

الفصل الدراسي  
الثاني

# التربية الأسرية

## الصف الأول الابتدائي

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ١٢



ارسمي بيتاً ثم لونه:

البيت يحمينا من الحر والبرد



اذكري فائدة أخرى للبيت.

البيت يشعرنا بالأمان- تعيش بداخله الأسرة - نقضي بداخله الأوقات السعيدة.

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ١٣

نشاط

بيتي

اذكري فائدة اخري للبيت

بيتي له عنوان

في حي

في مدينة

رقم منزلي

في شارع

رقم الهاتف يكتب ويقرأ من اليسار إلى اليمين.



التالي

الرئيسية

السابق

# نشاط:



اكتبي رقم هاتف منزلك في المربعات التالية :

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ١٧

فكري

بيتي



ما اسم بيت الطائر؟؟

العش

التالي

الرئيسية

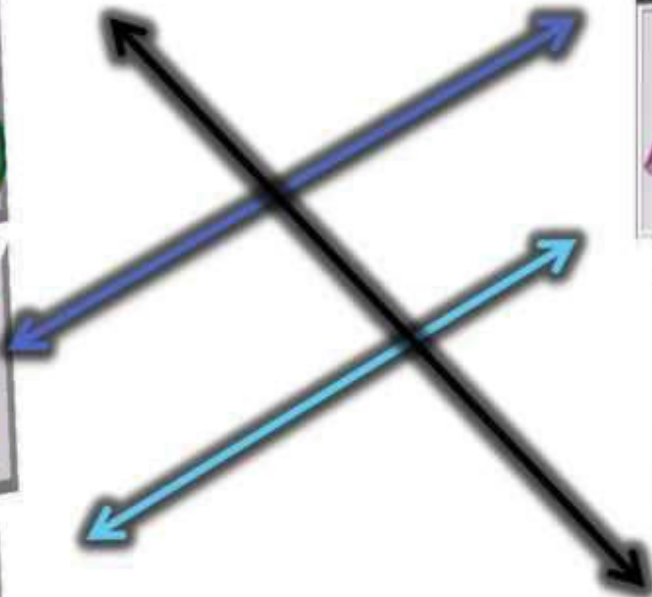
السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ١٨

هيا نمرح

بيتي

أصل كل مخلوق بيته الذي يعيش فيه



التالي

الرئيسية

السابق

٢

## نشاط:



- عددي مهناً أخرى.

راعي - معلم - تاجر - خياط  
نجار - حداد - شرطي  
مزارع

التالي

الرئيسية

السابق

## نشاط:



تخيلي أنك أم ، ما الأعمال التي ستقومين بها؟

أربي أبنائي جيداً

أحافظ على نظافتهم

أساعدهم على استذكار دروسهم.

التالي

الرئيسية

السابق



٤

نشاط



كتاب الطالبة  
صفحة ٢٤

أحيطي الأعمال التي يمكن أن تقومي بها لتساعدني والدتك:

أحيطي الأعمال التي يمكن أن تقومي بها لتساعدني والدتك:



