

Bijlage HAVO
2026

tijdvak 1

Arabisch

Tekstboekje

المتزلجة العُمانية "أمانى فانسى"



تقوم المتزلجة العُمانية "أمانى فانسى" بعرض رقصٍ على الجليد في "سلطنة عُمان" حيث ترتفع درجات الحرارة. يُعدّ هذا العرض نسخة جديدة من مسرحية "جميلة والوحش" التي أدتها فرقة "نجوم الجليد الدولية". بدأت فانسى بمسيرة التزلّج على الجليد خلال طفولتها، والذي قامت به آنذاك في حلبة صغيرة في عُمان، حيث تقلّ ممارسة هذه الرياضة. بعد فترة من التدريب، انتقلت إلى "دُبي"، وشاركت في دورات ومنافسات دولية، وحصدت جوائز عالمية وخاصة في مجال "الرقص على الجليد".

سيكون العرض مساء أيام الخميس والجمعة والسبت، بتاريخ 2، 3 و 4 يناير في مدينة "مسقط". لمزيد من المعلومات، يمكنكم زيارة موقع "دار الأوبرا السلطانية".

"الشبيبة"، الثلاثاء 13 ديسمبر 2024

أسد أفريقي



شهدت ولاية "غرداية" الجزائرية حادثة غير مألوفة بعد بلاغ ورد إلى الجهات الأمنية عن وجود أسد أفريقي كان يُربى داخل منزل عائلي. أبدى أحد زوار البيت دهشته من حجم الأسد وتعبّبه من كيفية فهمه لكلام صاحبه عند مناداته باسمه "سيزار". أفادت صحيفة "النهار" أن الجهات الأمنية المختصة بدأت تحقيقا لكشف هذه الحادثة ومعرفة مصدر الحيوان وكيفية تهريبه إلى البلاد. لذلك قامت الجهات الأمنية في المنطقة بضبط الأسد في منزل العائلة وتم حجزه. تُعد تربية الحيوانات المفترسة في المنازل ظاهرة غير معتادة وغير قانونية في المجتمع الجزائري، على الرغم من انتشارها في بعض الدول بمنطقة "الشرق الأوسط".

"ايمان بوجملين"، الجزيرة نت، يوم الثلاثاء، 2024-10-22

"لم أصدق ما شاهدته!"



انتشر مقطع فيديو يُظهر كلبا يتجول على قمة الهرم الأكبر بـ"مصر" الذي أصبح حديث مواقع التواصل المختلفة ووسائل الإعلام. قال مصوّر الفيديو "مارشال موشر" الأميركي في تصريحات لـ"العربية نت" إن المشهد لم يكن يُصدّق، حيث كان يطير فوق قمة الهرم باستخدام طائرة شراعية آلية عندما شاهد الكلب فوق قمته. تساءل موشر كيف صعد الكلب لهذا الارتفاع الشاهق وكيف تحمّل ما هو فوق قدرته وطاقته لكي يصعد إلى هذه القمة الشاهقة والصعبة؟ وأضاف مارشال: "لقد قدّم الكلب لنا وللعالم تجربة ملهمة مفادها أن أي شخص يستطيع أن يتحدّى الصعاب ويتجاوز العقبات، لكي يحقق أحلامه وطموحاته ويصل إلى ما يتمناه". احتفى الملايين بهذا الكلب وأطلق عليه البعض لقب "سفير السياحة المصرية" أو "أنوبيس المصري"، نسبة إلى الإله المصري القديم أنوبيس والذي كان يتم تصويره على شكل كلب.

"مارشال موشر"، "العربية نت"، 2 دجنبر 2024

مغامرة "نجلاء يونس"



