



ملخص الدرس

نظافة اليدين والقدمين

الفصل الدراسي الثاني

الأول الابتدائي

المهارات الأسرية

ملخص درس

المادة	المهارات الأسرية
الصف	الأول الابتدائي
الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الثاني
اسم الطالب/ة	

ورقة العمل
تدرب على الدرس



شرح الدرس واختباره
امسح لمشاهدة الشرح والاختبار



■ يداي وقدماي

- يداي: أكتب واكل وأرسم بهما.
- قدماي: أمشي وأجري وأقف بهما.

■ السبب والنتيجة

- غسل يديّ قبل الأكل: يحافظ على صحتي.
- إهمال غسل يديّ: يعرّضني للأمراض.

■ العناية بقدميّ

- ١ أغسلهما بالماء والصابون وما بين الأصابع.
- ٢ أجففهما جيّدًا.
- ٣ أغيّر جواربي كل يوم.
- ٤ ألبس الحذاء المناسب.

■ أدوات العناية

- الصابون والماء والمنشفة.
- قضاصة الأظافر بمساعدة الكبار.
- الجوارب النظيفة والحذاء المناسب.

■ أصابع يدي

- الإبهام، السبابة، الوسطى، البنصر، الخنصر.

■ تذكّر

- اليوم العالمي لغسل اليدين: ١٥ أكتوبر.
- الحديث باليدين اسمه لغة الإشارة.
- إذا جُرحت يدي أو قدمي أخبر الكبار فورًا.