

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تحضير مادة  
التربية الأسرية  
الصف الأول المتوسط  
التحضير بطريقة وحدات مشروع الملك عبد الله

إسم المعلمة

# الأهداف العامة للمادة

- تعهد العقيدة الإسلامية الصحيحة في نفس الطالبة ورعايتها بتربية إسلامية متكاملة في: خلقها وجسمها وعقلها ولغتها وانتمائها إلى أمة الإسلام.
- تدريبها على إقامة الصلاة وأخذها بآداب السلوك والفضائل.
- تنمية المهارات الأساسية المختلفة وخاصة المهارة اللغوية، والمهارة العددية، والمهارات الحركية.
- تزويدها بالقدر المناسب من المعلومات في مختلف الموضوعات.
- تعريفها بنعم الله عليه في نفسها، وفي بيئتها الاجتماعية والجغرافية لتحسن استخدام النعم، وتنفع نفسها وبيئتها.
- تربية ذوقها البديعي، وتعهد نشاطها الإبتكاري وتنمية تقدير العمل اليدوي لديها.
- تنمية وعيها لتدرك ما عليها من الواجبات وما لها من الحقوق في حدود سنها وخصائص المرحلة التي تمر بها، وغرس حب وطنها والإخلاص لولاة أمرها.
- توليد الرغبة لديها في الازدياد من العلم النافع والعمل الصالح، وتدريبها على الاستفادة من أوقات فراغها.
- إعداد الطالبة لما يلي هذه المرحلة من مراحل حياتها...

# الأهداف الخاصة بالمادة

- تعريف الطالبات بنعم الله الكثيرة وشكره عليها، وتعويدهن على احترام القيم الإسلامية والعادات العربية الأصيلة.
- تعريف الطالبات بالأهداف النبيلة التي تسعى مادة التربية الأسرية إلى تحقيقها في المجتمع.
- إكساب الطالبات مهارات عملية وتطبيقية ذات أبعاد اجتماعية واقتصادية نافعة.
- إتاحة الفرصة للطالبات لممارسة مهارات مهنية مفيدة.
- إكساب الطالبات مهارات العمل الجماعي وتقديره، وتوصيتهن بمتطلبات الحياة الأسرية السليمة وأبعادها الصحية والاقتصادية والاجتماعية.
- تدريب الطالبات على استخدام الأسلوب العلمي الصحيح في العديد من المواقف الحياتية التي تواجههن.
- تعريف الطالبات بالتغيرات الجسمية التي تطرأ عليهن أثناء النمو، وتعويدهم على النظافة واحترامها في جميع مجالات الحياة.
- تشجيع الطالبات لممارسة بعض المناشط الضرورية لتوفير الأمن والسلامة في المنزل.
- تعريف الطالبات ببعض الإسعافات الأولية التي تساعدن على التعامل مع الحوادث.
- إكساب الطالبات بعض السلوك الإيجابي للمحافظة على الصحة العامة وسلامة الحواس.
- تنمية الحس العملي التطبيقي لدى الطالبات والقدرة على حل المشكلات.
- إكساب الطالبات الاتجاهات الإيجابية تجاه الجهود التي تبذلها الدولة لتوفير الخدمات الاجتماعية لجميع المواطنين.
- تزويد الطالبات بالمعارف والمهارات التي تمكنهن من التعامل مع معطيات التكنولوجيا الحديثة.
- تنمية الإحساس بالمسؤولية لدى الطالبات تجاه الوطن والبيئة المحلية والمجتمع.
- إكساب الطالبات قدرة على التواصل من خلال الرسومات والرموز والمصطلحات.

## معلومات عن المعلمة

المؤهل: 

التخصص: 

الصفوف التي تدرسها: 

مواد التدريس: 

أسم المدرسة: 

## المسرد

م	اسم الدرس	التاريخ	توقيع المعلمة	توقيع المديرية
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				
٧				
٨				
٩				
١٠				
١١				
١٢				
١٣				
١٤				
١٥				
١٦				
١٧				
١٨				
١٩				
٢٠				