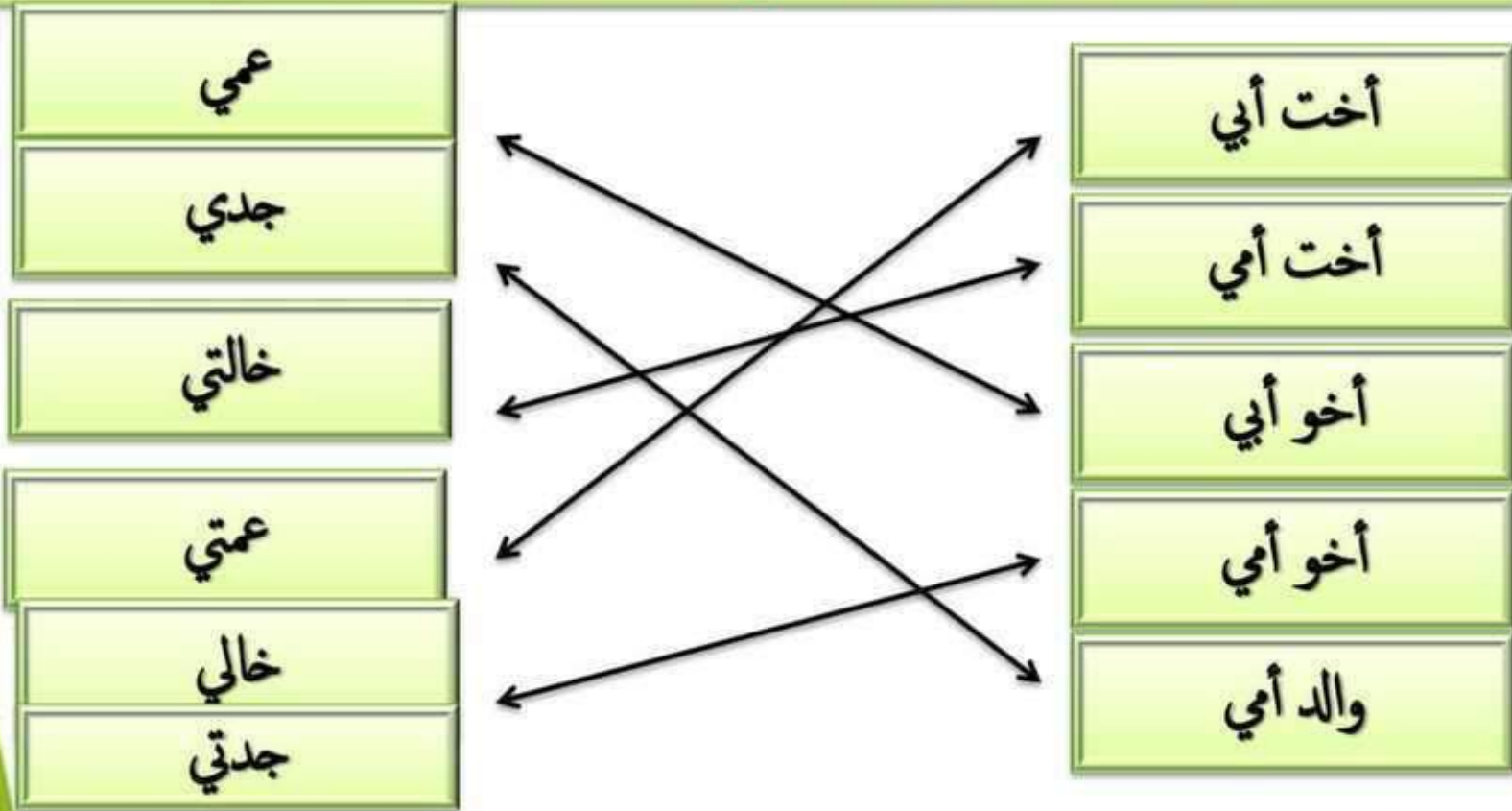
التالي

الرئيسية

السابق

# أسرتي

أصل العبارات من الجهة اليمنى بما يناسبها من الجهة اليسرى



التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٣٥

# ملابسي

لماذا اختار الملابس الجاهزة للمكان والوقت ؟



لأن كل وقت ومكان مخصص له ملابس مناسبة  
مثال عند النوم ارتدي الملابس المريحة

## نشاط

قررت عائلتك زيارة اقاربك ما الملابس التي تفضلين أن ترتديها

سأرتدي ملابس بألوان جميلة متناسقة تتناسب مع مجتمعي وقيمي

التالي

الرئيسية

السابق

أحضري لعبتك : وتحديثي عن طريقة اللعب  
والعناية بها.

- صفي ألوانها .

- متى تلعبين بها، وأين؟

- مَنْ يشاركك اللعب بها؟

- أين تحتفظين بها بعد اللعب؟

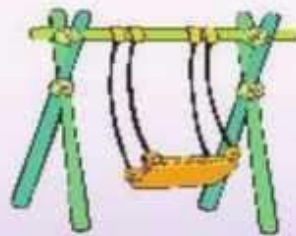


ملا بسي

هيا نمرح

كتاب الطالبة  
صفحة ٤٤

١ ارسم  حول الأشياء الخطرة التي  
تتجنبها أثناء اللعب:



التالي

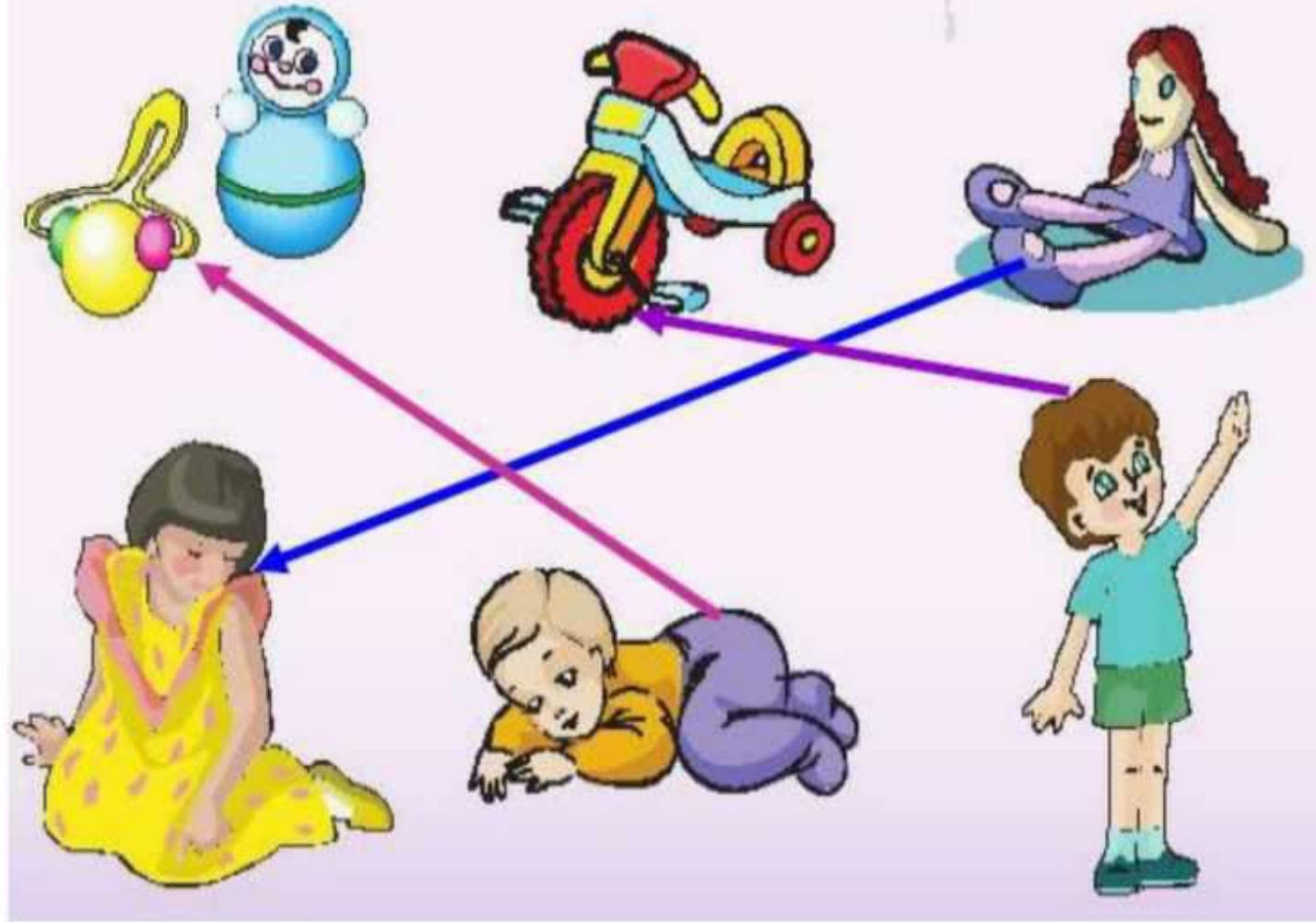
الرئيسية

السابق



# أعطي كل طفل اللعبة المناسبة له:

٣



التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٤٦

# مطبخي

في المطبخ.



أين تطبخ أمي  
الطعام؟

## نشاط



التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٤٧

# مطبخي

أنا أعرف مكونات مطبخنا جيدا وَاكتبها



بوتجاز



مغسلة



دولاب



الثلاجة

التالي

الرئيسية

السابق

## نشاط: ٢



١ - اكتبی الأصناف التي تفضلین تناولها باردةً.

