



وزارة التربية
منطقة الأحمدية التعليمية

ثانوية عبد الله الأحمد الصباح - بنين

مفردات منهج الصف العاشر

UNIT 1

UNIT 2

UNIT 3

UNIT 4

UNIT 5

UNIT 6

الفترة الدراسية الأولى

The Department of English

HOD

Mr. Niazi Abdelaziz TRIKI



MODULE 1

Culture

Unit 1

WE ARE WHAT WE EAT

Lessons 1 & 2

20 words

absorb	يَمْتَصِّ	iron	حديد
antioxidant	مضادات الأكسدة	metabolise	يحول الطعام الى طاقة
arthritis	إلتهاب المفاصل	neutralise	يبطل مفعول الشيء - يحايد
caffeine	كافيين (مادة منبهة)	nutrition	تغذية
calcium	كالسيوم	probiotic	محتوي على بكتيريا نافعة
cholesterol	كلسترول (نوع من أنواع الدهون)	protein	بروتين (مادة بانية للأجسام)
combat	يقاوم	saturated fat	الدهون المشبعة
dietician	أخصائي التغذية	stimulant	منبه - منشط
digestive	هضمي	unsaturated fat	الدهون غير المشبعة
fibre	ألياف	vitamin	فيتامين

Lessons 4 & 5

8 words

deficiency	نقص	pomegranate	الرمان
grilled	مشوي	RDA (Recommended Daily Allowance)	الكمية الموصى بها يوميا
metabolism	تحويل الطعام الى طاقة	sodium	ملح الطعام
organic	عضوي	supplement	مكمل غذائي

Lessons 7 & 8

11 words

appeal to	يروق لـ - يعجب	irresponsibly	بطريقة غير مسؤولة
atmospheric (setting)	جو منعش	malnutrition	سوء التغذية
crammed	مكتظ	salad bar	ركن السلطة
eatery	مطعم	speciality	إختصاص
fanatic	محب	vegetarian	نباتي
wholesome	صحي - مفيد		

39 words

Unit 2

RESPECTING CULTURES

Lessons 1 and 2

9 words

aspiration	طموح	initiative	روح المبادرة
creed	عقيدة - مذهب	interfaith	ديني - عقائدي
delegate	مندوب	mentor	الناصح - مستشار
diversity	تنوع - إختلاف	seminar	حلقة نقاشية
tolerance	تسامح		

Lessons 4 & 5

6 words

calligraphy	فن خط اليد	inspirational	ملهم - إلهامي
consistently	بثبات - باستمرار	master	يبرع في
diverse	متنوع	richly	بغزارة - بوفرة

Lessons 7 & 8

11 words

account	تقرير	high-ranking	ذو مرتبة عالية - رفيع المقام
conduct	ينظم	pilgrimage	الحج
cover	يغطي مسافة	relevant	وثيق الصلة بـ - مناسب
figure	شخصية بارزة	review	مراجعة نقدية
ground-breaking	ريادي		

26 words

Unit 3

INSPIRING ARCHITECTURE

Lessons 1 & 2

13 words

concrete	خرساني – إسمنتي	framework	هيكل البناء
design	تصميم	geometric	هندسي
drill	يثقب	renowned	مشهور – معروف
evoke	يستحضر الى الذهن	slightly	بعض الشيء
expressionist	تعبيري	studio	الاستوديو
forecourt	فناء أمامي	venue	مكان الحدث
foundation	أساس البناء		

Lesson 3

6 words

boutique	محل لبيع الملابس	gourmand	شره
brand	علامة تجارية	mainstream	السائد - الشائع
edutainment	ترفيهي و تعليمي	state-of-the-art	أحدث طراز

Lessons 4 & 5

9 words

chic	أنيق	spacious	فسيح – رحب – واسع
governmental	حكومي	state	حكومي
modernistic	عصري – حديث	sturdy	عتيد – ثابت - قوي
public	عام	substantial	قوي – ضخمة
residential	سكني – معد للسكن		

