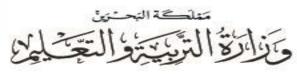


الدروس المقررة في التربية الأسرية للمرحلة الابتدائية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2023/2022م.





المادة /اسم المقرر ورمزه: : التربية الأسرية

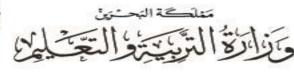
المحتوى العلمي المطلوب للفصل الدراسي الأول من العام الدراسيّ 2023/2022م

المسار: المرحلة الابتدائية

اسم الكتاب: : التربية الأسرية السرية الابتدائ

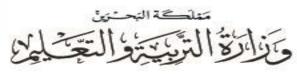
الملاحظات	الصفحة		الفصل
	(من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	(الوحدة)
	10-8	وجبة الفطور – فوائد وجبة الفطور	
	15-11	الحليب طعام صحي ومفيد	
	30	مشروبي المفضل	
	30		
	20-16	الطعام المنوع الصحي	الغذاء والتغذية
		المجموعات الغذائية	العداء والعداء
	26-21	الطعام المنوع الصحي	
		المجموعات الغذائية	
	31-27	الطعام المنوع الصحي	
		المجموعات الغذائية	





الملاحظات	الصفحة	4 7 41.1.	الفصل
	(من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	(الوحدة)
	32-35	كيف تعد طعامك الصحي (تطبيق عملي على	
	32-33	احدى المجموعات)	
	36-33	كيل الأطعمة – أدوات المطبخ	
		رتب مائدة الطعام (تطبيق عملي)	
	38-36	حافظ على سلامتك	
		استعد لتحضير طعامك	
	67-64	تنظيم الوقت	
	71-68	تنظيم الوقت	
<mark>المستثمر الذكي</mark> - <mark>برنامج انجاز</mark>	76-72	المصروف الشخصي	الإدارة والمسكن
	78- 77	المساهمة في الأعمال المنزلية – ادوات ومواد	
	/0- / /	التنظيف	
	85 - 79	تطبيق عملي مسح الغبار – ترتيب الغرف	_
_	87	أدوات الخياطة واحتياطات السلامة أثناء	
		الخياطة	الملابس والخياطة
	97-88	غرز الحياكة (تطبيق عملي)	





المادة /اسم المقرر ورمزه: : التربية الأسرية

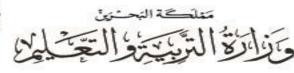
المحتوى العلمي المطلوب للفصل الدراسي الأول من العام الدراسيّ 2023/2022م

المسار: المرحلة الابتدائية

اسم الكتاب: : التربية الأسرية : الخامس الابتدائي

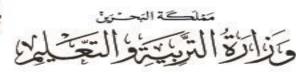
الملاحظات	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	13-9	المواد الأساسية في طعامنا	
	19-14	الفيتامينات - فيتامين أ + فيتامين ب	
	26-20	فیتامین ج + فیتامین د	الغذاء والتغذية
	30-27	المعادن (الكالسيوم - الحديد)	
	41-31	المعادن (الكالسيوم - الحديد)	
	64	جلى الأواني وترشيد استهلاك الماء	
	65	تطبيق عملي رفع الأواني من على الطاولة	الإدارة والمسكن
	71-66	أدوات الجلي — تحضير الأواني للجلي	





الملاحظات	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	82-79	المنسوجات الطبيعية والصناعية	
	88-83	المنسوجات الطبيعية والصناعية	
	90-89	المحافظة على ملابسك	
	94-92	الغسيل اليدوي- تطبيق عملي	الملابس والخياطة
	102-95	الغسيل اليدوي- كي الملابس	
	105-103	اصلاح الملابس	
	107-106	تركيب الأزرار (تطبيق عملي)	





المادة /اسم المقرر ورمزه: : التربية الأسرية

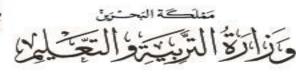
المحتوى العلمي المطلوب للفصل الدراسي الأول من العام الدراسيّ 2023/2022م

المسار: المرحلة الابتدائية

اسم الكتاب: : التربية الأسرية السادس الابتدائي

الملاحظات	الصفحة		الفصل
	(من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	(الوحدة)
	19-14	نتشابه في اشياء ونختلف في اشياء اخرى	
		أنا في عيون الآخرين	
		هذا انا	
		كيف تعبر عن مشاعرك وانفعالاتك؟	
		كيف تتعرف على احساس الآخرين ومشاعرهم؟	مهارات في
	22-20	هل أنت واثق من نفسك؟	الانضباط الذاتي والتفاعل
		ماذا تفعل لو انتابك شعور يضايقك؟	الاجتماعي
	26-23	احرص على بناء علاقات صحية مع الآخرين	
		بناء العلاقات الصحية في المدرسة	
		إنه لشيء فضيع ان يوصف الشخص انه كذاب	
	32-29	لماذا تحدث الخلافات بين الناس؟	





الملاحظات	الصفحة	4.3. (11.1	الفصل
	(من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	(الوحدة)
		كيف يتصاعد الخلاف؟	
		طرق حل الخلاف.	
		الأصدقاء	
	36-33	دوائر الأ <i>صد</i> قاء	
		هل تجمعك صفات مشتركة بينك وبين صديقك؟	
		مسئوليتك نحو صديقك	مهارات في
	43-37	من هو الشخص الحازم؟	مهارات ي الانضباط الذاتي
		مقاومة ضغوط الأصدقاء	والتفاعل
<mark>محیطنا-</mark> برنامج انجاز		بناء العلاقات الصحية داخل الفريق	الاجتماعي
	47-42	كيف يعمل أفراد الفريق معا؟	
	47-42	مسئولية أفراد الفريق تجاه بعضهم البعض	
		كيف اكون قائد الفريق؟	
	53-52	أنا وجسمي	
	56-54	أعمال أقوم بها وتحتاج إلى طاقة	التغذية والصحة
	59-57	اتعرف كيفية تولد الطاقة من الطعام	





الملاحظات	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	66-60	الأطعمة الكربوهيدراتية في الدليل الهرمي للغذاء	
	69-67	الغذاء المثالي للشخص الرياضي	
	70-70	حدد اهدافك لتغير سلوكك الغذائي	
	74-72	ارصد مدى تحقيق الأهداف الصحية	
	85-75	من الوزن الزائد إلى البدانة	
	94 -83	إنني كبرت يا أمي إنني كبرت يا أبي	
	106-95	إعداد وجبات خفيفة صحية (تطبيق عملي)	
	115-109	أجهزة في المنزل	tot(= 1.1
	127-115	أجهزة في المنزل	إدارة المنزل