الأيس كريم - العصائر - الماء -  
الفواكه - الحليب - الشوكولاتة - الكيك.



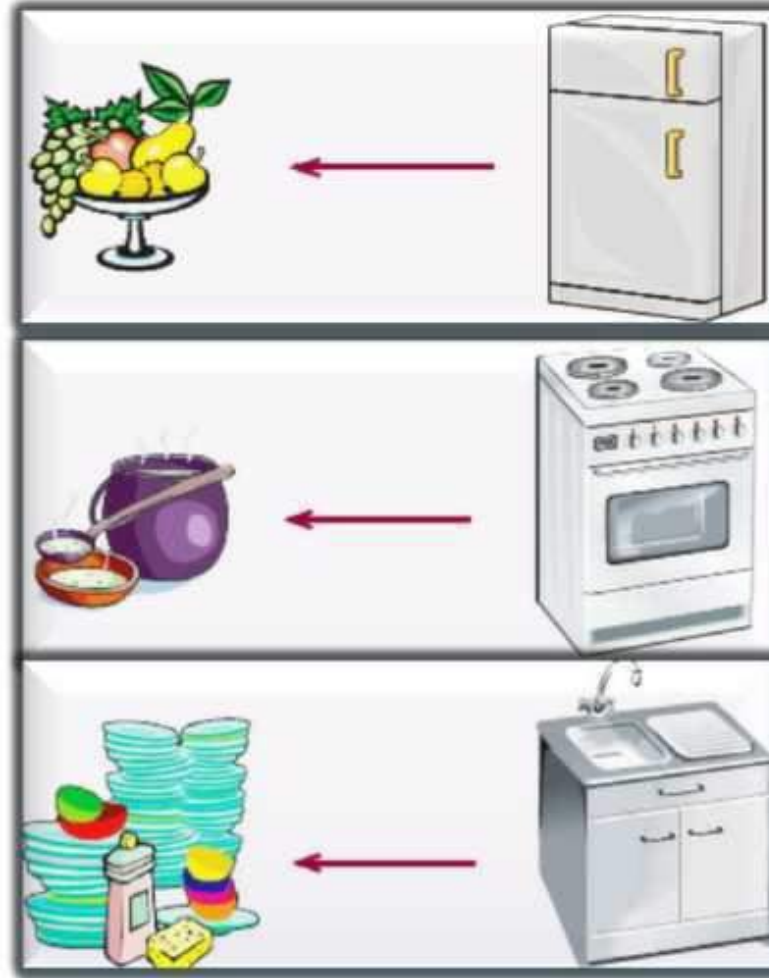
٢ - اكتبی الأصناف التي تفضلین تناولها ساخنةً.

الأرز - الدجاج - اللحم - الخبز  
الشوربة - الحليب - الفطير -  
المكرونه.

كتاب الطالبة  
صفحة ٤٨

## الوحدة ٤

نحن نستخدم



التالي

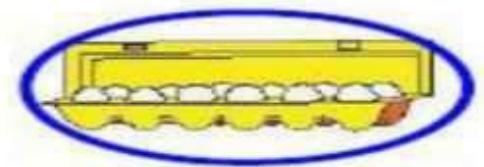
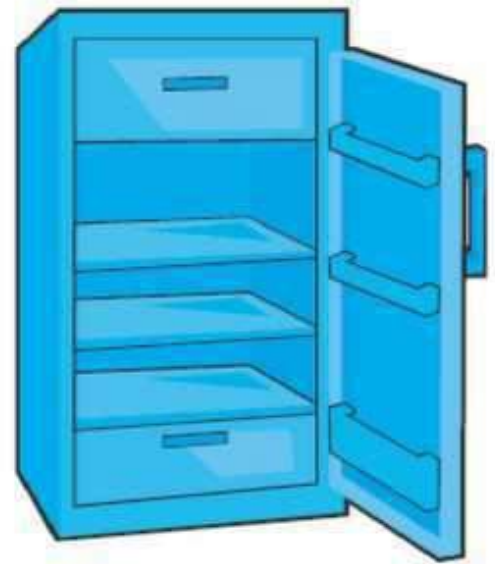
الرئيسية

السابق



أحيطي بدائرة ما يوضع في الثلاجة :

كتاب الطالبة  
صفحة ٤٩



التالي

الرئيسية

السابق



# مطبخي

## نشاط ٤

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٠

تعاوني مع معلمتك وزميلاتك في عمل صنف  
بسيط في مطبخ المدرسة..



السابق

الرئيسية

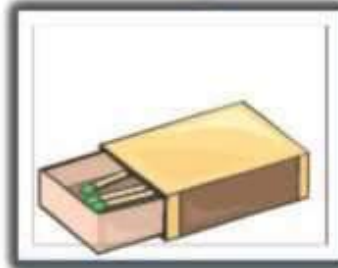
التالي



# مطبخي

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٠

في المطبخ مخاطر كثيرة



نشاط ٥

الإصابة الجروح  
أو الحرائق

ما الأضرار الناتجة عند الاقتراب من مصادر الخطر السابقة  
اذكري مخاطر اخري يتوقع حدوثها في المطبخ

التالي

الرئيسية

السابق

- اذكرى مخاطر أخرى يتوقع حدوثها في المطبخ.

مخاطر أخرى يتوقع حدوثها داخل المطبخ: ضيق  
التنفس بسبب تسرب الغاز.

