تم تحميل وعرض المادة من

موقع كتبي

www.kottby.net

موقع كتبي يعرض لكم الكتب الدراسية الطبعة الجديدة
وحلولها، وشرح للمناهج الدراسية، توزيع المناهج، تحاضير،
أوراق عمل، نماذج إختبارات عرض مباشر وتحميل PDF

حمل التطبيق من هنا

تنزيل من App Store

احصل عليه من Google Play

الوحدةُ الخامسةُ

٥

غِـــذائِـي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447



أهدافُ الوحدةِ

يُتوقعُ منْ المتعلِّم في نهايةِ الوحدةِ:

- أنْ يستنتجَ فوائدَ الخَضْراواتِ والفواكِه.
- أنْ يغْسِلَ الخضراواتِ والفواكِهَ وَفقًا لنوعِها بالطريقةِ الصحيحةِ.
- أنْ يُطبّقَ طريقةَ حفظِ الخضراواتِ في الأماكِنِ المخصصةِ لها.
- أنْ يُعِدَّ أصنافًا منِ السَلَطاتِ.
- أنْ يُعِدَّ أصنافًا منِ العَصائرِ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

غذائي

الخَضْراواتُ

المفاهيمُ الرئيسةُ

- قَـرْنيةٌ. • دَرَنيةٌ.
- عَطَبٌ. • ذُبُولٌ.

تُشكّل الخضراواتُ نوعًا منْ أنواعِ الأغذيةِ المهمةِ لصحةِ الإنسانِ؛ لِما تحتويه منْ عناصرَ غذائيةٍ مهمةٍ مثلَ: الفيتامينات والأملاحِ المعدنيةِ التي تقي الجسمَ منَ الأمراضِ، والألياف التي تساعدُ على التخلُّصِ منَ الفضلاتِ.

أنواعُ الخضراواتِ:

ورقيةٌ



ثَمَريةٌ



قَرْنيةٌ



بصليةٌ



دَرَنيةٌ



جَذْريةٌ



زَهْريةٌ



إنَّ الخضراواتِ فاتحةٌ للشهيةِ؛ لأنَّ نَكَهاتِها متنوعةٌ وألوانُها جَذابةٌ.

سَمِّ صنفًا واحدًا من كل مجموعة من أنواع الخضراوات السابقة.

الخس ـ الفلفل الرومي ـ فاصوليا ـ بصل ـ بطاطس ـ فجل

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 447

نشـاط (١)

صنِّـفِ الخضـراواتِ الآتيـةَ: (الخيـارُ، القـرعُ، الثـومُ، البقدونُس، الفاصوليا، البروكلي، الجزرُ، البطاطا).

ورقيَّةٌ	ثَمَريَّةٌ	قَرنيةٌ	بَصَليةٌ
بقدونس	خيار	فاصوليا	ثوم

درنيةٌ	جذريةٌ	زهريةٌ
البطاط	القرع	البروكلي

تُغسَلُ الخضراواتُ قبلَ تناولِها مباشرةً، وليسَ قبلَ تخزينِها للمحافظةِ على قيمتِها الغذائيةِ.

نشـاط (٢)



مَيِّـزِ الخضـراواتِ منْ بيـنِ الفواكِـهِ بوضعِ دائرةٍ حولَها.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشـاط (٣)

أجبْ مستعينًا بالمخططِ التنظيميِّ الذي أمامَكَ :

شروطُ اختيارِ الخضراواتِ:

أنْ تكونَ طازجةً وتُختارُ في موسِمِها، فتكونَ غَضَّةً، ليّنةَ الألياف.

أنْ تكونَ زاهيةَ اللونِ، وعروقُها سهلةُ الكسرِ.

أنْ تكونَ خاليةً منَ العطبِ والطينِ.

المهمةُ	الإجابةُ
تَعاونْ معَ مجموعتِك للتَّوصُّلِ إلى شروطِ اختيارِ الخضراواتِ.	إن تكون طازجة وتختار في موسمها، أن تكون زاهية اللون وعروقها سهلة الكسر وخالية من العطب والعفن

خطواتُ تنظيفِ الخضراواتِ:



١ تُغسلُ الخضراواتُ الجَذريةُ والدرنيَّةُ والثمريَّةُ، كالجزرِ والبطاطسَ والخيارِ بالماءِ والفرشاةِ جيدًا؛ لإزالةِ كلِ ما يعلقُ بقشرتِها معَ مراعاةِ عدمِ تجريحِها، ثمَّ تُجفَّفُ تمامًا.