## توزيع منهج مادة التربية الأسرية

ملاحظات	الدروس	التاريخ		الأسبوع
		إلى	من	
	البلوغ عند الإناث	الخميس ١٤٤٢/٦/٨ هـ	الأحد ١٤٤٢/٦/٤ هـ	١
	تابع البلوغ عند الإناث	الخميس ١٤٤٢/٦/١٥ هـ	الأحد ١٤٤٢/٦/١١ هـ	٢
	السمنة والنحافة وفقر الدم	الخميس ١٤٤٢/٦/٢٢ هـ	الأحد ١٤٤٢/٦/١٨ هـ	٣
	تابع السمنة والنحافة وفقر الدم	الخميس ١٤٤٢/٦/٢٩ هـ	الأحد ١٤٤٢/٦/٢٥ هـ	٤
	العناية بالبشرة	الخميس ١٤٤٢/٧/٦ هـ	الأحد ١٤٤٢/٧/٢ هـ	٥
	تابع العناية بالبشرة	الخميس ١٤٤٢/٧/١٣ هـ	الأحد ١٤٤٢/٧/٩ هـ	٦
	المشروبات	الخميس ١٤٤٢/٧/٢٠ هـ	الأحد ١٤٤٢/٧/١٦ هـ	٧
	مراجعة عامة	الخميس ١٤٤٢/٧/٢٧ هـ	الأحد ١٤٤٢/٧/٢٣ هـ	٨
	تابع المشروبات	الخميس ١٤٤٢/٨/٥ هـ	الأحد ١٤٤٢/٨/١ هـ	٩
	التمور	الخميس ١٤٤٢/٨/١٢ هـ	الأحد ١٤٤٢/٨/٨ هـ	١٠
	الأمّن والسلامة في المنزل	الخميس ١٤٤٢/٨/١٩ هـ	الأحد ١٤٤٢/٨/١٥ هـ	١١
	تنظيف الملابس	الخميس ١٤٤٢/٨/٢٦ هـ	الأحد ١٤٤٢/٨/٢٢ هـ	١٢
	تابع تنظيف الملابس	الخميس ١٤٤٢/٩/٣ هـ	الأحد ١٤٤٢/٨/٢٩ هـ	١٣
	ضم الفتحات	الخميس ١٤٤٢/٩/١٠ هـ	الأحد ١٤٤٢/٩/٦ هـ	١٤
	تابع ضم الفتحات	الخميس ١٤٤٢/٩/١٧ هـ	الأحد ١٤٤٢/٩/١٣ هـ	١٥
	مراجعة عامة	الخميس ١٤٤٢/١٠/٨ هـ	الثلاثاء ١٤٤٢/١٠/٦ هـ	١٦
	الاختبارات	الخميس ١٤٤٢/١٠/٢٢ هـ	الأحد ١٤٤٢/١٠/١١ هـ	١٧- ١٨

<p><b>العنوان: الوحدة الأولى</b></p>	<p><b>المادة: التربية الأسرية</b></p>
<p><b>الموضوع: توعية صحية</b></p>	<p><b>الصف: الأول المتوسط (الفصل الدراسي الثاني)</b></p>
<p><b>الفترة الزمنية:</b></p>	
<p><b>الخطوة الأولى: تحديد نتائج التعلم المرغوبة.</b></p>	
<p><b>الأهداف الرسمية: يتوقع من الطالبة بعد دراسة هذه الوحدة أن:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تتعرف على بعض التغيرات التي تطرأ على المراهقة.</li> <li>• تعي أهمية المحافظة على النظافة.</li> <li>• تميز بين التغذية السليمة والخاطئة للمراهقة.</li> <li>• تُنمي الاتجاهات الإيجابية لديها نحو الغذاء ودوره في سلامة البشرة.</li> <li>• توضح طرق العناية بالجسم في فترة الحيض.</li> <li>• تُطبق بعض الطرق المقترحة للعناية بالبشرة.</li> <li>• تُنفذ بعض طرق العناية باليدين والقدمين.</li> <li>• تحدد أسباب وأعراض وعلاج أمراض مثل السمنة والنحافة.</li> </ul>	
<p><b>الأسئلة الأساسية:</b></p>	<p><b>الأفكار الكبرى (الأفهام الباقية)</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ عرفي المراهقة والبلوغ.</li> <li>✓ ما هي التغيرات التي تحدث للفتاة عند البلوغ؟</li> <li>✓ اذكر بعض الطرق للعناية بالجسم في فترة الحيض.</li> <li>✓ اشرح الأمور التي تحقق لك التغذية الجيدة في فترة المراهقة.</li> <li>✓ عرفي السمنة.</li> <li>✓ بيني أسباب السمنة.</li> <li>✓ عددي أعراض النحافة وفقر الدم.</li> <li>✓ ما أنواع البشرة؟</li> <li>✓ اذكر بعض النصائح للمحافظة على البشرة.</li> <li>✓ كيف يمكنك الوقاية من أضرار الشمس؟</li> </ul>	<p><b>ستفهم الطالبة أن:</b></p> <p><b>الفكرة الكبرى: (المراهقة: فترة النمو السريع، وتعتبر مقدمة لمرحلة البلوغ، وتحدث فيها التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية، وتمتد هذه المرحلة من سن الحادية عشر إلى التاسعة عشر تقريباً، وتختلف باختلاف الأشخاص).</b></p> <p><b>(الأفهام الباقية):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• نتيجة للنمو السريع والتغيرات الهرمونية فقد تمر الفتاة في مرحلة البلوغ ببعض التغيرات النفسية، مثل: الارتباك والخجل وعدم القدرة على التكيف مع البيئة الاجتماعية مما قد يسبب أحياناً بعض المتاعب.</li> <li>• الحيض هو حدث طبيعي في حياة كل فتاة، وهو خروج الغشاء الرقيق المبطن للحرم مليئاً بالدم كل شهر.</li> <li>• السمنة: زيادة غير طبيعية في الوزن نتيجة الإفراط في تناول الطعام، وخاصة العناصر المولدة للطاقة مما يؤدي إلى تراكم الدهون في الجسم.</li> </ul>
<p><b>المعرفة والمهارات الرئيسية التي ستكتسبها الطالبة بعد تعلم الوحدة</b></p>	
<p><b>ستكون الطالبة قادرة على...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• التفريق بين التغذية السليمة والخاطئة للمراهقة.</li> <li>• توضيح طرق العناية بالجسم في فترة الحيض.</li> <li>• تطبيق بعض الطرق المقترحة للعناية بالبشرة.</li> <li>• تنفيذ بعض طرق العناية باليدين والقدمين.</li> <li>• تحديد أسباب وأعراض وعلاج أمراض مثل السمنة والنحافة.</li> </ul>	<p><b>ستعرف الطالبة:.....</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• البلوغ عند الإناث.</li> <li>• السمنة والنحافة وفقر الدم.</li> <li>• العناية بالبشرة.</li> </ul>