التالي

الرئيسية

السابق





## اجمعي وألصقي صوراً لبعض أجهزة المطبخ:



التالي

الرئيسية

السابق

## مطبخي

### تذكري أن

تحفظي الطعام في الثلاجة  
لا تعبثي بمحتويات المطبخ  
تقدمي النصح لمن تلعب او تستذكر في  
المطبخ  
تساعدني والدتك في تنظيف المطبخ

التالي

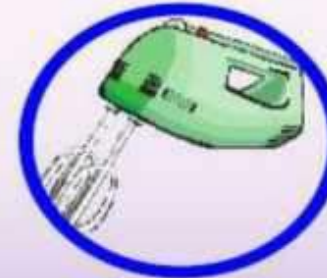
الرئيسية

السابق

هيا نمرح؟

أرسم حول أدوات المطبخ:

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٢



التالي

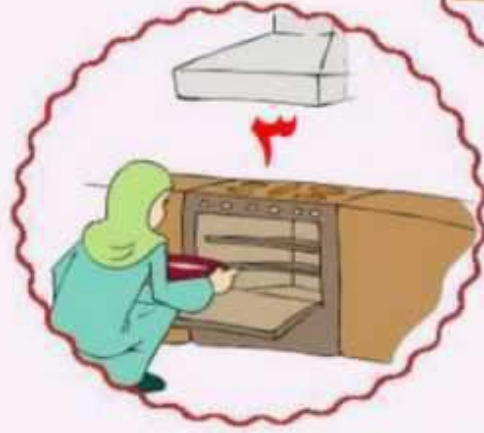
الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٥٤

- ١- إعداد المقادير.
- ٢- إضافة المقادير.
- ٣- وضع الصينية في الفرن.
- ٤- إخراج الصينية من الفرن بعد إتمام النضج.
- ٥- إعداد الوجبة للتقديم.



التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٦

التمهيد

الماء

ما أهمية الماء في الحياة؟

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٨

الماء

تحصل علي الماء من



الشلالات



الأمطار



البحار



التالي

الرئيسية

السابق

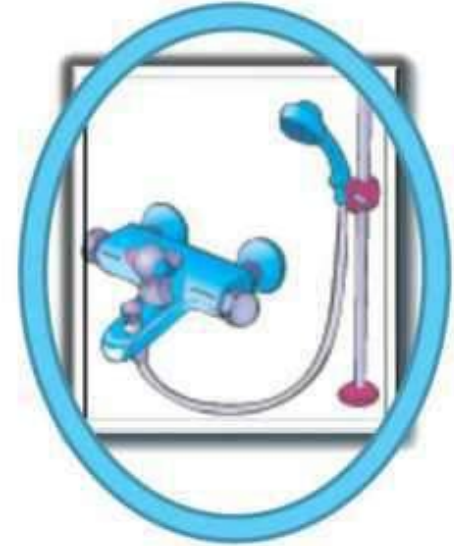
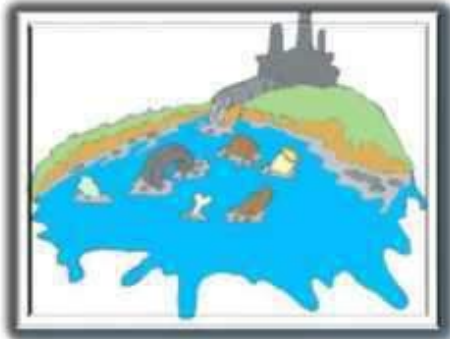


كتاب الطالبة  
صفحة ٥٨

انا اشرب الماء النظيف

نشاط

أحيطي بدائرة مصادر الماء النقي



التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٥٩

الماء

٦ أكواب من الماء يوميا



احتاج إلي

لماذا نكثر من شرب الماء في الصيف؟

فكري

لكي نعوض الماء الذي يخسره الجسم بسبب ارتفاع  
درجة الحرارة

التالي

الرئيسية

السابق

الماء

نشاط ٢

هل تعرفين استخدامات اخري للماء ؟ اذكرها

الاستحمام ، التنظيف ، غسل الملابس  
والصحون وتحضير الطعام

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٦٠



الماء

نشاط ٣

كتاب الطالبة  
صفحة ٦١

أكملي العبارة بكلمة من تعبيرك توضح أهمية الماء ...

الماء **سر الحياة فحافظ عليها**.....

أحافظ علي الماء ولا أسرف فيه

التالي

الرئيسية

السابق





كتاب الطالبة  
صفحة ٦١

نشاط ٤

ماذا سيحدث لو استخدمنا الماء كما في هذه الصورة؟

صورة تعبر عن  
إهدار المياه  
وتصرف خاطئ



التالي

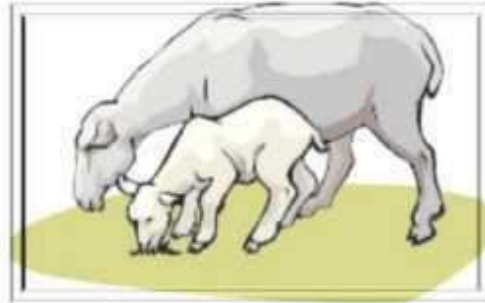
الرئيسية

السابق

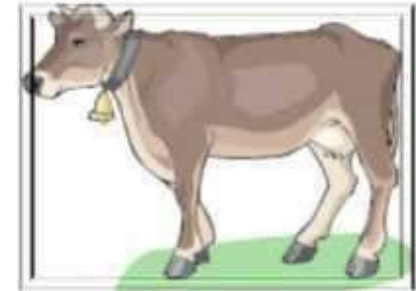
كتاب الطالبة  
صفحة ٦٦

الحليب

من أين تأخذ  
الحليب؟



الأغنام



البقرة

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٦٦



اذكري حيوانات أخرى نأخذ منها الحليب.

الإبل،

والجاموس.

التالي

الرئيسية

السابق



الحليب

من أنواع الحليب

كتاب الطالبة  
صفحة ٦٧



حليب طبيعي



حليب مجفف

التالي

الرئيسية

السابق





كتاب الطالبة  
صفحة ٦٧

اذكري منتجات أخرى للحليب .

القشطة - اللبن - الجبن.

التالي

الرئيسية

السابق



الحليب

نشاط

كتاب الطالبة  
صفحة ٦٨

اذكري بعض الأصناف التي يدخل الحليب في إعدادها

الجبن ، القشدة ، اللبنة ، الزبدة

البسكويت

الآيس كريم

مهلبية

الكعك

الحلويات

العصائر

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٧١

لا

نعم

×

✓

✓

أقوم نفسي

أشرب الحليب كل صباح

أضيف السكر بكثرة إلى الحليب

أتناول الحليب في المدرسة

أذكر اسم الله قبل الشرب

التالي

الرئيسية

السابق

# الحليب

كتاب الطالبة  
صفحة ٧٣

ابحث عن الكلمة المطلوبة من خلال الكلمات التالية :-

ا  
ل  
ح  
ل  
ي  
ب

- الحرف الأول من الروب.
- الحرف الثاني من العنب.
- الحرف السادس من التضاع.
- الحرف الثاني من الجبن.
- الحرف الخامس من البطيخ.
- الحرف الرابع من الزبدة.

