

توزيع الوحدات الدراسية في المناهج الدراسية وفق نظام الثلاثة فصول  
مقررات المهارات الحياتية والأسرية (ابتدائي ومتوسط)

المرحلة الدراسية: تحفيظ القرآن الكريم + تعليم عام ... المادة: المهارات الحياتية والأسرية ..... عدد الحصص: حصة دراسية واحدة في الأسبوع								
الصف: الأول متوسط			الصف: الثاني متوسط			الصف: الثالث متوسط		
الفصل الدراسي الثالث			الفصل الدراسي الثالث			الفصل الدراسي الثالث		
الوحدة	الدرس	عدد الحصص	الوحدة	الدرس	عدد الحصص	الوحدة	الدرس	عدد الحصص
التوعية الصحية	اللياقة البدنية	٤	التوعية الصحية	المؤثرات العقلية	٤	التطبيقات	التسمم الدوائي	٤
	الوقاية الصحية داخل المنزل			التطبيقات			الصحة النفسية	
	التطبيقات			التطبيقات			التطبيقات	
المهارات الاجتماعية	الحماية من الأذى	٢	المهارات الاجتماعية	التنمر الإلكتروني	٢	التطبيقات	التطوع	٣
	التطبيقات			إدارة الذات			الاحتفال بالمناسبات الوطنية والاجتماعية	
الغذاء والتغذية	معرفة صلاحية المنتوجات الغذائية	٣	المهارات الحياتية	التفكير الإيجابي	٣	التطبيقات	التطبيقات	٣
	العادات الغذائية في المجتمع السعودي			التطبيقات			الأدخار والانفاق	
	التطبيقات			الحميات الغذائية			مهارات الشراء الرقمي	
المهارات الحياتية	الاهتمام بالمزروعات	٢	الغذاء والتغذية	التطبيقات	٢	التطبيقات	العادات الغذائية وتأثيرها على الجسم	١
	التطبيقات			التطبيقات			التطبيقات	
الإجمالي		١١	الإجمالي		١١	الإجمالي		١١