Lessons 7 & 8

9 words

advocate	يؤيد – يساند	influx	تدفق
apprehensive	قلق – مهموم - هلع	objective	هدف – غرض
benefit	يفيد – يستفيد	profitable	مربح – مكسب
council	المجلس	voice	يعبر عن
detrimental	مؤذ – ضار		

37 words

MODULE 2

Free time

Unit 4

COMPUTER GAMES

Lessons 1 & 2

16 words

anti-reflective	مضاد \ مقاوم للإنعكاس	naturalistic	طبيعي
Artificial Intelligence	الدّكاء الصّطناعي	perception	إدراك
compete	يتنافس	rival	منافس – خصم
competitive	تنافسي	sensor	جهاز الاستشعار
console	جهاز للألعاب	simulate	يحاكي – يقلّد
convoluted	معقّد	speech recognition	تمييز الصّوت
discourse	حديث	visual effects	المؤثّرات البصرية
employ	يوظّف	wizard	شخص عبقرى – نابغة

Lessons 4 & 5

6 words

analogue	تماثلي	hold button	زرّ التّوقف المؤقت
computer-friendly	ملائم للتّعامل مع الحاسوب	touchscreen	شاشة اللمس
drive	مشغل القرص	wireless	لا سلكي

Lessons 7 & 8

10 words

arcade	جهاز / محل ألعاب باستعمال العملة النّقديّة	exclusive	قصري – حصري - خاص
bonus	إضافي	helpline	خطّ الهاتف السّاخن
breathtaking	أحاذ - مدهش	joystick	عصى التّحكم في اللعبة
built-in	داخلي – متضمّن	keypad	لوحة مفاتيح اللعبة
caller	الشّخص المتّصل	mode	الوضع

32 words

Unit 5

SPORTS PSYCHOLOGY

Lessons 1 & 2

11 words

able-bodied	سليم الجسم	neurologist	طبيب أمراض الأعصاب
adversity	وقت الشدة	observe	يتقيد بـ - يطيع
equestrian	خاص بالفروسية	rehabilitation	إعادة تأهيل
Paralympics	أولبياد ذوي الاحتياجات الخاصة	self-discipline	الإنضباط الذاتي
phenomenon	ظاهرة - حدث غير عادي	virtue	الفضيلة
physiotherapy	علاج طبيعي		

Lessons 4 & 5

11 words

aggression	عدوانية	mentality	عقلية
determination	العزم - التصميم	motivation	تحفيز
extrovert	منفتح	opponent	خصم
feedback	الرد - تغذية إسترجاعية	sportsmanship	الروح الرياضية
introvert	منطوي	stimulation	تحفيز
teammate	زميل في فريق		

Lessons 7 & 8

6 words

application	طلب	member	عضو في فريق
badminton	لعبة تنس الريشة	sauna	حمام البخار
gymnastics	لعبة الجمباز	solarium	حمام شمسي إصطناعي

28 words

Unit 6

NATURE

Lessons 1 & 2

11 words

conservation	حماية / المحافظة على	hectare	هكتار
deserve	يستحقّ	marsh	مستنقع
effluent	مياه الصّرف	propagation	التكاثر
fauna	حيوانات منطقة معينة	sanctuary	محمية
fence off	يسيجّ	vegetation	الحياة النباتية
flora	نباتات منطقة معينة		

Lessons 4 & 5

8 words

aggressive	عدواني	proud	فخور
fierce	شرس	stubborn	عنيد
herbivore	حيوان عاشب	sustenance	غذاء
hostile	عدواني	tame	أليف

Lessons 7 & 8

13 words

adjacent	محاذي - مجاور	imperative	الزامي
bed out	يحول نبتة من مكان لآخر	mammal	ثدييات
carbon monoxide	غاز أول أكسيد الكربون	nest	عش الطائر
cleanup	تنظيف	on behalf of	بالنيابة عن
exotic	غريب	toxin	مادة سامة
finance	يموّل	wasteland	أرض بور
global	عالمي		

32 words

194 words