

KINGDOM OF BAHRAIN

Ministry of Education



مَلَكَة الْبَحْرَنُ

وَزَارَة التَّرْبِيَةِ وَالْتَّعْلِيمِ

ادارة سياسات وتطوير المناهج
خطة المحتوى الدراسي

الدّروس المقرّرة في مادّة التربية الأسرية
للفصل الثاني من العام الدّراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ م

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الثاني 2025 / 2026 م



المحتوى العلمي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025/2026م

المسار: **المرحلة الإعدادية**

الصف: **الأول الإعدادي**

المادة/اسم المقرر ورمزه: **التربية الأسرية**

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

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

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

المحتوى العلمي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025/2026م

المسار: **المرحلة الإعدادية**

الصف: **الثاني الإعدادي**

المادة/ اسم المقرر ورمزه: **التربية الأسرية**

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الاسبوع	اللاحظات
مهارات الحياة	كيف تكون شخصاً ناجحاً؟	23-14	1	
	كيف تكون شخصاً ناجحاً؟	37-24	2	
	كيف تكون شخصاً ناجحاً؟	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	
	الخضروات والفواكه (تطبيق عملي)	127-113	10	
	البهارات 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 الثاني من العام الدراسي 2025/2026م

المسار: **المرحلة الإعدادية**

المادة/اسم المقرر ورمزه: **التربية الأسرية**

الصف: **الثالث الإعدادي**

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الاسبوع	اللاحظات
إدارة الموارد	ميزانية الأسرة	13-2	1	
	ثقافة المستهلك 1	22-14	2	
	ثقافة المستهلك 2	30-23	3	
	التخطيط لوجبات العائلة اليومية وإعدادها وتقديمها	40-32	4	
الغذاء والتغذية	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 (الأسماك - 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؟ (تطبيق عملي)	رعاية الطفل
	13	98-89	ماذا تفعل لو كنت جليس طفل؟	