- 1 في إحدى اللقاءات التلفزيونية كشفت الممثلة المصرية نجلاء يونس أنها عملت كسائقة سيارة أجرة، بسبب قلة الأدوار المناسبة التي يعرضها المخرجون على نجلاء بين الحين والآخر. كما أضافت أن لديها التزامات مادية ويجب أن تكسب المال لتلبية هذه الالتزامات.
- 2 عند سؤال المذيع لها "كيف خطرت على بالها هذه الفكرة؟" أجابت نجلاء بأن إحدى صديقاتها نصحتها أن تخوض هذه التجربة لتحسين دخلها المادي. تقول الفنانة المصرية بثقة: "إنه أمرٌ يمكن حدوثه لأي شخص منّا، فالجميع مُعرّض لموقف مثل موقفي، أي أن يمرّ بظروف مادية صعبة تُجبره على العمل في غير مهنته. في النهاية العمل ليس عيباً، المهم أنني لا أطلب المساعدة المادية من أحد."
- 3 في نهاية اللقاء أضافت نجلاء يونس وهي تضحك: "كانت تجربة تستحق القيام بها حقاً. بالإضافة إلى كسب المال، يمكنني الآن أن أتقن دور سائقة تاكسي، إذا عُرض عليّ تمثيل دور مثلها في المستقبل."

alarabiya.net, 2023

تعليم اللغة العربية لأبنائنا في بلد الغربة؟



1.....:

يعاني بعض المغتربين العرب في الدُول الناطقة بلغة غير العربية من بعض التحدّيات. أبرزها الذي يبدو ظاهراً، مثلاً عدم قدرة أبنائهم على التحدّث باللغة العربية بسبب اندماجهم في بيئة أجنبية. لقد اشتكت فئات كثيرة مُغتربة، من أنّ أبناءها لا يستطيعون قراءة نصوص عربية قصيرة، ولا حتى الكتابة، مما يبعث على الانزعاج في نفوس هذه العائلات.

2.....:

تقول "أم سارة" المقيمة في "الولايات المتحدة الأمريكية": "إنني أجد مشقّة في تعليم أبنائي اللغة العربية، والمحافظة عليها. ليس فقط على سبيل المحادثة، بل أيضاً في تطبيقها لقراءة القصص العربية. الموضوع فيه مشاكل لأننا نعيش في بلد لا يتحدث سُكّانه العربية، إذ مَهْمَا حاولتُ تنويع أساليب التعليم يبقى الملل سيّد الموقف لديهم."

3.....:

تحكي "لمى" وهي لبنانية تُقيم في "ألمانيا" أن لديها ابنة تبلغ من العمر ست سنوات وابناً يبلغ ثلاث سنوات. تضيف: "أواجه تحدّياً كبيراً في عدم قدرة أبنائي تعلم اللغة العربية، رغم أنني أتحدث إليهم بالعربية في المنزل طوال الوقت". تابعت لمى: "وجدت مدرسة تُدرّس اللغة العربية، بدأ أبنائي يذهبون إليها مرة في الأسبوع، وأنا كأم أقضي نحو 30 دقيقة يومياً لمتابعتهم في القراءة والكتابة."

4.....:

تُضيف لمى: "همّي الأكبر هو تعليم أبنائي العربية، فهي لغتهم الأم وجزء من ثقافتهم العربية، وأيضاً أرغب في أن يتعلموها بشكل جيد يُمكنهم من التواصل بطريقة واضحة ومفهومة مع عائلتنا في بلدنا لبنان."

"ختام عامر"، "بي بي سي عربي"، 18 ديسمبر 2024

"خلاف الزليج" بين "الجزائر" و"المغرب". ما حقيقته؟



- 1 انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعي صورة أكّد ناشروها أنها القميص الذي صمّمته شركة "بوما" للمنتخب المغربي عليه نقوش من الزليج. جاء ذلك بعد خلاف على تصميم شركة "أديداس" قمصاناً لمنتخب الجزائر الذي ظهر عليه الزليج المغربي. على ضوء الخلاف، ظهرت هذه المنشورات التي تدّعي أنّ شركة بوما ردّت على التصميم الجديد بآخر للمنتخب المغربي يحمل الزليج. الزليج عبارة عن صناعة تقليدية في المغرب لبلاط تزيينه رسوم ملوّنة، ويُستعمل في الأرضيات وعلى الجدران.
- 2 تبين أنّ هذا الادعاء لا أساس له من الصحة، والصورة مجرد عمل فني لشاب مغربي. أظهر البحث عن الصورة المتداولة أنها منشورة في 16 أكتوبر على صفحة مغربيّة عبر "فيسبوك"، قامت بنشر هذا القميص مُشيرة بصراحة إلى أنّ صاحبه يُدعى "عبد الشافي". في حديث مع وكالة "فرانس برس" أكّد عبد الشافي أنه صاحب التصميم، بدلاً من "بوما" وقام بنشره عبر صفحات مواقع التواصل الاجتماعي المغربيّة ليتعرّف الناس على موهبته.