يُوجدُ عليَّ الكثيرُ منَ الأوساخِ فاغسلْنِي قبلَ أنْ تأكُلَنِي.

وزارة التعليم



٢ تُغسلُ الخضراواتُ الورقيةُ وتُصفّى قبلَ استعمالِها؛ لتخليصِها منَ الترابِ العالقِ بِها.



٣ تُنقعُ الخضراواتُ الورقيةُ في محلولٍ ملحيٍّ (ملعقةُ ملحٍ لكلِ لترِ ماءٍ) من (٥-١٠) دقائقَ.



٤ تُشطف الأوراق (ورقة ورقة) بماء الصنبور، ثم تُنفض وتُوضع في مِصْفاة.

يهدفُ البرنامج الوطني لكفاءة وترشيد المياه «قَطْرَة» لزيادةِ وعيِّ المجتمعِ في جميعِ أنحاءِ المملكةِ حولَ أهميةِ ترشيدِ استهلاكِ الماءِ، وتقديمِ الحلولِ الممكنةِ لتقليلِ الاستهلاكِ وخفضِ استهلاكِ الفردِ منَ الماءِ إلى ١٥٠ لترًا يوميًّا بحلولِ عامِ ٢٠٣٠، وهو أمرٌ حاسمٌ في تحقيقِ الازدهارِ الاقتصاديِّ للمملكةِ على المدى الطويلِ. وللمزيد من المعلومات امسح رمز الاستجابة الآتي:

مالي MAEE

نشاط (٤)

مِنْ خلالِ خطواتِ تنظيفِ الخضراواتِ، أجِبْ عنِ الأسئلةِ الآتيةِ:

١. فسِّرْ سببَ نقعِ الخضراواتِ في المحلولِ الملحيِّ؟

للقضاء على الطفيليات

٢. اكتُبْ توقعًا واحدًا لما قدْ يحدُثُ إذا لمْ تُغْسل الخضراواتُ جيدًا؟

من الممكن إن نصاب بالإمراض بسبب عدم غسل الخضروات جيدا

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

إنَّ الكثيرَ مِنَ الحبوبِ والتمورِ والخضراواتِ والفواكهِ تُزرعُ في المملكةِ فهي إنتاجٌ وطنيٌّ.

نشاط (٥)

اقتـرِحْ طريقةً للاستفادةِ مـنَ الماءِ المستعملِ في غسـلِ الخضراواتِ؟

من الممكن إن نستخدمه في ري المزروعات

حفظُ الخضراواتِ:



- تُحفظُ الخضراواتُ الطازجةُ في درجِ الثلاجةِ والرفوفِ السُّفليَّةِ مِنها.
- تُحفظُ الخضراواتُ المجمدةُ في مُجَمِّدِ الثلاجةِ.

لا تُحفظُ الخضراواتُ الآتيةُ في الثلاجةِ: البطاطسُ، البصلُ، الثومُ. فسِّر ذلكَ؟

لأنه يتسبب في تلفهم وتعفنهم

نشاط (٦)

شاركْ مجموعتَك في البحثِ عنْ فوائدَ الخضراواتِ لجسمِ الإنسانِ؟

من مصادر الفيتامينات والمعادن لجسم الإنسان ، المساعدة في خسارة الزن ، تعزيز صحة الجهاز الهضمي ، الوقاية من الأمراض

وزارة التعليم

أصنافٌ منَ السَلَطاتِ

تُعَدُّ السَلَطاتُ مِنَ الأطباقِ المهمةِ في وجباتِ الطعامِ اليوميةِ؛ لأنَّها تحتوي عَلى الفيتامينَاتِ والأملاحِ المعدنيةِ المهمةِ لنموِّ الجسمِ وسلامتِه، كما تحتوي على الأليافِ التي تنشطُ الأمعاءَ وتمنعُ الإمساكَ.

