

الطبخ والمدرّب

نورة طاع الله



الطبخ
والاصناف
نورنا لله



نوع العمل :قصص للأطفال

الكاتب :نورة طاع الله

تصميم الغلاف :منى وجيه

تعبئة وتنسيق :جيهان سمير

هذا العمل تم تحت إشراف فريق

كيان اللارواية للنشر الإلكتروني

لينك الجروب

جروب اللارواية

لينك البيدج

الارواية للنشر الإلكتروني

إن تم تحميل هذا العمل من موقع آخر أو مكان آخر فيعد

انتهاكا لحقوقنا وسرقة أعمالنا وسرقة حق المؤلف



طباخ الرئيس

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو طباخ الرئيس؟

طباخ الرئيس هو الشخص الذي يعد الطعام للرئيس. يعني هو من يطبخ ويجوز وجبات الرئيس الخاصة في البيت الأبيض أو أي مكان يعيش فيه الرئيس

فمن مهام الطباخ هو من يختار أطعمة صحية ولذيذة تناسب الرئيس، ويطبخ الوجبات حسب ما يحب الرئيس ويأخذ بعين الاعتبار أي حساسية من الطعام أو نظام غذائي خاص، ويعتني بأن تكون



المأكولات نظيفة وآمنة جدًا، لأن الرئيس يحتاج أن يكون قويًا وصحيًا دائمًا.

أما صفات الطباخ الجيد للرئيس يا صغيري أن يكون ماهر جدًا في الطبخ ومنظم جدًا ويعرف كيف يرتب المطبخ، ويلتزم بالسرية، لأنه يرى كل شيء عن حياة الرئيس اليومية، طباخ الرئيس قد يطبخ أطعمة من بلدان مختلفة، لأن الرئيس يستقبل ضيوفًا من كل أنحاء العالم، بعض الطباخين أصبحوا مشهورين جدًا لأنهم يطبخون أطعمة يحبها الرئيس جدًا، فطباخ الرئيس هو الشخص الذي يهتم بأن يأكل الرئيس طعامًا صحيًا ولذيذًا ويجعل يومه أفضل من خلال وجباته، لكي



يصبح شخص طبّاح الرئيس، يجب أن يكون متمكن جدًا في الطبخ، يعرف كيف يطبخ أطعمة متنوعة ولذيذة، ونظيف ومرتب جدًا، لأن الرئيس يحتاج طعامًا صحيًا وآمنًا، ودقيق ومنضبط، لأنه يجب أن يحترم مواعيد الطعام بالضبط.

عادة، الطباخين يابدأون بالعمل في مطابخ كبيرة مثل المطاعم الفاخرة أو الفنادق، ثم يتم اختيارهم للطهي للرؤساء.

الأطعمة التي يطبخها طبّاح الرئيس هي أطعمة صحية تساعد الرئيس على البقاء قويًا ونشيطًا، وأطعمة سريعة التحضير أحيانًا إذا كان الرئيس مشغولًا جدًا، أطعمة مفضلة للرئيس، مثل الحلوى أو العصائر



وأطعمة خاصة للضيوف المهمين من دول
مختلفة، طبّاح الرئيس يستخدم مقالي
وأواني كبيرة وصغيرة سكاكين حادة
وفعالة وأجهزة حديثة للمطبخ مثل أفران
كبيرة وخلّاطات، ومستلزمات نظافة للتأكد
من أن كل شيء نظيف جدًا، يخطط قائمة
الطعام لليوم يشترى المكونات الطازجة
من السوق ويطبخ الأطعمة ويقدمها في
الوقت المحدد وأحيانًا يبتكر أطباق جديدة
يحبها الرئيس، بعض الرؤساء يحبون
أطعمة غريبة أو مميزة، والطبّاح يجب أن
يعرف كيف يجهزها.

فهذا هو طبّاح الرئيس يا بني.



هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

The president's chef is the person who prepares food for the president. This means they cook and prepare the president's meals at the White House or wherever the president resides.

The chef's duties include selecting healthy and delicious foods that suit the president, cooking meals according to the president's preferences, taking into account any food allergies or special dietary needs, and ensuring the



food is very clean and safe, as the president needs to be strong and healthy at all times.

The qualities of a good presidential chef, my friend, are that they are highly skilled in cooking, very organized, know how to manage the kitchen, and maintain confidentiality, as they are privy to everything in the president's daily life.

The president's chef may prepare dishes from different countries, as



the president receives guests from all over the world.

Some chefs have become very famous because they cook dishes that the president particularly enjoys. Ultimately, the president's chef is the person who ensures the president eats healthy and delicious food and makes their day better through their meals. To become the president's chef, one must be highly skilled in cooking, know how to prepare a variety of delicious dishes, and be



exceptionally clean and organized, as the president requires healthy and safe food. Precision and punctuality are also essential, as the president must adhere strictly to meal times.

Usually, chefs begin their careers in large kitchens, such as those of upscale restaurants or hotels, before being selected to cook for presidents.

The food prepared by the president's chef is healthy, helping the president stay strong



and energetic. Quick meals are sometimes prepared if the president is very busy. The chef also prepares the president's favorite dishes, such as desserts or smoothies, and special meals for important guests from different countries. The president's chef uses large and small pans and pots, sharp and efficient knives, and modern kitchen appliances like large ovens and blenders, along with cleaning supplies to ensure everything is spotless. The



chef plans the daily menu, buys fresh ingredients from the market, cooks the food, and serves it on time. Sometimes, the chef even creates new dishes that the president enjoys. Some presidents have a taste for unusual or special foods, and the chef must know how to prepare them. This is the president's cook, my son.



