

الحليب

مِنْ أَيْنَ نَحْصُلُ عَلَى الْحَلِيبِ؟

البقر - الأغنام - الجاموس - الإبل

المفاهيم الرئيسة:
 • الحليب الطازج.
 • الحليب المعبأ.

مَصَادِرُ الْحَلِيبِ

نباتي

حيواني



جَوْزُ الْهِنْدِ



اللَّوْزُ



الْمَعْزُ



الْبَقَرُ

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ

أَبْدَأُ الْيَوْمَ بِدِرَاسَةِ دَرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ عَنِ الْحَلِيبِ وَفَوَائِدِهِ،
وَهَذَا نَشَاطٌ سَنَسَعِدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعًا مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / ابْنَتُكُمْ.

نشاط:

عزيزي الأب / الأم: ساعد ابنك في التعرف على مصادر أخرى للحليب.



مِنْ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ:



حليب طبيعي



حليب مجفف

نشاط ١

بِالتَّعَاوُنِ مَعَ زَمِيلَتِي أُحَدِّدُ الْفَرْقَ بَيْنَ الْحَلِيبِ الطَّازِجِ
وَالْحَلِيبِ الْمُعْلَبِ.



الحليب الطازج صحياً أفضل من الحليب المعلب



مُتَبَّجَاتُ الْحَلِيبِ كَثِيرَةٌ مِنْهَا:

نشاط ٢

أَذْكُرِي مُتَبَّجَاتٍ أُخْرَى لِلْحَلِيبِ.

القشطة - اللبن - الجبن - الزبدة

أَحْتَاجُ إِلَى 4 أَكْوَابٍ مِنَ الْحَلِيبِ يَوْمِيَا.

يَدْخُلُ الْحَلِيبُ فِي إِعْدَادِ بَعْضِ أَصْنَافِ الطَّعَامِ، مِثْلُ:



أَذْكُرِي بَعْضَ الْأَصْنَافِ الَّتِي يَدْخُلُ الْحَلِيبُ فِي إِعْدَادِهَا.

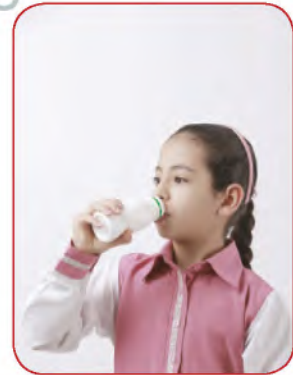
مهلبية - الآيس كريم - البسكويت - العصائر - الحلويات - الكعك

أَشْرَبُ الْحَلِيبَ يَوْمِيَا لِأَنَّهُ يُسَاعِدُنِي عَلَى:

تَقْوِيَةِ الْأَسْنَانِ

النُّمُو

بِنَاءِ الْعِظَامِ

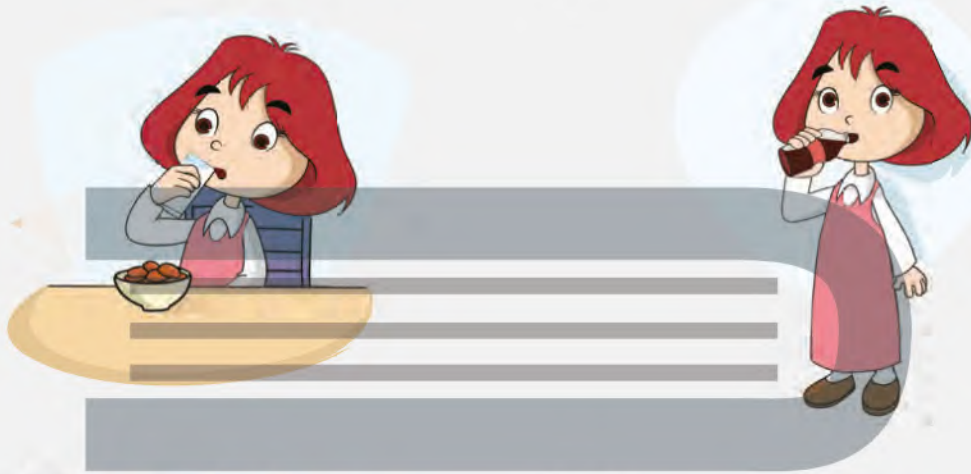


أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عزيزي الأب/ الأم:

ناقش ابنتك في السلوك الصحيح والخاطئ في الرسومات الآتية:



الجلول اون لاين
hulul.online

❁ يُمكنُ إضافةُ نكهاتٍ لِلحليبِ، مثل:



شوكولاتة



الفراولة



الموز



الزنجبيل



العسل



لِمَ تُضَافُ نَكَهَاتٌ مُخْتَلِفَةٌ لِلْحَلِيبِ؟
لتجعل طعمه أفضل



أَسْتَمِعُ وَأُنْشِدُ★



فَوَائِدُ الْحَلِيبِ يَعْرِفُهَا اللَّيْبُ
يَنْصَحُنَا بِشُرْبِهِ صَدِيقُنَا الطَّبِيبُ
أَحَبُّ أَنْ أَطْلُبَهُ دَوْمًا وَأَنْ أَشْرَبَهُ
وَكُلَّ مَنْ جَرَّبَهُ أَحَبَّهُ الْحَلِيبُ
يَبْنِي لَنَا الْأَجْسَامَ وَيَطْرُدُ الْأَسْقَامَ
وَهُوَ الْغِذَاءُ التَّامُ وَسِرُّهُ عَجِيبُ
صُبْحًا عَلَى مَائِدَتِي يَزِيدُ مِنْ شَهِيَّتِي
يَحْفَظُهَا لِي صِحَّتِي شَرَابِي الْحَبِيبُ



عزيزي الأب/ الأم:

ساعدِ ابنتك في إعدادِ أحدِ الأصنافِ الآتية:

❀ شراب الحليب:



❀ الحليب مع العسل:



❀ الحليب مع رقائق الذرة:



لا نعم

أَقُومُ نَفْسِي:

☐ ☒

أَشْرَبُ الْحَلِيبَ كُلَّ صَبَاحٍ.

☒ ☐

أُضِيفُ السُّكَّرَ بكَثْرَةٍ إِلَى الْحَلِيبِ.

☐ ☒

أَتَنَاوَلُ الْحَلِيبَ فِي الْمَدْرَسَةِ.

☐ ☒

أَذْكُرُ اسْمَ اللَّهِ قَبْلَ الشُّرْبِ.



إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ

١ الْحَلِيبُ ضَرْوَرِيٌّ لِنُمُوِّ الْعِظَامِ وَالْأَسْنَانِ وَسَلَامَتِهَا.

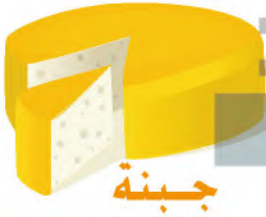
٢ زِيَادَةُ السُّكَّرِ فِي الْحَلِيبِ تُؤْذِي أَسْنَانَكَ.

٣ خُذِي مِنَ الْحَلِيبِ قَدْرَ حَاجَتِكَ، وَاحْفَظِي الْبَاقِيَ

فِي الثَّلَاجَةِ.

هيا
نمرخ

أرسم ☐ حول منتجات الحليب:



حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

أبحث عن الكلمة المطلوبة من خلال إيجاد الحروف الآتية :

ا	الحرف الأول من الرُّوب.
ل	الحرف الثاني من العنب.
ح	الحرف السادس من التفاح.
ل	الحرف الثاني من الجبن.
ي	الحرف الخامس من البطيخ.
ب	الحرف الرابع من الزبدة.

الكلمة: الحليب