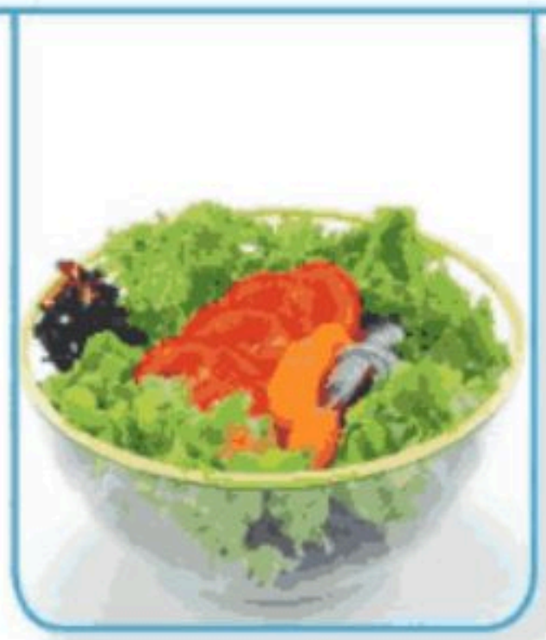
القواعدُ العامةُ في إعدادِ السَلَطةِ:

- اختيارُ نوعِ السَلَطةِ المناسبِ للطعامِ الذي تُقدمُ معَه.
- غسلُ الخضراواتِ والفواكهِ الطازجةِ جيدًا.
- تقطيعُ السَلَطةِ قطعًا كبيرةً نسبيًا؛ حتى لا تفقدَ فيتامينَاتِها.
- يمكنُ خلطُها بكميةٍ مناسبةٍ منَ الصَلْصَةِ قبلَ التقديمِ مباشرةً.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

أصنافٌ منَ السَلَطاتِ

سلطةُ الخضراواتِ



المقاديرُ:

- حبتانِ منَ الطماطمِ.
- ثلاثُ حباتٍ منَ الخِيارِ.
- حبتانِ منَ الجزرِ.
- ربعُ حِزمةِ بقدونسَ.
- ملحٌ، فلفلٌ، عصيرُ ليمونٍ.

الطريقةُ

١ تُغسلُ الطماطمُ وتُجففُ، ثم تُقطَّعُ قطعًا مناسبةً.

٢ يُغسلُ الخيارُ، ثم يقَطعُ مكعباتٍ.

٣ يُغسلُ الجَزرُ، ثم يُقطعُ قطعًا مناسبةً.

٤ يُغسل البقدونُسُ ويجففُ، ثمَّ يُفرمُ فرمًا ناعمًا.

٥ تُخلطُ المقاديرُ في صحنٍ عميقٍ، وتتبَّلُ بالملحِ والفلفلِ وعصيرِ الليمونِ، ثمَّ تُجمَّل حسبَ الرغبةِ وتُقدَّم.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

سَلَطةُ الروبِ بالخيارِ



المقاديرُ:

- كوبُ روبٍ (زبادي).
- حبةُ خِيارٍ واحدةٍ.
- فصٌّ منَ الثَّومِ المفرومِ.
- ملحٌ، قليلٌ منَ النعناعِ المُجففِ.

الطريقةُ

١ يُخفقُ الروبُ جيدًا حتى يصيرَ قوامُه متجانسًا.

٢ يُضافُ إليهِ الثَّومُ المفرومُ (حسبَ الرغبةِ).

٣ يُغسلُ الخيارُ ويُقطعُ حلقاتٍ رفيعةٍ أو قطعًا صغيرةً، ثم يضافُ إلى الروبِ، مع الاحتفاظِ بقليلٍ منهُ للتجميلِ.

٤ يُضافُ الملحُ والنعناعُ الجافُ، ويغرفُ في صحنِ سلطةٍ عميقٍ، ويُجمّلُ حسبَ الرغبةِ.

نشـاط (٧)

ترغبُ أُمُكَ بإضفاءِ بعضِ اللَّمساتِ الجميلةِ للسَّلطَةِ، هلْ بإمكانِكَ إعطاؤُها بعضَ الأفكارِ؟

تزين طبق السلطة بالرمان والذرة ، وحبات الزيتون ، ودبس الرمان وبخبز التورتيلا المقلي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.len.edu.sa

غذائي

الفواكهُ

الفواكهُ منْ طعامِ أهلِ الجنةِ.

قالَ اللهُ تعالى: ﴿وَفَٰكِهَةٍ مِّمَّا يَتَخَيَّرُونَ﴾[1].



المفاهيمُ الرئيسةُ

- لَيِّنٌ.
- صُلْبٌ.

نحنُ الفواكهَ نتمتعُ بمنظرٍ وألوانٍ جذابةٍ، وطعمٍ لذيذٍ، ونُعتبرُ من مجموعاتِ الغذاءِ الصحيِّ اليوميِّ؛ لأنَنا مصدرُ الأملاحِ المعدنيةِ والفيتامينات، كما أنَنا نُمِدُّ الجسمَ بالماءِ والألياف الضروريةِ.