الحليب

الكلمة

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٧٤

## الفواكه والخضروات



ماذا يُباع في  
هذا المحل؟

الفواكه

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٧٤



كرز



موز



فراولة



حجب



تفاح



عنب

الفواكه والخضروات

الفواكه أنواع منها



التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٧٤

نشاط

الفواكه والخضروات

أي الفواكه تفضلين

الموز ، العنب ، التفاح

أغسل الفواكه جيدا قبل تناولها

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٧٥

نشاط

الفواكه والخضروات

سمي الفواكه ثم ضعي خطا تحت الفواكه التي تؤكل مع قشرها :



فراولة

عنب

كمثري

كيوي

موز

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٧٥

## الفواكه والخضروات

### الخضروات انواع منها



فلفل

باذنجان

بصل

طماطم

جزر

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٧٥

نشاط ٣

الفواكه والخضروات

اذكري أنواعا أخرى من الخضراوات

فاصولياء - كوسة - بازلاء  
يقدونس - ملوخية.

أي الخضروات تفضلين ؟

بعض الخضراوات تؤكل نيئة وبعضها مطبوخة

التالي

الرئيسية

السابق



كتاب الطالبة  
صفحة ٧٧

## الفواكه والخضروات

يعمل العصير من الفواكه والخضراوات



الفواكه والخضراوات تقيني من الأمراض بإذن الله

التالي

الرئيسية

السابق

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٠

وقتي

أيام الأسبوع

١

الساعة

٢

وقت الفراغ

٣

التالي



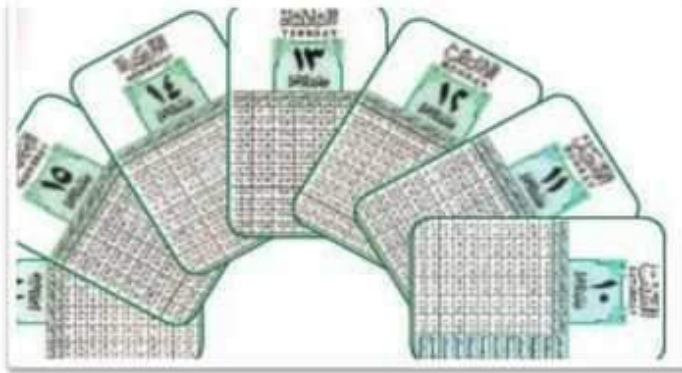
كم عدد ايام الأسبوع؟

عدد أيام الأسبوع سبعة.

كتاب الطالبة  
صفحة ٩١

# أيام الأسبوع

عدد ايام الأسبوع ٧



## نشاط ١

# أيام الأسبوع

لوني أول أيام الأسبوع باللون المفضل لديك:

السبت

الأحد

الاثنين

آخر يوم في الأسبوع :- الجمعة



# أيام الأسبوع

نذهب إلى المدرسة من يوم الأحد إلى الخميس

العطلة المدرسية في نهاية الأسبوع وهما يوما الجمعة و السبت



أي أيام الأسبوع تفضلين؟ ولماذا؟ لوتي اليوم المفضل لديك.



الاثنين



الأحد



السبت



الخميس



الأربعاء



الثلاثاء



الجمعة

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٣

في الشهر أربعة أسابيع

أيام الأسبوع

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد	السبت
٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨
٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	١٦	١٥
٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	٢٣	٢٢
					٣٠	٢٩

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٣

نشاط ٣

أيام الأسبوع

اكتب اليوم والتاريخ الذي تعلمت فيه هذا الدرس:

١٤ / / .....

# أيام الأسبوع

## نشاط ٤

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٣

كوني من الحروف التالية يوماً من أيام الأسبوع، واكتبيه :

ا	ع	ل	ف
ط	خ	ن	م
ي	ك	س	و

.....الخميس.....

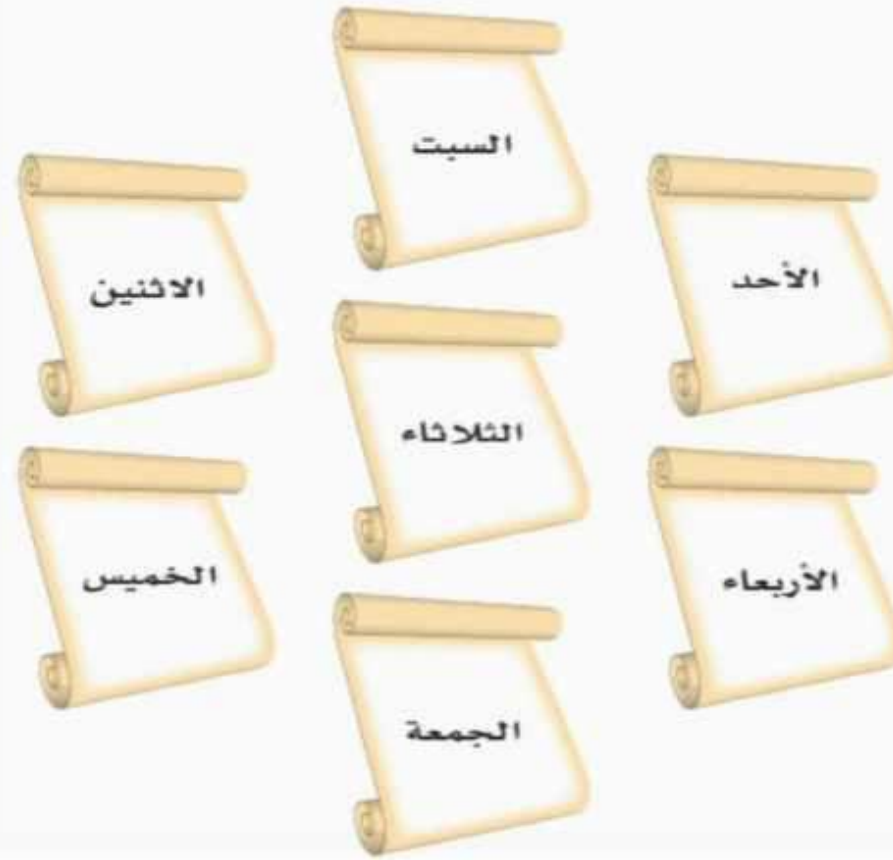


# أيام الأسبوع

## نشاط ٥

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٤

أحيطي اليوم الذي ولدت فيه :