"فرانس برس"، "الحرّة"، 19 أكتوبر 2022



عملية التشجير في مدينة "الإسكندرية"

- 1 أعلنت مدينة الإسكندرية المصرية أنها نجحت في زرع أنواع مختلفة من الأشجار ضمن المبادرة الوطنية لزراعة 100 مليون شجرة. يبلغ عدد الأشجار المزروعة حتى الآن 300 ألف شجرة مثمرة وغير مثمرة. أوضحت المدينة في بيان لها حقيقة صورة متداولة عن قطع 14 نخلة، مؤكدة أنها كانت عددا من النخل المصاب بوباءٍ مُضِر. أقرَّت حينها لجنة مُتخصصة تضم خبراء في مجال الزراعة وأساتذة من كلية الزراعة في جامعة الإسكندرية، بأن مستوى البواء وصل لدرجة ضرورة 14. ذلك لما تمثله من خطورة كبيرة على حياة المواطنين.
- 2 أشارت المدينة إلى أنها أطلقت عدداً من المبادرات، منها مسابقة "الإسكندرية تتألق بميادينها" لتحفيز الأحياء والإدارة المركزية المسؤولة عن تجميل المدينة عبر الاهتمام بالحدائق العامة وزيادة المساحات الخضراء.

"جاكسين منير"، "الجمعة"، 14 يونيو 2024

كأس العالم للطبخ



- 1 يتبارى الطهاة من كل أنحاء العالم في إعداد أشهى الأطباق والمأكولات، استعدادا لمباراة "كأس العالم للطهاة 2024". تستضيف مدينة "الإسكندرية"، التصفيات النهائية المؤهلة لكأس العالم للطهاة سبتمبر 2024.
- 2 قال الشيف "محمد مصطفى البدويهي"، رئيس مؤسسة الطهاة في الإسكندرية، إنه سيتم في حفل الختام إلقاء الضوء على المطبخ المصري التراثي. قال الشيف إنه سيتم تصعيد أعلى 4 شيفات للمشاركة في مسابقة كأس العالم للطهاة التي ستتم إقامتها في سبتمبر 2024 في مدينة "ليون" بدولة فرنسا.
- 3 غالبا ما يترك الطهاة وظيفتهم ستة أشهر لتحضير أنفسهم للمسابقة، بحسب ما نشرت صحيفة "تايمز" البريطانية، حيث يسافر كثيرون من مطعم إلى آخر. يبحثون عن فكرة ملهمة قد تفوز بإعجاب لجنة التحكيم، وهم يتدربون في مطابخ مصممة لهذا الغرض تكون نسخة طبق الأصل من المستخدمة في المراحل النهائية من المسابقة.

عن "العربية.نت"، 2024

قرية مصرية تربي النحل



1 تشتهر قرية "حصة شبشير" في محافظة "الغربية" المصرية بتربية النحل وإنتاج العسل منذ الأربعينيات، لكن سكانها يقولون إنهم يكافحون للاستمرار في هذا العمل وسط زيادة التحديات. يقول السكان إن تغير المناخ وارتفاع درجات الحرارة أثرا على المحاصيل الرئيسية اللازمة لتربية النحل، مثل البرسيم والحمضيات وغيرها من النباتات التي 21 النحل.

2 قال "فؤاد دران"، وهو صاحب شركة محلية لتربية النحل في قرية حصة شبشير: "النحل موجود في القرية منذ الأربعينيات من القرن الماضي، وكانت بداية ذلك على يد رائد من رواد تربية النحل في "مصر" والوطن العربي، الحاج "إسماعيل عثمان".

3 ذكر فؤاد دران أن عوامل أخرى مثل ارتفاع تكاليف دورات الإنتاج دفعت المنتجين إلى الابتعاد عن هذا المجال. أضاف قائلاً: "أكثر من 90 في المئة من أهل القرية يمتنعون مهنة تربية نحل العسل حتى عام 2022، لكن بدأت العراقيل تواجه مهنة تربية نحل العسل سواء على مستوى مصر أو على مستوى القرية بداية من أزمة "كورونا"، ما أثر على ارتفاع تكاليف مستلزمات الإنتاج المختلفة. نحن نحتاج إلى هيئة تمثل الثروة النحلية على غرار هيئة الثروة السمكية وهيئة الثروة الحيوانية."