شروطُ اختيارِ الفواكهِ:

- طازجةٌ
- خاليةٌ منَ العطبِ
- ناضجةٌ

وزارة الصحة
Ministry of Health

احرصْ على تناولِ الفواكهِ بينَ الوجباتِ الغذائيةِ بدلَ الشكولاتةِ والحلوياتِ؛ لأنَّها تساعدُ على وقايةِ الجسمِ منَ الأمراضِ بمشيئةِ اللهِ تعالى.

ارجعْ إلى موقعِ وزارةِ الصحةِ للاطلاعِ على موضوعِ (الأطفالِ والحلوى).

(١) سورة الواقعة الآية: ٢٠.

وزارة التعليم

خطواتُ تنظيفِ الفواكه:

تُغسلُ الفواكهُ بماءِ الصنبورِ، وتختلفُ طريقةُ الغسلِ تبعًا لنوعِها.

١ الفواكهُ اللَّيِّنةُ:



كالفراولةِ والتينِ والرُّطبِ وغيرِها، تُوضعُ في وعاءٍ كبيرٍ بهِ ماءٌ منَ الصنبورِ. وتُرفعُ باليدينِ باحتراسٍ، وتُكرّرُ العمليةُ مرةً ثانيةً للتخلصِ من الرملِ، أو تُوضعُ في مصفاةٍ تحتَ ماءِ الصنبورِ.



وهذه الفاكهةُ سريعةُ العَطْبِ، يجبُ أنْ تُغسلَ وقتَ تناولِها مباشرةً.

٢ الفواكهُ الصَّلبةُ:



كالتفاحِ والبرتقالِ والخوخِ والكُمَّثْرَى وغيرِها، تُغسلُ جيدًا بالماءِ والفرشاةِ، أو ليفةٍ نظيفةٍ؛ لإزالةِ كلِّ ما يعلقُ بِها.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشـاط (١)

شاركْ مجموعتَك بالبحثِ عن ثلاثةِ أنواعٍ منَ الفواكهِ وَرَدَ ذكرُها في القرآنِ الكريمِ؟

العنب ـ التين ـ الرمان ـ الموز ـ الرطب .....

حفظُ الفواكه:



- تُحفظُ الفواكهُ الطازجةُ في درجِ الثلاجةِ والرفوفِ السفليةِ منها.
- تُحفظُ الفواكهُ المجمدةُ في مجمدِ الثلاجة.

نشـاط (٢)

اقترحْ طرائقَ أو أشكالًا أخرى لتقديمِ فاكهةِ الخوخِ؟

يقطع إلى شرائح ويؤكل باليد إلى مربعات متوسطة الحجم ويؤكل بالشوكة .....



تدلُّ الملصقاتُ الصغيرةُ الموجودةُ على حبَّاتِ الفواكِهِ على هويةِ المنتجِ، كمَا أنَّها تُوضِّحُ نوعَه ومحتوَاه ونوعيةَ الأسمدةِ المستخدمةِ في زراعتِه.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

أصنافٌ منْ سَلَطَاتِ الفواكهِ

سَلَطةُ الفواكهِ

المقاديرُ:



- كيلو فواكهَ منوعةً (مشمشٌ، فراولةٌ، برتقالٌ، عنبٌ، موزٌ، كُمَّثْرَى).
- مقدارٌ من العصيرِ أو الشرابِ السكَّري.

الطريقةُ

١ تُختارُ الفواكهُ التامةُ النضجِ وتُغسلُ جيدًا حسبَ نوعِها.

٢ تُقَطَّعُ حسبَ الرغبةِ أحجامًا متساويةَ الشكلِ مناسبةً للأكلِ.

٣ تُرتَّبُ الفواكِهُ في طبقٍ زجاجيٍّ عميقٍ أو أكوابٍ صغيرةٍ وعميقةٍ.

٤ تُوضعُ بِضْعُ ملاعقَ من العصيرِ أو الشرابِ على الفواكِه في كلِ كوبٍ بحيثُ يصلُ لمنتصَفِهِ.

٥ تُقدَّمُ باردةً وتُؤكلُ مباشرةً.

مقاديرُ الشرابِ السكريِّ: كوبُ ماءٍ، ٣-٤ ملاعقَ كبيرةً من السُّكَّرِ، ملعقتانِ منْ عصيرِ الليمونِ.

الطريقةُ: يُرفعُ الشرابُ السكريُّ على نارٍ هادئةٍ حتى يَغْلِيَ مدةَ دقيقتينِ معَ نزعِ الزَّبَدِ، ثم يُضافُ عصيرُ الليمونِ، ويتركُ حتى يبرُدَ تمامًا.