كتاب الطالبة  
صفحة ٩٥

## أيام الأسبوع

### تذكري أن

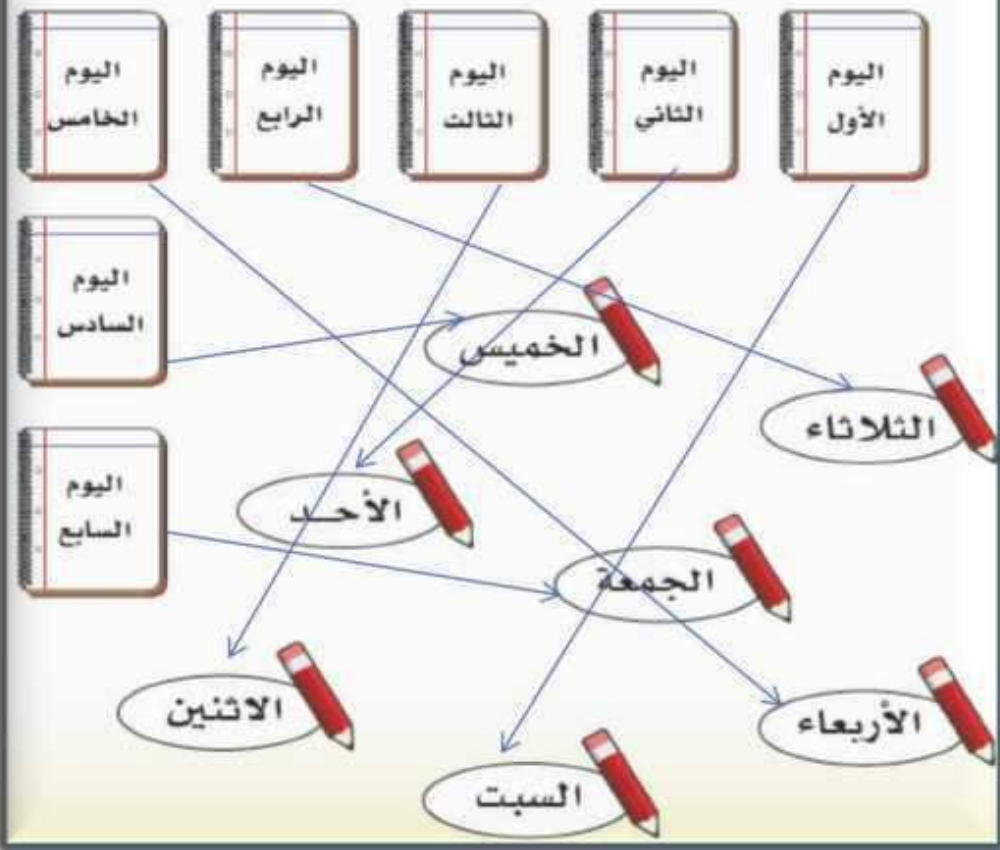
ترتيب أيام الأسبوع ثابت في كل زمان ومكان  
الوقت الذي نقضيه في المدرسة مفيد وممتع  
اليوم الذي يمضي من عمرك لا يعود أبدا

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٦

هيا نمرح

أيام الأسبوع

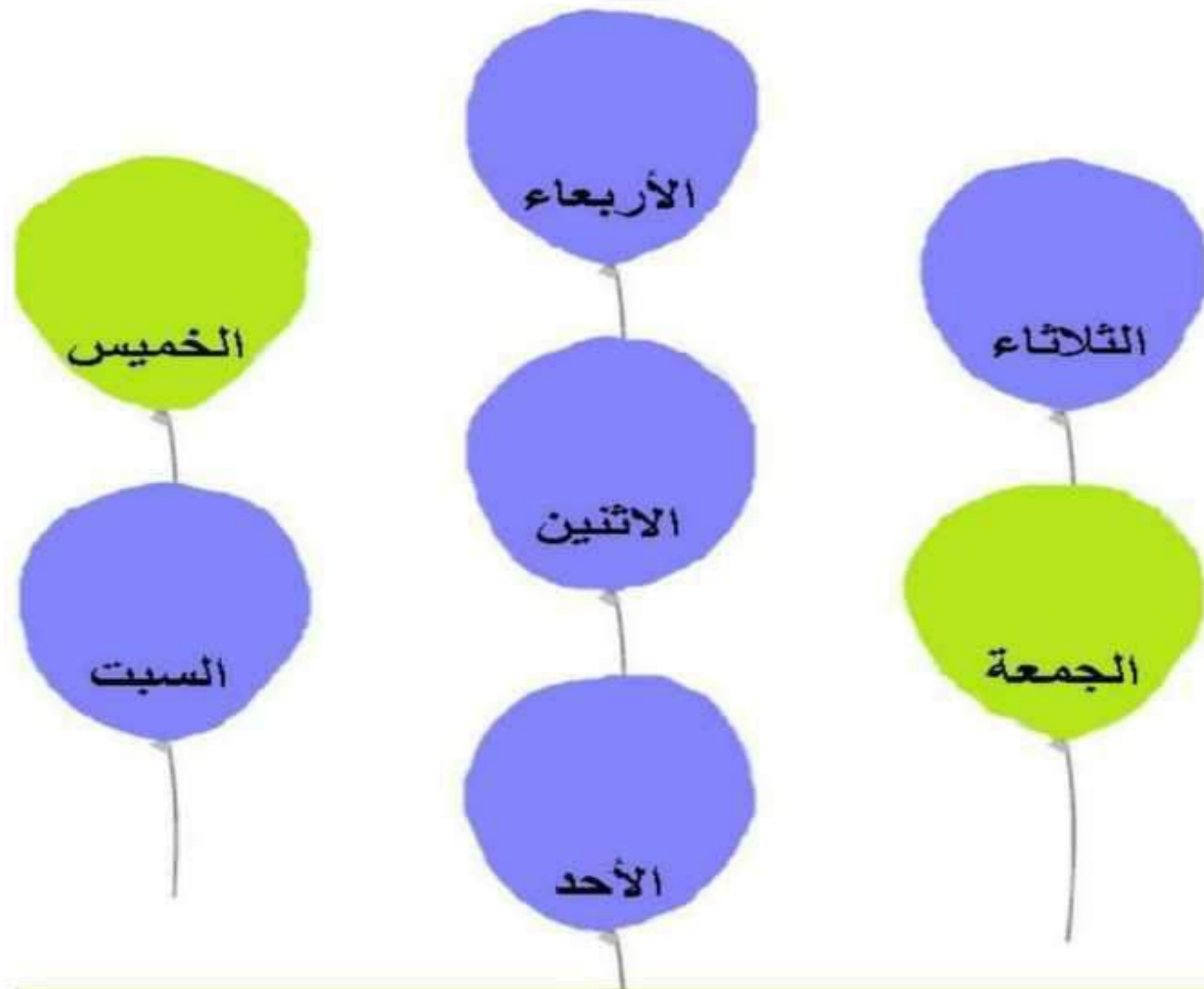
١ أصل الأيام بترتيبها الصحيح:



