

KINGDOM OF BAHRAIN

Ministry of Education



مَمْلَكَةُ الْبَحْرَيْنِ

وَزَارَةُ التَّحْيِيَّةِ وَالتَّعْلِيمِ

إدارة سياسات وتطوير المناهج
خطة المحتوى الدراسي

الدروس المقررة في مادة التربية الأسرية
للفصل الأول من العام الدراسي 2026-2027م
من الصف السابع إلى التاسع

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الأول 2026 / 2027م



المحتوى العلمي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2026/2027م

المسار: الحلقة الثالثة

المادة / اسم المقرر ورمزه: التربية الأسرية

الصف: السابع

اسم الكتاب: التربية الأسرية

الملاحظات	الاسبوع	الصفحة (من - إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	1	22-13 36-34	العمل الآمن في المطبخ العمل في معمل المدرسة	مهارات العمل في المطبخ
	2	24-23	توفير الوقت والطاقة في المطبخ	
	3	29-25	استخدام المكييل والموازين	
	4	33-30 44-37	اتباع الوصفة -مهارات أساسية في إعداد الأطعمة (تطبيق عملي)	
	5	57-49	التغذية السليمة في مرحلة البلوغ-المغذيات التي يحتاجها الجسم (البروتين)	الغذاء والتغذية
	6	62-58	المغذيات التي يحتاجها الجسم (الكربوهيدرات - الألياف-الدهون)	
	7	73-63	المغذيات التي يحتاجها الجسم (الفيتامينات -المعادن- الماء) أعراض سوء التغذية).	
	8	84-74	تخطيط وجبات غذائية متوازنة	

	9	100-79	تخطيط وجبات غذائية متوازنة ليوم-تحضير وجبة غذاء وتقديمها (تطبيق عملي)	
	10	110-103	العناية بالمظهر في سن البلوغ (النظافة والصحة والمظهر)	الملابس
	11	122-111	العناية بالمظهر في سن البلوغ (النظافة والصحة والمظهر)	
	12	126-123	اختيار الملابس	
	13	144-127	ترتيب الملابس	



المحتوى العلمي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2026/2027م

المسار: الحلقة الثالثة

الصف: الثامن

المادة / اسم المقرر ورسمه: التربية الأسرية

اسم الكتاب: التربية الأسرية

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الاسبوع	الملاحظات
مهارات الحياة	كيف تكون شخصًا ناجحًا؟	23-14	1	
	كيف تكون شخصًا ناجحًا؟	37-24	2	
	كيف تكون شخصًا ناجحًا؟	45-38	3	
	أنت وأهدافك في الحياة	56-46	4	
	أنت وأهدافك في الحياة	69-57	5	
	إدارة الوقت	76-70	6	
	إدارة الوقت	84-77	7	
الغذاء والتغذية	الحليب ومنتجاته (تطبيق عملي)	98-86	8	
	البيض (تطبيق عملي)	112-99	9	
	الخضراوات والفواكه (تطبيق عملي)	127-113	10	
	المهارات والتوابل والأعشاب العطرية (تطبيق عملي)	139-128	11	

	12	155-142	غسل الملابس	الملابس
	13	166-156	غسل الملابس (تطبيق عملي)	



المحتوى العلمي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2027/2026م

المسار: الحلقة الثالثة

الصف: التاسع

المادة / اسم المقرر ورسمه: التربية الأسرية

اسم الكتاب: التربية الأسرية

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من – إلى)	الاسبوع	الملاحظات
إدارة الموارد	ميزانية الأسرة	13-2	1	
	ثقافة المستهلك 1	22-14	2	
	ثقافة المستهلك 2	30-23	3	
الغذاء والتغذية	التخطيط لوجبات العائلة اليومية وإعدادها وتقديمها	40-32	4	
	التخطيط لوجبات العائلة اليومية وإعدادها وتقديمها-اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (اللحوم وبدائلها)"	48-41	5	
	التخطيط لوجبات العائلة اليومية وإعدادها وتقديمها-اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (الاسماك – لحم الطيور) (تطبيق عملي)	55-49	6	
	اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (بدائل اللحوم-البقول)- (الخبز والحبوب ومنتجاتها)	59-56	7	

	8	62-60	اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (طهو الحبوب ومنتجاتها) (تطبيق عملي)	
	9	67-63	اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (العجائن والمعجنات)	
	10	70-68	اختيار وإعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية (العجائن والمعجنات) (تطبيق عملي)	الغذاء والتغذية
	11	82-78	ترتيب مائدة الطعام وتقديمه (تطبيق عملي)	
	12	88-84	ماذا تفعل لو كنت جليس طفل؟ ¹ (تطبيق عملي)	رعاية الطفل
	13	98-89	ماذا تفعل لو كنت جليس طفل؟ ²	