العسلُ الطبيعيُّ يحتوي على الأملاحِ المعدنيةِ والأحماضِ العضويةِ والخمائرِ والفيتامينَاتِ، وبذلكَ يُعَدُّ العسلُ عاملًا مساعدًا في الوقايةِ والعلاجِ من بعضِ الأمراضِ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

سَلطةُ الفواكِهِ بالجِلي



المقاديرُ:

- تفاحةٌ واحدةٌ.
- حبةٌ أوحبتانِ منَ الموزِ.
- علبةُ جِلي.
- كوبُ ماءٍ ساخنٍ وآخرُ باردٌ.
- فراولةٌ وكريمةٌ مخفوقةٌ للتجميلِ.

الطريقةُ

١ يُذابُ الجِلِيُّ في كوبِ ماءٍ ساخنٍ، ثم يُضافُ إليهِ كوبٌ آخرُ من الماءِ الباردِ، ويُتركُ ليبرُدَ.

٢ تُقطعُ الفواكهُ قطعًا صغيرةً مناسبةً، ثم تُوضعُ في أكوابٍ، أو طبقٍ منَ الزجاجِ.

٣ يُصبُّ عليها الجِلِيُّ الباردُ، وتُوضعُ في الثلاجةِ.

٤ يُجمَّلُ السطحُ بالكريمةِ المخفوقةِ، وحباتٍ منَ الفراولةِ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 1447

عصائرُ الفواكِه



أنا عصيرُ الفواكِهِ، أُقَدَّمُ مشروبًا طبيعيًّا وخاصةً في الجوِّ الحارِّ.
ويُفضَّلُ تقديمي بعدَ الانتهاءِ من إعدادِي مباشرةً؛ لكي أحتفظَ بفائدتِي ولونِي ونكهَتي الطبيعيةِ.

نشاط (١)

برأيكَ أَيُّما أفضلُ، العصيرُ الطازجُ أم العصيرُ المحفوظُ، مع التبريرِ لذلِكَ؟





يعتبر العصير الطازج أفضل ، لأنه يحتفظ بكل القيم الغذائية دون إضافة مواد حافظة تضر بصحتنا

فقير من القيمة الغذائية المتواجد فيه وغني بالمواد الحافظة

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشـاط (٢)

أَعَدَتْ سعادُ عصيرَ مخفوق لأبيها بعدَ عودَتِه من صلاةِ الجمعةِ، فأعجبِ أبوها بعملِها وأبدى فخرَه واعتزازَه بِها .



صِفْ شعورَك لو كنتَ مكانَ سعادِ؟

بالتأكيد في قمة السعادة لتقديم العصير وإدخال الفرح لقلب والدي

نشـاط (٣)

علِل : إضافةَ الشوفانِ أو الزباديَ إلى العصيرِ الطبيعيِّ .

غنية بالقيم الغذائية العالية التي من شانها إعطاء القوة والطاقة للجسم

٣ فَسِّر العباراتِ الآتيةَ :

أ لا يُستخدَمُ الماءُ الساخنُ في غسلِ الخضراواتِ .

حتى لا تذبل

ب تُنقعُ الخضراواتُ في محلولٍ ملحيٍّ قبلَ غَسلِها .

للقضاء على الطفيليات والجراثيم

٤ كيفَ يمكنُ تلافي حدوثَ المشكلاتِ الآتيةِ :

أ اِسْوِدادُ لونِ الموزِ بعدَ تقطيعِه .

نتيجة لطريقة الحفظ الخاطئة

ب اصفرارُ أوراقِ بعضِ الخضراواتِ بعدَ مدةٍ وجيزةٍ منْ شرائِها .

تغطيته بقليل من عصير الليمون او وضعه في ماء محلى بسكر

أصنافٌ منَ العصيرِ

عصيرُ البرتقال



المقاديرُ:

- ٣ حباتٍ منَ البرتقالِ.
- عسلٌ طبيعيٌّ عندَ الرغبةِ.

الطريقةُ

١ يُغسلُ البرتقالُ جيدًا، ثم يُجففُ.

٢ تُشقُ البرتقالةُ نصفينِ عرضًا، وتُعصرُ بالعصارةِ اليدويةِ أوِ الكهربائيةِ.

٣ يُفرَّغُ العصيرُ في إبريقٍ خاصٍ بعدَ تصفيتِهِ، وقدْ يُضافُ إليهِ ملعقةً صغيرةً من العسلِ الطبيعيِّ.