# أيام الأسبوع

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٧

ألون الأيام المدرسية باللون الأزرق وأيام العطلة باللون الأخضر





# أيام الأسبوع

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٨

اكتب علي هذا التقويم متي بدأ أول يوم في هذا الشهر إلي آخر يوم فيه ثم ألون أيام  
المدرسة باللون الأصفر وأيام العطلة المدرسية باللون الأخضر

٢٩	٢٢	١٥	٨	١	السبت
٣٠	٢٣	١٦	٩	٢	الأحد
	٢٤	١٧	١٠	٣	الاثنين
	٢٥	١٨	١١	٤	الثلاثاء
	٢٦	١٩	١٢	٥	الأربعاء
	٢٧	٢٠	١٣	٦	الخميس
	٢٨	٢١	١٤	٧	الجمعة



كتاب الطالبة  
صفحة ٩٩

التمهيد

الساعة

الساعة بها ستين دقيقة.

كتاب الطالبة  
صفحة ٩٩

# الساعة



عن طريق  
الساعة.

كيف نعرف  
الوقت؟

للساعات أشكال وأحجام مختلفة



كتاب الطالبة  
صفحة ٩٩

الساعة

الساعة مهمة في تنظيم حياتنا

اليوم ٢٤ ساعة

أقرأ



الساعة: ١٢



الساعة: ٤



الساعة: ٨



نشاط ١



يبدأ اليوم الدراسي في تمام الساعة ٣٠:٦ صباحا

نشاط ٢



أي نوع من أنواع الساعات تساعدك على  
الاستيقاظ من النوم ؟



التالي

الرئيسية

السابق



فكري

ما الشيء الذي يمشي ويقف وليس له أرجل ؟

الساعة

التالي

الرئيسية

السابق



## الساعة

### تذكري أن

للساعة عقارب أحدها يشير إلى الدقيقة والآخر إلى الساعة  
الساعة تساعدك في تنظيم وقتك  
الساعة تدق عندما نضبطها على الوقت الذي نريده  
الساعة التي تتوقف عن العمل لا يعني انها غير صالحة ، لكن  
قد تحتاج إلى تغيير البطارية

الساعة

هيا نرح

كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٢

اكتب الرقم ثم أرسمه علي الساعة :-

أستيقظ من النوم صباحاً الساعة ٣:٥ صباحاً





## الساعة

٦:٣٠ صباحا  
أذهب إلى المدرسة الساعة



## الساعة

أخرج من المدرسة الساعة ١٢:٠٠ ظهراً



أتناول وجبة الغداء الساعة ١:٠٠ ظهراً



كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٣

أذهب إلى سريري استعدادًا للنوم الساعة ٩:٠٠ مساءً



كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٤

التمهيد

وقت الفراغ

ماذا تفعل في وقت الفراغ؟





## وقت الفراغ

كل عمل تقوم به يحتاج وقتا

أنا أنظم الوقت

تحدثي مع صديقاتك كيف تقضين يومك ؟

كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٥

# وقت الفراغ

وقت الفراغ هو الوقت الذي لا أعمل فيه

ينبغي قضاء وقت الفراغ بعمل مفيد مثل :-

القراءة المفيدة

وقراءة القصص  
والمجلات الهادفة



قراءة القرآن الكريم  
وحفظه



كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٥

نشاط ٢

وقت الفراغ

ما القصص التي تفضلين قراءتها؟  
قُصّي على زميلاتك قصة قرأتها وأعجبتك.

## وقت الفراغ

كتاب الطالبة  
صفحة ١٠٦

أحرص على القراءة باستمرار ولكن لا أنسى أن:

- ١ - أبعد الكتب عن الطعام والشراب.
- ٢ - أحافظ على الكتب بعدم الكتابة عليها.
- ٣ - أرتب مكتبتي في المنزل ولا أهملها.
- ٤ - أتبادل الكتب والقصص المفيدة مع صديقاتي.
- ٥ - أتعلم مما أقرأ من القصص والكتب.
- ٦ - أسأل عندما أقرأ عن الأشياء التي لا أفهمها.
- ٧ - أدون ما يعجبني في مذكرات خاصة بي.



## الألعاب البدنية المفيدة





اذكري أعمالاً أخرى تقضين فيها وقت فراغك.

مساعدة أمي في ترتيب حجرات المنزل، وتجهيز  
منضدة الطعام.

