

مقترح لمقرر دروس المرحلة الإعدادية لمادة التربية الأسرية
لمستوى الأول الإعدادي للعام الدراسي 2019-2020م

وحدات المقرر	الموضوع	عدد الحصص	أرقام الصفحات	الملاحظات
وحدة مهارات العمل في المطبخ	هيا نتعارف & العمل الآمن في مطبخ	1	ص13-21	
	العمل في معمل المدرسة & توفير الوقت والطاقة في المطبخ	1	ص23-23 ص34-36	
	استخدام المكابيل والموازين	1	ص25-30	تطبيق عملي
	مهارات أساسية في إعداد الأطعمة " التقشير-التقطيع والفرم-البشر – فرد العجين"	1	ص37-44	تطبيق عملي
عدد الأسابيع لوحددة الموارد		4 أسابيع		
عدد الحصص لوحددة الموارد		4 حصص		

الملاحظات	أرقام الصفحات	عدد الحصص	الموضوع	وحدات المقرر
	ص 49-50 ص 70-73	1	التغذية السليمة في مرحلة البلوغ أهمية الطعام المتنوع أنواع المغذيات التي يحتاجها الجسم (الماء)	وحدة التغذية السليمة في مرحلة البلوغ
	ص 52-62	1	البروتين & الكربوهيدرات & الدهون & الألياف	
	ص 63-69	1	الفيتامينات & المعادن	
	ص 74-84	2	تخطيط وجبات غذائية متوازنة.	
تطبيق عملي	ص 79-90	1	إعداد وجبة متوازنة وتقديمها.	
		5 أسابيع	عدد الأسابيع لوحة الغذاء والتغذية	
		5 حصص	عدد الحصص لوحة الغذاء والتغذية	
	ص 103-122	2	العناية بالمظهر في سن البلوغ & النظافة والصحة الشخصية	وحدة العناية بالمظهر في مرحلة البلوغ
	ص 123-126	1	اختيار الملابس	
	ص 127-144	1	شراء الملابس- ترتيب الملابس	
		4 حصص	عدد الأسابيع لوحة العناية بالمظهر في مرحلة البلوغ	
		4 أسابيع	عدد الحصص لوحة العناية بالمظهر في مرحلة البلوغ	
	14 حصة		مجموع الحصص	
	14 أسبوع		مجموع الأسابيع	

إعداد:
أ/ عفاف الموسوي اختصاصية مناهج
ب بالتعاون مع
أ/ يسرى يوسف البصري
المعلمة الأولى بمدرسة السنايس الإعدادية

مقترح لمقرر دروس المرحلة الإعدادية لمادة التربية الأسرية
لمستوى الثاني الإعدادي للعام الدراسي 2019-2020م

الملاحظات	أرقام الصفحات	عدد الحصص	الموضوع	وحدات المقرر
بعض الأنشطة البيتية	ص43-14	3	هيا نتعارف & كيف تكون شخصا ناجحا؟	وحدة مهارات الحياة
نشاط بيتي ص52-53-56-59	ص69-46	2	انت وأهدافك في الحياة	
نشاط بيتي 73-74	ص82-70	2	إدارة الوقت & كيف نوفر الوقت	
		7 أسابيع	عدد الأسابيع لوحددة مهارات الحياة	
		7 حصص	عدد الحصص لوحددة مهارات الحياة	
تطبيق عملي واحد	ص98-89	1	الحليب ومنتجاته+ تطبيقات عملية	وحدة الغذاء والتغذية
تطبيق عملي واحد	ص111-99	1	البيض + تطبيقات عملية	
تطبيق عملي واحد	ص127-113	1	الخضراوات والفواكه+ تطبيقات عملية	
	ص138-128	1	البهارات والتوابل والأعشاب العطرية	
		4 أسابيع	عدد الأسابيع لوحددة الغذاء والتغذية	
		4 حصص	عدد الحصص لوحددة الغذاء والتغذية	

الملاحظات	أرقام الصفحات	عدد الحصص	الموضوع	وحدات المقرر
	ص 155-142	2	غسل الملابس	وحدة الأنسجة والملابس
	ص 165-156	1	إزالة البقع + تطبيقات عملية على إزالة البقع	
		3 أسابيع	عدد الأسابيع لوحدة الأنسجة والملابس	
		3 حصص	عدد الحصص لوحدة الأنسجة والملابس	
		14 أسبوع	مجموع عدد الاسابيع	
		14 حصة	مجموع الحصص	

إعداد:
أ/ عفاف الموسوي اختصاصية مناهج
بب بالتعاون مع
أ/ يسرى يوسف البصري
المعلمة الأولى بمدرسة السنابس الإعدادية

مقترح لمقرر دروس المرحلة الإعدادية لمادة التربية الأسرية
لمستوى الثالث الإعدادي للعام الدراسي 2019-2020م

الملاحظات	أرقام الصفحات	عدد الحصص	الموضوع	وحدات المقرر
	ص 2-13	2 حصص	ميزانية الأسرة	وحدة إدارة الموارد
	ص 14-28	2 حصص	ثقافة المستهلك	
		4 أسابيع	عدد الأسابيع لوحدة الموارد	
		4 حصص	عدد الحصص لوحدة الموارد	
	ص 33-40	1 حصة	التخطيط لوجبات العائلة اليومية وإعدادها وتقديمها.	وحدة الغذاء والتغذية
تطبيق عملي	ص 41-57	3 حصص	اختيار و إعداد الأطعمة لوجبات العائلة اليومية. • اللحم والبقول نظري	
تطبيق عملي	ص 58-81	3 حصص	• الخبز والحبوب ومنتجاته • ترتيب مائدة الطعام	
		7 أسابيع	عدد الأسابيع لوحدة الغذاء والتغذية	
		7 حصص	عدد الحصص لوحدة الغذاء والتغذية	

الملاحظات	أرقام الصفحات	عدد الحصص	الموضوع	وحدات المقرر
	ص 84-88	4 حصص	ماذا تفعل لو كنت جليس طفل.	وحدة رعاية الطفل
			وقت الطعام.	
			وقت التنظيف.	
			وقت النوم	
	وقت اللعب			
	ص 89-92		التدابير الوقائية لسلامة الطفل من الحوادث المنزلية.	
	ص 93-97			
		3 أسابيع	عدد الأسابيع لوحدة رعاية الطفل	
		3 حصص	عدد الحصص لوحدة رعاية الطفل	
		14 أسبوع	مجموع الاسابيع	
		14 حصة	مجموع الحصص	

إعداد:
أ/ عفاف الموسوي اختصاصية مناهج
تت بالتعاون مع
أ/ يسرى يوسف البصري
المعلمة الأولى بمدرسة السنابس الإعدادية