

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 الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ م

وزارة التربية والتعليم – الفصل الدراسي الثاني 2025 / 2026 م



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

المسار: المرحلة الابتدائية

الصف: الرابع الابتدائي

المادة / اسم المقرر ورسمه: التربية الأسرية

اسم الكتاب: التربية الأسرية

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الأسبوع	الملاحظات
الغذاء والتغذية	وجبة الفطور – فوائد وجبة الفطور	14-10	1	
	الطعام الصحي المتنوع المجموعات الغذائية	16-15	2	
	الطعام المتنوع الصحي المجموعات الغذائية	18-17	3	
	الطعام المتنوع الصحي المجموعات الغذائية مشروبي المفضل الصحي	21-18 23-22	4	
	كيف تعد طعامك الصحي (تطبيق عملي على إحدى المجموعات)	42-31	5	
	كيل الأطعمة – أدوات المطبخ	27-25	6	
	رتب مائدة الطعام (تطبيق عملي)	30-28	7	

			حافظ على سلامتك استعد لتحضير طعامك	
	8	58-48	تنظيم الوقت	الإدارة والمسكن
	9	65-59	المصروف الشخصي	
	10	70-66	المساهمة في الأعمال المنزلية – أدوات ومواد التنظيف	
	11	76-71	تطبيق عملي مسح الغبار – ترتيب الغرف	
	12	78-77	أنا مسؤول	
	13	81-79 93-82	أدوات الخياطة واحتياطات السلامة أثناء الخياطة غرز الحياكة (تطبيق عملي)	الملابس والخياطة



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

المسار: المرحلة الابتدائية
الصف: الخامس الابتدائي

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

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الأسبوع	الملاحظات
الغذاء والتغذية	المواد الأساسية في طعامنا	13-9	1	
	الفيتامينات - فيتامين أ + فيتامين ب	19-14	2	
	فيتامين ج + فيتامين د	26-20	3	
	المعادن (الكالسيوم - الحديد)	30-27	4	
	المعادن (الكالسيوم - الحديد)	41-31	5	
الإدارة والمسكن	جلى الأواني وترشيد استهلاك الماء تطبيق عملي رفع الأواني من على الطاولة	64 65	6	
	أدوات الجلي - تحضير الأواني للجلي	71-66	7	
الملابس والخياطة	المنسوجات الطبيعية والصناعية	82-79	8	
	المنسوجات الطبيعية والصناعية	88-83	9	

الملاحظات	الأسبوع	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	10	90-89	المحافظة على ملابسك	
	11	94-92	الغسيل اليدوي- تطبيق عملي	
	12	102-95	الغسيل اليدوي- كي الملابس	
	13	105-103 107-106	اصلاح الملابس تركيب الأزرار (تطبيق عملي)	



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

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

المسار: **المرحلة الابتدائية**

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

الصف: **السادس الابتدائي**

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الاسبوع	الملاحظات
مهارات في الانضباط الذاتي والتفاعل الاجتماعي	نتشابه في اشياء ونختلف في اشياء اخرى أنا في عيون الآخرين هذا انا كيف تعبر عن مشاعرك وانفعالاتك؟ كيف تتعرف على احساس الآخرين ومشاعرهم؟	19-14	1	
	هل أنت واثق من نفسك؟ ماذا تفعل لو انتابك شعور يضايقك؟	22-20	2	
	احرص على بناء علاقات صحية مع الآخرين بناء العلاقات الصحية في المدرسة إنه لشيء فضيع ان يوصف الشخص انه كذاب	26-23	3	

الملاحظات	الاسبوع	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
	4	32-29	لماذا تحدث الخلافات بين الناس؟ كيف يتصاعد الخلاف؟ طرق حل الخلاف.	
	5	36-33	الأصدقاء دوائر الأصدقاء هل تجمعك صفات مشتركة بينك وبين صديقك؟	مهارات في الانضباط الذاتي والتفاعل الاجتماعي
	6	43-37	مسئوليتك نحو صديقك من هو الشخص الحازم؟ مقاومة ضغوط الأصدقاء	
	7	47-42	بناء العلاقات الصحية داخل الفريق كيف يعمل أفراد الفريق معا؟ مسئولية أفراد الفريق تجاه بعضهم البعض كيف اكون قائد الفريق؟	
	8	53-52 56-54 59-57 66-60	أنا وجسمي أعمال أقوم بها وتحتاج إلى طاقة اتعرف كيفية تولد الطاقة من الطعام الأطعمة الكربوهيدراتية في الدليل الهرمي للغذاء	التغذية والصحة
	9	69-67 70-70	الغذاء المثالي للشخص الرياضي حدد اهدافك لتغير سلوكك الغذائي	

الملاحظات	الاسبوع	الصفحة (من – إلى)	عنوان الدرس ورقمه	الفصل (الوحدة)
		74-72	ارصد مدى تحقيق الأهداف الصحية	
	10	85-75	من الوزن الزائد إلى البدانة	
	11	94 -83	إنني كبرت يا أمي إنني كبرت يا أبي	
	12	106-95	إعداد وجبات خفيفة صحية (تطبيق عملي)	
	13	115-109 127-115	أجهزة في المنزل	إدارة المنزل