أول متوسط الفصل الدراسي الأول مادة التربية الأسرية

|  |  |
| --- | --- |
|  اسم الوحدة | المهارات الأساسية |
| وحدة مهارات اجتماعية | 1/ تقتنع بأهمية تطبيق فن التعامل مع الأخرين في حياتها اليومية.2/ تُحسن رعاية إخوتها الصغار.3/ تقترح أساليب تساعدها على الاندماج مع المجتمع.4/ تُفرق بين الصداقة والزمالة.5/ تُوضح أسس اختيار الصديقة.6/ تستنتج كيفية تنظيم جدول أعمالها اليومية.7/ تبتكر أعمالاً فنية للاستفادة من وقت فراغها.  |
| وحدة شؤون منزلية | 1/ تُعرف مفهوم الإدارة المنزلية.2/ تُميز بين مصادر الدخل المختلفة.3/تقترح بعض الأعمال التي تساهم فيها داخل المنزل.4/ تُناقش أساسيات إعداد المائدة.5/ تبتكر أساسيات المجملات المائدة.6/تستنتج آداب الأكل.7/تعمل طيات مختلفة للمناديل. |
| وحدة التوعية الصحية  | 1/ تتعرف على بعض التغيرات التي تطرأ على المراهقة.2/ تعي أهمية المحافظة على النظافة.3/ تُميز بين التغذية السليمة والخاطئة للمراهقة .4/ تُناقش النتائج المرتبة عن سوء التغذية.5/ تخطط وجبات غذائية تناسب بعض الحالات الصحية.6/تُطبق بعض الطرق المقترحة للعناية بالبشرة.7/ تُنفذ بعض طرق العناية باليدين والقدمين.  |

ثاني متوسط الفصل الدراسي الأول مادة التربية الأسرية

|  |  |
| --- | --- |
|  اسم الوحدة | المهارات الأساسية |
| وحدة مهارات اجتماعية  | 1/ تُبدي رأيها في مواصفات الشخصية المثالية.2/تتبنى موقفاً إيجابياً تجاه صفات الشخصية المثالية.3/تُقدم بعض النصائح التي تفرز الثقة بالنفس.4/تُقارن بين الثقة الزائفة بالنفس والثقة الحقيقية.5/تتبع الخطوات الصحيحة لاتخاذ قرار في مشكلة مطروحة.6/تُبدع في إلقاء كلمة أمام زميلاتها متبعة خطوات الإلقاء الجيد.7/تُقيم صفاتها من خلال الشخصية الناجحة.  |
| وحدة شؤون منزلية | 1/ تُلخص الأمور الواجب مراعاتها عند شراء الأجهزة المنزلية.2/ تُفرق بين الأجهزة المنزلية من حيث طرق العناية بها.3/ تُحسن التعامل مع الأجهزة المنزلية.4/تعتاد الترشيد في حياتها عند استخدام الماء والكهرباء. |
| وحدة عناية ملبسية | 1/تربط بين الرموز ومعانيها في البطاقة الإرشادية.2/تتبع الطريقة الصحيحة للعناية بالملابس من خلال ما تعلمته من محتويات البطاقة الإرشادية.3/تقترح بعض الأفكار لتجميل القطع الملبسية.4/تتمكن من رسم وحدة تصميم بنائي لتجميل القطعة الملبسية.5/تطبق استخدام التطريز بالشرائط على إحدى القطع الملبسية. |
| وحدة غذاء وتغذية | 1/تقارن بين البروتين الحيواني والنباتي.2/ تُوظف ما تعلمته عن البروتين في تكوين وجبات كاملة.3/تبين أهمية عمل الشطائر في المنزل.4/تُنفذ عملياً طهو بعض الأصناف من الأطعمة.5/تُقدم شطائر بطرق مبتكرة. |

ثالث متوسط الفصل الدراسي الأول مادة التربية الأسرية

|  |  |
| --- | --- |
|  اسم الوحدة | المهارات الأساسية |
| وحدة مهارات اجتماعية | 1/تُقيم مدى فاعليتها في المنزل .2/تلخص أهم مساهماتهاالمنزلية.3/تقارن بين مزايا الاجتماعات الدورية وعيوبها.4/تقترح بعض الأفكار لهدايا بسيطة تقدم في المناسبات الخاصة.5/تطبق الطريقة الصحيحة للتحدث في الصف مع معلمتها وزميلاتها. |
| وحدة شؤون منزلية | 1/تُوزع الدخل على أبواب الإنفاق حسب الأولوية.2/ تستنتج خطوات إعداد المنزلية.3/تقترح المصادر التي يمكن بها دفع دخل الأسرة.4/تلخص أسباب قراءة المعلومات الغذائية على الأطعمة.5/تدرك الفرق بين الدعاية والإعلان. |
| وحدة عناية ملبسية | 1/تقترح طرقاً لتلافي بعض مشكلات الغسيل .2/تعطي أمثلة لمسببات البقع الناتجة من الغسيل الخاطئ للملابس.3/تطبق خطوات إزالة البقعة من القطعة الملبسية.4/ تنفيذ بعض غرز الكروشيه على عينة. |
| وحدة الغذاء والتغذية | 1/تبين فوائد حفظ الأطعمة.2/تستفيد من التقنيات الحديثة لحفظ الأطعمة.3/تقدم اصنافاً غذائية من البيئة السعودية تحوي على دقيق القمح. |