"صحيفة العرب"، 22/05/2024

"علي نجيب" الفنان البحريني



- 1 علي نجيب، البالغ من العمر 37 عاماً، يقوم بجمع قطع الأخشاب من الشواطئ أو من أماكن إلقاء المخلفات ويحولها إلى قطع أثاث في ورشته الصغيرة في مدينة "المنامة". عملية إعادة التصنيع هذه لا تخلو من الحرفية والمهارة.
- 2 قال الفنان علي نجيب لـ "سكاي نيوز عربية": "أقوم بأعمال الخشب منذ طفولتي. كانت في منزل جدي ورشة نجارة صغيرة، ولذلك اعتدت القيام ببعض العمل فيها مثل ترتيب الخشب وتنظيف الورشة، بعد ذلك ثقّفت نفسي من خلال مشاهدة مقاطع الفيديو عبر الإنترنت وأصبحت نجاراً بدوام كامل حالياً وهذا ما ساعدني على تطوير نفسي كفنان."
- 3 أضاف علي نجيب: "أحب استخدام مخلفات الخشب وأغصان الشجر الملقاة وإعادة تدويرها لصنع إكسسوارات لطيفة أو هدايا من هذا النوع من الأخشاب." 26 نجيب شغفه بالفن والحفاظ على البيئة، ويرى أن عمله هذا مهم، حيث يمنح قطع الخشب المهمة حياة أخرى، بدلاً من إلقيها في القمامة.

"سكاي نيوز عربية"، مايو 2023

مستجدات حديقة الحيوانات بـ"الرباط"



- 1 أعلنت الحديقة الوطنية للحيوانات بالرباط أنه سيتم ابتداء من يوم الأحد المقبل تقديم شبلٍ للزوار من فصيلة "أسود الأطلس"، وُلِدَ في شهر أغسطس بنفس الحديقة. ذكرت الحديقة في بلاغ لها أن الشبل الآن تحت مراقبة الفرق التقنية التابعة للحديقة. ذلك في إطار تدابير التتبع البيطري والرعاية الخاصة التي يستفيد منها هذا النوع من الحيوانات المنقرضة في البرية منذ مطلع القرن الماضي.
- 2 هذه الولادة التي تُعد الأولى من نوعها منذ تشكيل مجموعة جديدة من أسود الأطلس سنة 2022، وهي ثمرة برنامج الحفاظ على هذا النوع الخاص والرمزي من التراث الحيواني المغربي. يُعد المغرب الذي يشتهر بتنوعه البيولوجي الفريد وتراثه الحيواني والنباتي، البلد الوحيد حالياً الذي يحافظ على أسود الأطلس، ويحتضن أكبر مجموعة في العالم من هذا النوع، الذي تتراوح أعداده بين 30 و40 فرداً من خلال برنامج الحفاظ على أسود الأطلس.
- 3 تهدف حديقة الحيوانات بالرباط إلى تعزيز 30 منتظم ومراقب من ناحية، وتدبير متوازن يضمن ظروف رعاية الحيوانات من ناحية أخرى، بغية الحفاظ على النسل بشكل يضمن بقاء هذا النوع على المدى الطويل. من المقرر تنظيم حملات توعية بضرورة حماية الأنواع المهددة بالانقراض خلال العطل المدرسية المقبلة، بهدف التذكير بتاريخ أسود الأطلس وأهمية هذا التراث للأجيال المستقبلية.

"جاكولين منير"، "طنجة 24"، 14 يونيو 2024

نجوم التسعينيات أمام تغيرات المشهد الغنائي في "مصر"



