

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 2025-2026 م

المسار: المرحلة الابتدائية

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

الصف: الرابع الابتدائي

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الأسبوع	اللإلاحظات
الغذاء والنفاذية	وجبة الفطور- فوائد وجبة الفطور	14-10	1	
	الطعام الصحي المنوع المجموعات الغذائية	16-15	2	
	الطعام المنوع الصحي المجموعات الغذائية	18-17	3	
	الطعام المنوع 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	
	9	65-59	المصروف الشخصي	
	10	70-66	المساهمة في الأعمال المنزلية – أدوات ومواد التنظيف	الإدارة والمسكن
	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 العلي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025-2026 م

المسار: المرحلة الابتدائية

المادة/اسم المقرررمزه: التربية الأسرية

الصف: الخامس الابتدائي

اسم الكتاب: التربية الأسرية

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الأسبوع	الملحوظات
الغذاء والتجذية	المواد الأساسية في طعامنا	13-9	1	
	فيتامينات - 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 للجلبي	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 العلي المطلوب لمادة التربية الأسرية للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025-2026 م

المسار: **المرحلة الابتدائية**

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

الصف: **السادس الابتدائي**

اسم الكتاب: **التربية الأسرية**

الفصل (الوحدة)	عنوان الدرس ورقمه	الصفحة (من - إلى)	الاسبوع	الملحوظات
مهارات في الانضباط الذائي والتفاعل الاجتماعي	نتشابه في اشياء ونختلف في اشياء اخرى أنا في عيون الآخرين هذا أنا كيف تعبر عن مشاعرك وانفعالتك؟ كيف تعرف 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 يتضاعد الخلاف؟ طرق حل الخلاف.	
	5	36-33	الأصدقاء دوائر الأصدقاء هل تجمعك صفات مشتركة بينك وبين صديقك؟	
	6	43-37	مسؤوليتك نحو صديقك من هو الشخص الحازم؟ مقاومة ضغوط الأصدقاء	مهارات في الانضباط الذاتي والتفاعل الاجتماعي
	7	47-42	بناء العلاقات الصحية داخل الفريق كيف يعمل أفراد الفريق معاً? مسئوليية 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 تعرف كيفية تولد الطاقة من الطعام الأطعمة الكربوهيدراتية في الدليل الهرمي للغذاء	التغذية والصحة
	9	69-67 70-70	الغذاء المثالي للشخص الرياضي حدد اهدافك لتغيير 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	ادارة المنزل