## الخطوة الثانية: تحديد البراهين والأدلة على تحقق نواتج التعلم

### المهام الأدائية:

✓ بعد نهاية هذه الوحدة عن توعية صحية تتمثل مهمتك في كتابة بحث عن أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة.

### المحكات الرئيسية:

✓ من خلال أنه (مبتدئ، نام، كفاء، متميز).

### أدلة أخرى:

✓ من خلال الأدلة الأخرى (مثال: "اختبارات قصيرة، التذكير الأكاديمي، اختبارات طويلة، المفكرات...")  
سيعرض الطالب مدى تحصيلهن للنتائج المرغوبة.

## الخطوة ٣: خبرات التعليم والتعلم

### الأنشطة التعليمية التعليمية:

- أبدأ بسؤال تمهيدي (ما الفرق بين المراهقة والبلوغ؟).
- أقدّم الأسئلة الأساسية وأناقش المهمات الأدائية الختامية للوحدة (توعية صحية).
- ملاحظة/ يتم تقديم المصطلحات الأساسية عند حاجة الأنشطة التعليمية لها والمهام الأدائية (المراهقة – البلوغ – النضج – السمنة – النحافة – فقر الدم...).
- أقدّم للطالبات بروشور يتحدث عن فترة المراهقة، أطلب من الطالبات قراءة البروشور قراءة جيدة ومتأنية ومن ثم يتناقشن فيما بينهن بغرض توضيح التغيرات التي تحدث للفتاة عند البلوغ.
- أقدّم للطالبات فيديو تعليمي عن فترة الحيض عند المراهقات، يشاهدن الطالبات العرض بتركيز وانتباه، ومن ثم يقمن بمناقشته في محاولة منهن لتوضيح طرق التخلص من آلام الحيض، مع توضيح الهدف من مشاهدة العرض وشرح الأهداف التربوية المستهدفة من وراء العرض.
- أقدّم للطالبات خريطة مفاهيم عن فترة الحيض عند المراهقات، أطلب من الطالبات قراءة الخريطة بطريقة علمية تعتمد على تحليل المعلومات التي وردت بها من خلال استيعاب العلاقات بين العناوين الرئيسية والفرعية للخروج بمفهوم شامل عن كيفية العناية بالجسم في فترة الحيض.
- يعملن الطالبات في شكل تعاوني فيما بينهن لجمع المادة العلمية اللازمة لكتابة مقال عن تغذية الفتاة في مرحلة المراهقة والبلوغ، يصنفن الطالبات أنفسهن إلى مجموعتين تقوم الأولى بجمع المادة العلمية وتقوم الثانية بصياغتها في مقال بشكل منظم ودقيق.
- يستمعن الطالبات إلى محاضرة لأحد كبار العلماء يتحدث عن مرض السمنة، ثم أقوم بطرح عدة أسئلة للمناقشة منها: ما أسباب حدوث مرض السمنة؟، أكلف الطالبات بالتناقش فيما بينهن بغرض التوصل لإجابة دقيقة للسؤال محل النقاش مع توضيح الهدف من تلك المحاضرة ومبرراتها.
- أعرض على الطالبات فيلم وثائقي يوضح طرق علاج مرض النحافة، أكلف الطالبات بعد الانتهاء من مشاهدة الفيلم بكتابة تقريراً عن أهم المعلومات التي وردت في الفيلم والتي تخدم الهدف التربوي المخطط له.
- أكلف الطالبات بجمع صور ملونة عن أعراض مرض فقر الدم، يتعاون الطالبات فيما بينهن من أجل صياغة مجموعة من الجمل حول الموضوع على أن يقمن بجمع المقالات والصور الملونة التي تدعم الفكرة في لوحة تعليمية جذابة.
- أطلب من الطالبات كتابة بحث عن أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة، مع توضيح الهدف من كتابة البحث ومبرراته.
- أختتم الوحدة بتقييم ذاتي للطالبات في تلك الوحدة.