٤ يُقدَّمُ العصيرُ في أكوابٍ، يُزيَّنُ بشريحةِ برتقالٍ، ويُقدمُ باردًا.

عصيرُ مخفوق الخوخِ والموزِ

العصير المخفوق



يحتوي على المغذياتِ الطبيعيةِ والبوتاسيومِ الذي يدعمُ وظائفَ القلبِ، وعلى كمياتٍ منَ الفيتامينات والمعادنِ والألياف التي تساعدُ في الحفاظِ على حركةِ الأمعاءِ.

المقاديرُ:

- كوبانِ من قطَعِ الخوخِ منزوعَ البذرةِ.
- ١ فاكِهة موزٍ.
- كوبانِ من الحليبِ.

الطريقةُ

١ تُخلطُ المكوناتُ في الخلاطِ الكهربائيِّ.

٢ تُقدمُ في أكوابٍ مُزينةٍ بشريحةٍ منَ الخوخِ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

تطبيقاتٌ عامةٌ

١ حدِدِ الخطأَ في المعلوماتِ الآتيةِ ثمَ صَوِّبْه في الجدولِ الآتي :

المعلومةُ	الخطأُ	الصوابُ
١ .تُقطعُ السلطةُ قطعًا صغيرةً حتى لا تفقدَ فيتاميناتِها .	صغيرة	كبيرة
٢ . نختارُ الخضراواتِ ذاتَ العروقِ الصعبةِ الكسرِ .	الصعبة	السهلة
٣ .تحتوي الخضراواتُ والفواكهُ على القليلِ من الفيتامينات .	القليل	الكثير
٤ .الفاصوليا منَ الخضراواتِ الثَمريةِ .	الثمرية	القرنية
٥ .يُقدمُ العصيرُ بعدَ ساعةٍ منْ إعدادِه .	بعد ساعة	مباشرة بعد

٢ علِل مَايأتِي :

أ يجبُ أنْ تُغسلَ الفواكهُ الليِّنةُ وقتَ تناوُلِها ؛

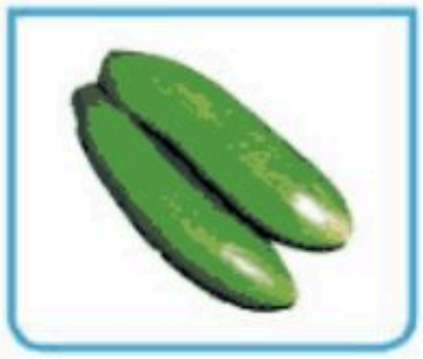
لأنها سريعة العطب

ب تُسمَى الفواكِهُ والخضراواتُ بمجموعةِ الأطعمةِ الواقيةِ ؛

لاحتوائها على الفيتاينات الأملاح المعدنية التي تقي الجسم من الإمراض

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

٥ اكتُب حرفَ (ط) أمامَ الخضراواتِ التي تُؤكلُ طازجةً، وحرفَ (م) للتي تُؤكلُ مطبوخةً، وحرفَي (ط، م) للتي تُؤكلُ طازجةً ومطبوخةً:



ط



ط



م



ط



ط

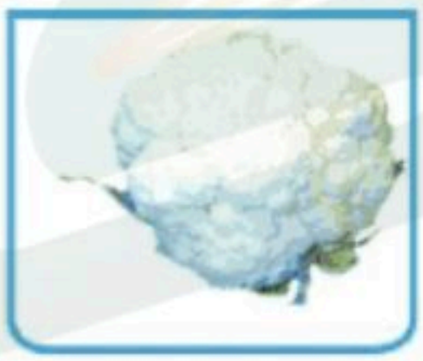


ط

ط، م



م



م



م



م



م

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

وحدةُ غذائِي



أتعلَّمُ لغةَ الإشارةِ بشغفٍ؛ حتَّى أتواصَلَ معَ الْآخَرِينَ من الصُّمِّ، وأنا قادرٌ- بتوفيق اللَّه- على إتقانِها بكفاءَةٍ عاليةٍ.





المصدرُ: الجمعيةُ السعوديةُ للإعاقةِ السمعيةِ (٢٠١٨). قاموسُ لغةِ الإشارةِ السعوديةِ، ط١.



المصدرُ: الجمعيةُ السعوديةُ للإعاقةِ السمعيةِ (٢٠١٨). قاموسُ لغةِ الإشارةِ السعوديةِ، ط١.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447