- 1 حقق موسيقيون مصريون شهرة واسعة خلال تسعينيات القرن الماضي وأوائل الألفية الجديدة عبر ألبوماتهم الغنائية. ولكن التغيرات التي طرأت على المشهد الغنائي في مصر والعالم العربي في السنوات الماضية أدت إلى تراجع مطربي التسعينيات عن طرح ألبومات غنائية، مُكتفين بأغاني "السينجل" (الأغاني المنفردة).
- 2 قال الفنان المصري "أحمد السماحي" إن ذلك يعود إلى ظهور جيل جديد من الشعراء والملحنين والموزعين. يبدو أن هؤلاء تعاملوا بسرعة مع التطورات الاجتماعية والتقنية في العالم العربي، وفهموا أذواق الشباب، وعرفوا مهارات التسويق والتفاعل على وسائل التواصل الاجتماعي، على خلاف بعض فناني التسعينيات.
- 3 هناك بعض الاستثناءات على ما قاله أحمد السماحي، مثل "عمرو دياب" الذي اشتهر في تسعينيات القرن الماضي، وما زال من المطربين القلائل الذين ينتظمون في طرح ألبومات جديدة. كذلك يشارك عدد من نجوم التسعينيات، مثل "مصطفى قمر"، بالتمثيل والغناء في البرامج التلفزيونية.
- 4 يلفت أحمد السماحي النظر إلى أن الوضع المالي له عامل كبير في البقاء على الساحة، فبعض مطربي التسعينيات لا يمتلكون مالياً كافياً لإنتاج ألبومات بأنفسهم. يضيف أحمد السماحي أن المطرب الذكي هو الذي أدرك تغيرات العصر ونجا بنفسه من طوفان التكنولوجيا الحديثة.

"داليا ماهر"، "الشرق الأوسط"، 4 أكتوبر 2024

أخبار الطقس في المغرب



- 1 تضرب موجة من البرد القارس المغرب منذ عطلة نهاية الأسبوع الماضي، وهي الثانية من نوعها خلال أسابيع قليلة. وتسبب ذلك بتساقط الثلوج في مناطق قاحلة من البلاد، مثل مدينتي "زاكورة" و"ورزازات" عند أبواب الصحراء في جنوب المغرب، وهذا أمر غير اعتيادي هناك. هذا وتم إغلاق الطرق نتيجة لذلك. تداولت وسائل التواصل الاجتماعي صوراً للمدينتين ومدينة "تارودانت"، في ظاهرة مناخية غير مألوفة في المغرب.
- 2 وصف أحد سكان "زاكورة" التي تقع في الجزء الجنوبي الشرقي من المغرب، وعلى بُعد حوالي 700 كيلومتر من الرباط، المشهد قائلاً: "لقد تساقطت الثلوج في زاكورة للمرة الأخيرة في الستينيات! السكان مذهولون لأنهم معتادون هنا على موجات الحر والجفاف أكثر." أعلنت شبكة الأرصاد الجوية أن هذه الأحوال الجوية ناتجة عن كتل هوائية قادمة من شمال أوروبا باتجاه الصحراء.

www.france24.com, augustus 2019

Lees verder op de volgende pagina.

Lees eerst de opgave voordat je naar de tekst gaat.

نصائح للدراجين المبتدئين

المقعد

ليس من الضروري إنفاق الكثير من المال لأجل شراء دراجة، لكن من الضروري التأكد من طول المقعد المناسب لك، فالمقعد الأقصر قد يتسبب بأضرار بالركبة، والأطول قد يؤدي الظهر، فإذا شعر الراكب أن ساقيه ممتدتان بالكامل، فهذا دليل على أن ارتفاع مقعد الدراجة مضبوط بشكل صحيح.

معدات أساسية

الخوذة تحمي الرأس، مع ضرورة التزوّد بزوجين من القفازات و"شورت" مبطن لركوب الدراجة، ومحفظة الأدوات لإصلاح الثقوب، مع الالتزام بقواعد السلامة.



المعرفة الميكانيكية

يجب الأخذ في الاعتبار تعلم القليل من ميكانيكا الدراجات، وذلك للتمكن من إصلاح أي عطل يحدث بها، خاصة لدى الخروج بها بدون صحبة، مع الحفاظ على نظافة سلاسل إطارات الدراجة بشكل دوري ما يساعد في حركتها بسهولة.

الصحة

ينصح باستشارة الطبيب لمن يعاني من أمراض القلب عند ركوب الدراجة الهوائية.

أماكن ركوب الدرجات الهوائية في السعودية

مسار "وادي حنيفه" - الرياض

تجربة مميزة وسط الصحراء للدراجين، إذ تمتد المناظر الخلابة في المسار، وعلى طول 30 كيلومتراً، ابتداء من "سد العلب" في شمال الدرعية حتى طريق المدينة المنورة جنوباً.