(المهمة الأدائية)

اسم الوحدة: الوحدة الأولى

الصف: توعية صحية

<p>تتمثل مهمتك في كتابة بحث عن أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة وعلى أن تتضمن العناصر الأساسية للبحث: تحديد موضوع البحث – البحث عن المصادر والمراجع – تجميع وتنظيم الأفكار – كتابة البحث بشكل علمي وبطريقة منظمة ومرتبطة.</p>	
ف	<p><u>الهدف:</u> <u>مهمتك:</u> أن تكتبين بحث. <u>الهدف:</u> أن تتناولين أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة. <u>المشكلة والتحدي:</u> أن تطرحين الأفكار بطريقة دقيقة، وسلسة وتحقق الفائدة والمتعة للقارئ والمتلقي.</p>
ر	<p><u>الدور:</u> <u>أنت باحثة مدققة.</u> <u>لقد طلب منك أن تتقمصين دور الباحثة المدققة؛ لتتناولي أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة على شكل بحث علمي دقيق.</u> <u>وظيفتك:</u> بيان أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة.</p>
و	<p><u>الجمهور:</u> طالبات المدرسة أو المجتمع. <u>تحتاج إلى:</u> توعية الجمهور بأسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة.</p>
ق	<p><u>الموقف:</u> السياق الذي تجددين نفسك فيه هو: سياق الباحثة المدققة المقنعة. <u>التحدي:</u> أن تطرحين البحث بطريقة بعيدة عن السطحية وبطريقة جذابة ومشوقة بحيث تمتعين القارئ وتجعلينه ملماً بكل الأفكار التي تعرض لها البحث بالنقاش.</p>
ا	<p><u>النتائج والأداء والغرض:</u> • بحث علمي توضحين فيه أسباب وأعراض وعلاج أمراض السمنة والنحافة.</p>
ع	<p><u>معايير ومحكات النجاح:</u></p>

التوقعات	مبتدئ ١	نام ٢	كفاء ٣	متميز ٤	الشواهد والأدلة ومجموع النقاط
اللغة	استخدمت لغة طغت عليها الألفاظ العامية - أخطاء إملائية متعددة.	استخدمت لغة شابتها بعض الألفاظ العامية - أخطاء إملائية قليلة.	استخدمت لغة صحيحة خالية من العامية.	استخدمت لغة فصيحة خالية من الأخطاء النحوية.	
عناصر البحث	ذكرت بعض عناصر البحث وافتقدت إلى الربط الجيد بين عناصره.	ذكرت أغلب عناصر البحث ولم يكن الربط بين عناصره على درجة واحدة من القوة.	ذكرت جميع عناصر البحث ولم يكن الربط بين عناصره على درجة واحدة من القوة.	ذكرت جميع عناصر البحث رابطاً بين جميع العناصر بنفس القوة.	
الأسلوب	اختارت الأسلوب السطحي والغير علمي في كتابة البحث.	اختارت الأسلوب السطحي في كتابة البحث مع قدر من التدقيق.	اختارت الأسلوب العلمي في كتابة البحث وابتعدت عن السطحية.	اختارت الأسلوب العلمي المدقق والمشوق في كتابة البحث وابتعدت عن الغموض.	
المحتوى	تناولت الموضوع من جانب واحد وأغفلت بقية الجوانب.	تناولت الموضوع من جميع الجوانب وأغفلت جانب واحد.	تناولت الموضوع من جميع الجوانب مع إهمال تفاصيل حيوية ودقيقة.	تناولت الموضوع من جميع الجوانب بشكل دقيق ومنضبط مع تضمين البحث لكافة التفاصيل المطلوبة والمهمة.	