مدرب رياضي

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو المدرب الرياضي؟

المدرب الرياضي هو شخص يساعد الأطفال على ممارسة الرياضة بطريقة صحيحة وآمنة، ويعلمهم كيف يصبحون أقوى وأسرع وأصحاء.

المدرب الرياضي يقوم بعدة مهام مهمة، مثل تعليم التمارين الرياضية كالجري، القفز، الإطالة، وتدريب الأطفال على الألعاب الرياضية مثل كرة القدم أو السلة، وكذا تشجيع الأطفال وعدم تركهم يشعرون بالإحباط والحفاظ على سلامة



الأطفال أثناء اللعب وتعليم التعاون واللعب

بروح الفريق

يمكن أن يعمل المدرب الرياضي في

المدارس والأندية الرياضية ومراكز

الشباب والحدائق أو الملاعب

المدرب الرياضي يساعد الأطفال على أن

يكونوا أصحاء وأقوياء وأن يتعلموا

الانضباط والالتزام وأن يكونوا صداقات

جديدة وأن يفرغوا طاقتهم بطريقة مفيدة

يرتدي المدرب الرياضي ملابس رياضية

مريحة وحاداء رياضي وأحياناً قبعة

أوساعة توقيت، المدرب الجيد يكون

صبورًا ولطيفًا ونشيطًا ويحب الأطفال

والرياضة



المدرّب الرياضي هو صديق الأطفال في الرياضة، يساعدهم على اللعب، التعلّم، والاستمتاع، ويجعل الرياضة ممتعة ومفيدة للجسم والعقل.

ليس كل المدرّبين متشابهين يا عزيزي فهناك أنواع مختلفة، مثل مدرّب كرة القدم الذي يعلّم الأطفال كيف يركلون الكرة ويمررونها

ومدرّب كرة السلة يعلّم القفز والتصويب في السلة ومدرّب السباحة يعلّم السباحة بطريقة آمنة ومدرّب الجمباز يعلّم الحركات المرنة والمتوازنة ومدرّب اللياقة البدنية يدرب الجسم ليصبح قويًا وصحيًا، المدرّب الرياضي يستعمل أدوات



تساعده في التدريب، مثل ساعة توقيت
وكرات رياضية و أقماع صغيرة لتنظيم
العب وزجاجة ماء للتذكير بالشرب ودفتر
لتسجيل التمارين وقواعد السلامة التي
يعلمها المدرب

المدرب يهتم بسلامة الأطفال دائماً، لذلك
يعلمهم الحماية قبل اللعب وشرب الماء
بانتظام والتوقف عند التعب وارتداء
الحذاء المناسب واللعب بدون دفع أو أذى.

المدرب الجيد يجعل الرياضة ممتعة
فيحوّل التمارين إلى ألعاب مسلية ويصفق
للأطفال عند النجاح ويقول كلمات جميلة
مثل أحسنت، ويسمح للجميع بالمشاركة
يكون يوم التدريب بتحية المدرب للأطفال



وتمارين إحماء بسيطة ولعب وتدريب
ممتع، واستراحة قصيرة للماء ولعبة
جماعية وتشجيع ونصائح في النهاية
يتعلم الطفل من المدرب الرياضي الثقة
بالنفس واحترام القواعد والتعاون مع
الأصدقاء وحب الرياضة والحركة، المدرب
الرياضي يا صغيري ليس فقط شخصاً
يعلم الرياضة، بل هو معلم وصديق يساعد
الأطفال على النمو بصحة وسعادة.



هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

Do you know, my son, who a sports coach is?

A sports coach is someone who helps children practice sports in a correct and safe way, teaching them how to become stronger, faster, and healthier.

A sports coach performs several important tasks, such as teaching exercises like running, jumping, and stretching, and training children in sports like football or basketball. They also encourage



children, prevent them from feeling discouraged, ensure their safety during play, and teach cooperation and teamwork.

A sports coach can work in schools, sports clubs, youth centers, parks, or playgrounds.

A sports coach helps children become healthy and strong, learn discipline and commitment, make new friends, and release their energy in a beneficial way.

A sports coach wears comfortable sportswear and athletic shoes,



and sometimes a hat or stopwatch. A good coach is patient, kind, energetic, and loves children and sports. A sports coach is a child's friend in sports, helping them play, learn, and have fun, and making sports enjoyable and beneficial for both body and mind. Not all coaches are the same, my friend. There are different types, like a football coach who teaches children how to kick and pass the ball; a basketball coach who teaches



jumping and shooting; a swimming coach who teaches swimming safely; a gymnastics coach who teaches flexible and balanced movements; and a fitness coach who trains the body to become strong and healthy. A sports coach uses tools to help with training, such as a stopwatch, sports balls, small cones to organize play, a water bottle to remind them to drink, a notebook to record exercises, and safety rules that the coach teaches. A



coach always cares about the children's safety, so they teach them how to protect themselves before playing, drink water regularly, stop when tired, wear appropriate shoes, and play without pushing or hurting themselves. A good coach makes sports fun by turning exercises into enjoyable games, applauding children when they succeed, and offering positive words like "Well done!" They also encourage everyone to participate. A training



day typically begins with the coach greeting the children, followed by simple warm-up exercises, fun games and drills, a short water break, a group game, and finally, encouragement and advice. From their sports coach, children learn self-confidence, respect for rules, cooperation with friends, and a love of sports and physical activity. My dear child, a sports coach is not just someone who teaches sports; they are a teacher and a friend who helps



**children grow up healthy and
happy.**