## وقت الفراغ

### تذكري أن

لكل شخص وقت فراغ يعمل فيه ما يحبه  
الصحة والفراغ نعمة من الله  
اللعبة ممتعة ولكن لا تقضي فيه كل الوقت  
العبيث بالكتب عمل غير لائق

هيا نمرح

وقت الفراغ

أختار من الصور ما أفعله في وقت فراغي ، وألونه ، ثم أتحدث عنه :-

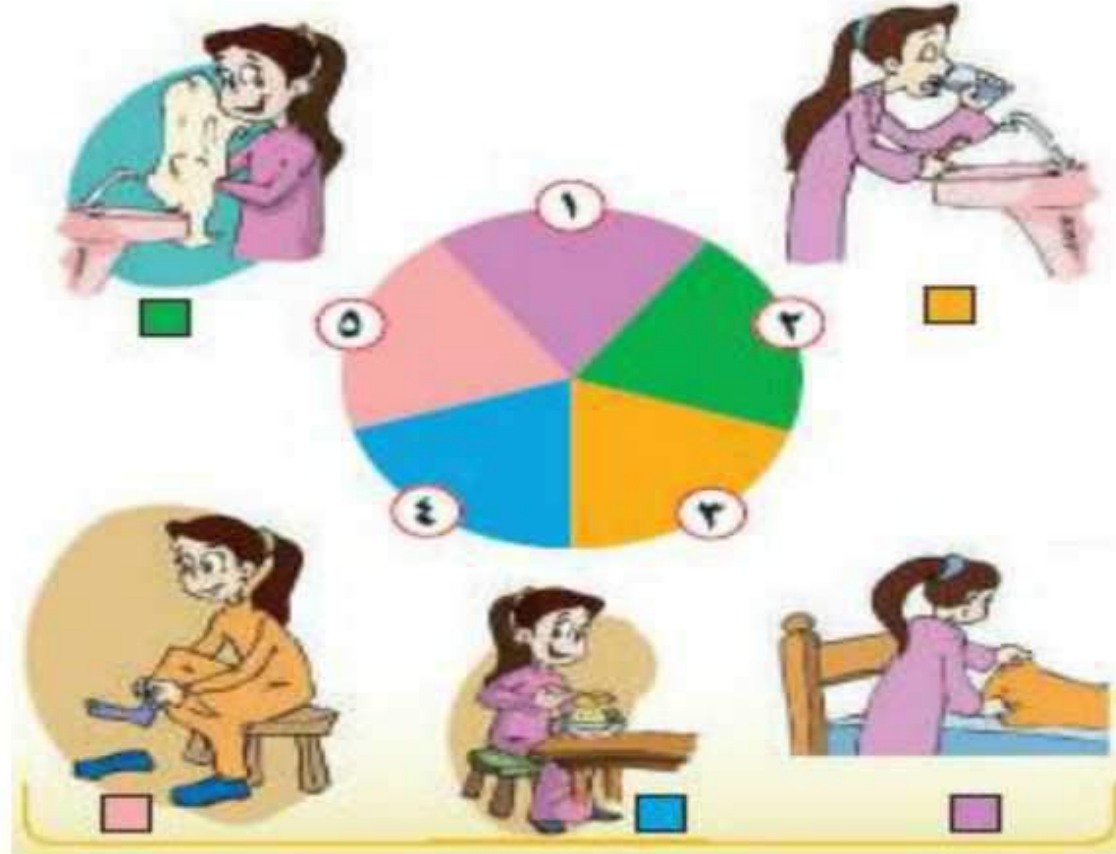




# وقت الفراغ

كتاب الطالبة  
صفحة ١١٠

أرتب ما أقوم به في يومي فالون كل جزء في الدائرة بلون المربع التابع لكل صورة



١ اكمل ما يلي:

مرحباً، أنا اسمي .....

طالبة في المدرسة .....

في الصف .....

عندما أكبر أحب أن أكون .....

هوايتي المفضلة .....

برنامجي المفضل .....

فاكهتي المفضلة .....

وجبتي المفضلة .....

صديقتي المفضلة .....

أحب أن أسافر إلى .....

٣  
أكتب رسالة شكر وتقدير لأمي على جهودها

معي طوال العام:

أمي الغالية .... أتوجه إليك بالشكر والعرفان على كل  
ما تفعلينه من أجلي ومن أجل أسرتي... حماك الله لي  
يا أمي.

ابنتك المحبة

## تمارين عامة

## أصنف الأدوات التالية حسب وظائفها ثم اكتبها في الجدول

كتاب الطالبة  
صفحة ١١٥



للعناية بالملابس

لطهو الطعام

لحفظ الطعام

الغسالة

المكواة

البوتاجاز

الميكروويف

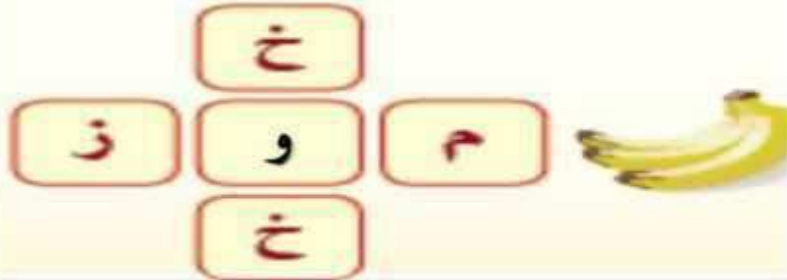
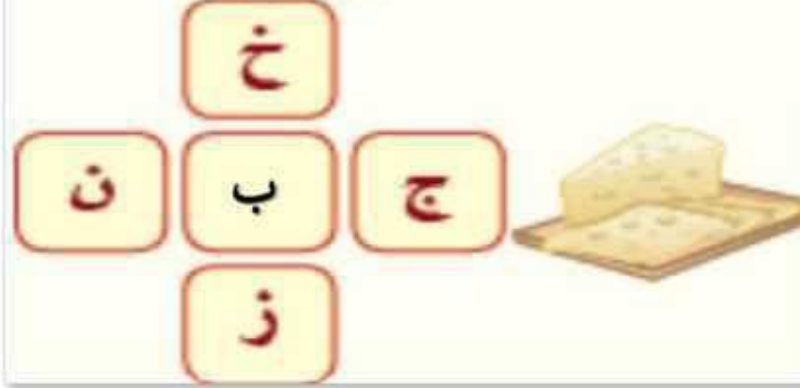
الثلاجة





أكمل الحرف الناقص واكتبه في المربع المخصص له :-







٨ أبحث حلًا لزميلتي التي : ١- لا تتناول وجبة الفطور.

أنصحها بتناول وجبة عشاء خفيفة، والنوم مبكرًا حتى  
تستيقظ باكراً وحينها تشعر بالجوع فتتناول وجبة  
الفطور.

٢- لا تشغل وقت فراغها بشيء مفيد.

أدعوها لزيارة بعض المكتبات، وأهديها بعض الكتب  
أو الأقراص المرنة عن بعض الأنشطة المفيدة  
لتساعدتها على ممارسة أنشطة مفيدة في وقت  
فراغها.