## الأخوة المعلمين والمعلمات

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يسر مؤسسة التحاضير الحديثة

[www.mta.sa](http://www.mta.sa)

أن تقدم كل ما يخص تحاضير التربية الاسرية

لعام ١٤٤٢ هـ للفصل الدراسي الثاني

تحضير + توزيع + أهداف

### أنواع التحضير

وحدات مشروع الملك عبدالله + الطريقة البنائية + مسرد + التعلم النشط الجديد +  
الاستراتيجيات الحديثة + استراتيجيات + استراتيجيات بالزمن + الطريقة الطولية  
الجديدة + الطريقة العرضية الحديثة + طريقة مدارس الابناء + عرضية بالزمن +  
عرضية بالاستراتيجيات

### المرفقات

ثلاثة عروض بور بوينت مختلفة لكل درس

+

كتاب الطالبة ودليل المعلمة

+

سجلات التقويم والمهارات حسب نظام نور

+

مجلدات اختبارات متنوعه

+

أوراق قياس لكل درس

+

أوراق عمل لكل درس

+

سجل إنجاز المعلمة

+

سجل إنجاز الطالبة

+

حل أسئلة الكتاب

+

خرائط ومفاهيم

+

اثرءاءات

+

شرح متميز بالفيديو لجميع دروس المنهج

التوصيل للرياض والخرج مجاناً

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الإرسالية ٥٠ ريال للفيدكس) من ٤٨ ساعة  
الى ٧٢ ساعة)

يمكنكم كذلك تسجيل الطلب

إلكترونياً عن طريق الرابط

[www.mta.sa/c](http://www.mta.sa/c)

كذلك يمكننا التوصيل عن الايميل او الفيدكس لجميع مدن المملكة

حسب طلبكم ) سي دي \_ طباعة ملونة \_ طباعة عادية)

ايميل المبيعات

[T@mta.sa](mailto:T@mta.sa)

سعر المادة على سي دي 20 ريال

سعر المادة عن طريق الايميل 20 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة عادية 50 ريال

سعر المادة مع السي دي طباعة ملونة 100 ريال

لمن هم خارج مدينة الرياض يضاف قيمة الارسالية ٥٠ ريال للفيدكس) من ٤٨ ساعة الى ٧٢ ساعة)

اعمال منصة مدرستي الاسبوع الواحد ٦٠ ريال سبعة اسابيع ٤٠٠ ريال

وهنا أرقام حسابات المؤسسة للمعلمين

---

حسابات بنوك باسم "مؤسسة التحاضير الحديثة"

=====

مصرف الراجحي

233608010954856

(اي بان)

SA5780000233608010954856

---

حسابات بنوك باسم "سعد عبدالرحمن العتيبي"

=====

البنك الأهلي

21065828000106

(اي بان)

SA0610000021065828000106

---

بنك سامبا

8001852539

اي بان بنك سامبا

SA274000000008001852539

---

بنك الرياض

2052558759940

(اي بان)  
SA3520000002052558759940

---

البنك السعودي الفرنسي

K2213000185

(اي بان)  
SA82550000000K2213000185

---

بنك البلاد

900127883010006

(اي بان)  
SA4715000900127883010006

---

البنك السعودي للاستثمار

0101001926001

(اي بان)  
SA6065000000101001926001

---

بنك الجزيرة

030680161166001

(اي بان)  
SA6760100030680161166001

---

بنك الانماء

68202882885000

(اي بان)  
SA2805000068202882885000

---

يمكنكم طلب دوسيه التحضير الخاص بالمادة بشعار الرؤية والوزارة بقيمة ٥٠ ريال



للتواصل عبر الواتس أو الاتصال تليفونيا على احدي الارقام التالية:

[0555107025](tel:0555107025)

[0557977722](tel:0557977722)

[0551092444](tel:0551092444)

[0558396006](tel:0558396006)

[0558396004](tel:0558396004)

[0558396119](tel:0558396119)

[0505107025](tel:0505107025)