مسار "وادي لبن" - الرياض

يقع الوادي على بعد 25 كيلومتراً، جنوب غربي مدينة الرياض، ويمتاز بالمناظر الطبيعية والطرق الوعرة، ما يسمح بالتمتع بتجربة مميزة في ركوب الدراجات الهوائية.

ممشى واجهة "جدة" البحرية - جدة

يُعد ممشى واجهة جدة البحرية الأطول بين المماشي، إذ يبلغ طوله 4500 متر، وعرضه عشرة أمتار، وهو مكان رائع للعائلات لقضاء يوم مميز في ركوب الدراجات الهوائية والاستمتاع بالمناظر الخلابة والأجواء الرائعة.

www.sayidaty.net

Lees eerst de opgave voordat je naar de tekst gaat.

برنامج الرياضة "إدراك"

ترتبط اللياقة البدنية والصحة بشكل عميق! فحالتك الصحية العامة مرتبطة بمدى صعوبة التمرين الرياضي الجسدي الذي تقوم به يوميا والتكرارات التي تتمّ بها ممارسة كل تمرين، بالإضافة طبعاً إلى عدد المرات التي تتجنب فيها تناول الوجبات السريعة والمشروبات الغازية والعادات السيئة كالتدخين مثلاً. لذلك سنكون في هذه الدورة المجانية مدرك الشخص المعتمد للوصول معك إلى نتائج فعالة.

1 الخطة الدراسية

الوحدة الأولى: أساسيات ممارسة الرياضة وتحقيق الأهداف

ستتعرف في هذه الوحدة على الأساسيات التي لا يمكننا ممارسة الرياضة دونها، وما المعوقات التي تمنعنا من ذلك وكيفية التغلب عليها، وكيف يمكننا التخطيط لأهداف فعالة ومنطقية في الجانب الصحي لحياتنا.

الوحدة الثانية: تمارين رياضية بوزن الجسم

هذه الوحدة ستقدم لنا مجموعة متنوعة من التمارين الرياضية التي يمكن القيام بها باستخدام وزن الجسم، أي أنه يمكننا القيام بها في المنزل بدون أي أدوات رياضية أو باستخدام أدوات بسيطة.

الوحدة الثالثة: تمارين رياضية في النادي

سنقوم بهذه الوحدة بالتعرف على بعض التمارين الأساسية التي يمكننا القيام بها في النادي الرياضي. هذه التمارين تغطي جميع عضلات الجسم باستخدام عدة آلات رياضية، وسنتعرف فيها أيضاً على فوائد رياضات عضلة القلب.

2 رعاة ومدرّبو البرنامج



حنان عودة



محمد أياس



فاتن تفاحة

"فاتن تفاحة": التدريب الرياضي المعتمد عالمياً

تملك فاتن 13 عاماً من التدريب الاحترافي في اللياقة البدنية والخبرة الإدارية. هي خريجة بكالوريوس تربية رياضية من الجامعة الأردنية. تدرجت إلى مدير فروع وشريك في أحد أكبر النوادي الرياضية في الأردن، متخصصة في تقديم التدريب الرياضي المعتمد دولياً، وتيسير الامتحانات الدولية للخريجين وفق أحدث المعايير العالمية.

"محمد أياس": اللياقة البدنية دون المنشطات

نشأ أياس في بيئة تتمحور حول بناء الأجسام واللياقة البدنية، وكونه قد مر في مراحل عمرية مبكرة بزيادة في الوزن، فقد عزم على نقل تجربته لجيل الشباب. كما عكس موقفه الراسخ ضد المنشطات مع رسالته للتحفيز على الالتزام بنظام حياة صحي ومتوازن. بدأ أياس رحلة اللياقة البدنية في العام 1999 وحالياً هو مالك مركز رياضي.

"حنان عودة": الرياضة والصحة

حنان عودة متخصصة في الصحة والتغذية الذكية وترشد الآخرين لاتباع أسلوب حياة صحي وغني، وهي خبيرة تغذية معتمدة. وقد حصلت على العديد من الدورات المعتمدة من أكاديمية التغذية الأمريكية منها "مضاعفات مرض السُّكَّر وارتباطها باضطرابات الأكل". حنان لديها أيضاً خبرة في البرامج الغذائية الخاصة بحالات صحية متنوعة.

مؤسسة "إدراك للبرامج الرياضية"، عمّان، الأردن