نقل التجربة إلى مدارس ومحافظات أخرى، لاعتمادها على حلول عملية لتحديات مشتركة في المياه والنفايات والغطاء النباتي.

يتيح تعدد الأنشطة اختيار المبادرات الأكثر مناسبة لكل مدرسة بحسب الموارد المتاحة واحتياجات المجتمع؛ فالمشروع يجمع بين التوعية والتطبيق العملي ومشاركة الجهات المجتمعية.





9. الشراكة المجتمعية

الجهة / الشريك	نوع المساهمة
أولياء الأمور	المشاركة في الزراعة والتشجير وتشجيع الطالبات على أنشطة إعادة التدوير.
هيئة البيئة في شمال وجنوب الشرقية	دعم المشروع بالشتلات البرية والتوعية بمخاطر البلاستيك وأهمية المحافظة على الغطاء النباتي.
مشتل بدية	توفير شتلات للمشروع.
محل / شركة شامس الحجري للمعدات الزراعية	توفير التربة والأسمدة اللازمة للزراعة.
دائرة الثروة الزراعية وموارد المياه بولاية بدية	الاستفادة من الخبرات الزراعية والممارسات الحديثة في الزراعة.
بلدية بدية	المشاركة في حملات التوعية بالتشجير.
مركز التوعية والإرشاد بمنطقة اليريسة	التوعية بترشيد استهلاك المياه.
معلمات الفنون التشكيلية	المساندة في تنفيذ أعمال فنية من المخلفات؛ وذُكرت أ. وداد الحجرية.
فريق الدور الشبابي والشراكة المجتمعية	التعاون في توعية الزوار بالحفاظ على النباتات البرية والالتزام بالمسار.
حمد ماجد الحجري	مشاركة الخبرة في الحفاظ على البيئة.

10. معرض الصور والتوثيق

أُدرجت صور إضافية من نهاية العرض الأصلي وصُنفت حسب محاور المشروع. ويمكن إضافة صور جديدة تحت كل محور دون تغيير الهيكل العام.

الغطاء النباتي والتشجير


























مهرجان التشجير
إرثٌ أخضرٌ... وغرسٌ يدومُ






حياة مستدامة





إعادة التدوير والاستفادة من المخلفات









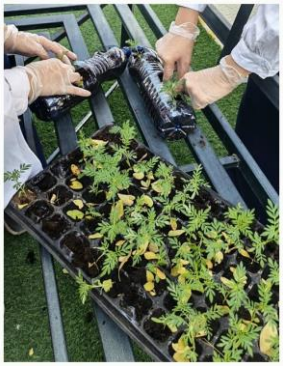





حياة
مستدامة

















حماية التنوع الأحيائي: «اتبع مسارك»







11. الخاتمة

في ختام مشروع «حياة مستدامة» في مدرسة رقية للبنات (10–12)، نؤكد أن الاستدامة ليست مجرد شعارات نرفعها، بل ممارسات عملية وسلوكيات إيجابية نصنع بها الفرق في بيئتنا ومجتمعنا. لقد جاء هذا المشروع ليحوّل التحديات البيئية داخل المدرسة إلى فرص للإبداع والابتكار، من خلال ترشيد استهلاك المياه وإعادة توظيف الموارد المهدرة، وإعادة تدوير المخلفات، وتعزيز الغطاء النباتي، ونشر ثقافة المحافظة على البيئة.

وقد أثبتت أنشطة المشروع أن الطالبة ليست متلقية للمعرفة فحسب، بل شريك فاعل في صناعة التغيير، وقادرة على ابتكار حلول مستدامة تبدأ من مدرستها وتمتد آثارها إلى المجتمع.

إن طموحنا لا يتوقف عند تنفيذ المبادرات، بل يتجاوز ذلك إلى ترسيخ ثقافة الاستدامة واستمرار الممارسات البيئية ونقل التجربة إلى مدارس ومجتمعات أخرى، لتصبح نموذجًا يُحتذى به في تحويل الأفكار إلى إنجازات، والموارد المهدرة إلى فرص، والعمل التطوعي إلى أثر مستدام.

فـ«حياة مستدامة» ليست مشروعًا ينتهي بتقرير، بل رسالة تستمر بغرس ينمو، وقطرة ماء تُصان، ومورد يُستثمر، ووعي يصنع مستقبلًا أجمل.