مراجعة في التربية العلمية و التكنولوجية للسنة الرابعة ابتدائي

الفصل الاول / الجيل الثاني

01/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة

- تستطيع العيش دون هواء لفترة طويلة ← (.....)
- يسبب التدخين و التلوث امراضا خطيرة ←(.....)
- دخان المصانع لا يهدد سلامة الجهاز التنفسي ←(.....)
- تراكم دخان السجائر يسبب ضررا للرئتين.←(.....)
- خروج الهواء من الرئتين اسمه الشهيق.← (.....)
- ممارسة الرياضة مفيدة للجهاز التنفسي ←(.....)

هل تعلم ان بعض الاطفال يولدون و في القلب ثقب و يسمح هذا الثقب للدم بالمرور و الاختلاط مع بعضه وهكذا لا يحصل الجسم الا على زاد قليل من الاوكسيجين لذا يتوجب اجراء عملية جراحية في وقت مبكر لخياطة الثقب

02/ أكمل الفراغ بالكلمة المناسبة :

التنفس عملية .....في حياة .....أثناء .....يدخل الهواء الى الجسم عن طريق ..... الى .....ثم الى القصبات .....ليصل الى .....

يسلك هواء الزفير الاتجاه .....هواء .....غني بغاز الاكسجين بينما هواء الزفير غني .....و .....

03/ أجب عن الاسئلة التالية مستعينا بما درست :

- تتمثل عملية التنفس في شكلين من التنفس .أذكرهما دون شرح ؟

.....

- مما يتركب هواء الشهيق ؟

.....

- مما يتركب هواء الزفير ؟

.....

-يحتوي الدخان المنبعث من السجائر على العديد من المواد السامة. أذكر بعضها.

.....

- اذكر بعض الامراض التي تصيب الجهاز التنفسي

.....

.....

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- ان سلامة الجهاز التنفسي تتطلب اتباع جملة من القواعد الصحية . اذكر بعضها .

.....

.....

.....

- اذكر باختصار المسلك الذي يسلكه الهواء في عمليتي الشهيق و الزفير

اين يتم تغيير تركيب هواء الشهيق ؟

.....

04/ ضع الكلمات الاتية في مكانها المناسب :

الشهيق – يتكاثف - ثاني اكسيد الكاربون – المنخارين – الرئتين – ضبابا

- عند الزفير اطرح غازا غير مرئي هو .....و بخار الماء الذي ..... على المرآة مشكلا .....

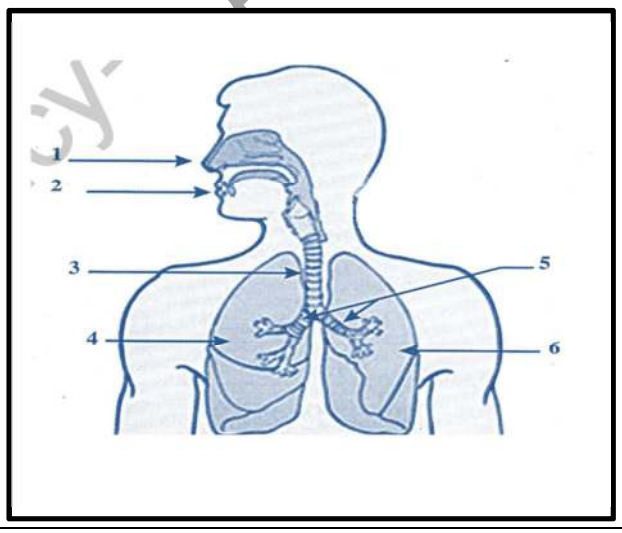
- يدخل هواء .....عن طريق .....الى الرغامي ثم الى القصبتين الهوائيتين ليصل الى .....

05/ ضع ما يأتي في الخانة المناسبة:

ثاني اكسيد الكربون – ارتفاع القفص الصدري - انخفاض القفص الصدري– الاكسجين – رئة مملوءة – رئة مرتخية

حالة الشهيق	حالة الزفير

06/ ضع البيانات على الرسم و ضع عنوانا مناسبا للرسم:



1-.....2.....

3- .....

4-.....

5-.....

6-.....

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

07/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة :

- أثناء الزفير يدخل هواء غني بغاز الفحم و بخار الماء الى الرئة ←(.....)

- لضمان صحة الجهاز التنفسي يجب الجلوس في اماكن التدخين ←(.....)

- يسلك هواء الزفير نفس مسلك هواء الشهيق ←(.....)

- من القواعد الصحية للتنفس عدم التدخين و ممارسة الرياضة ←(.....)

- لا يمكن الاستغناء عن التدخين لأنه مفيد للصحة ←(.....)

- هواء الشهيق غني بغاز ثنائي الفحم ←(.....)

- عملية دخول الهواء عبر الفم تسمى الشهيق ←(.....)

- يتغير هواء الشهيق عند المنخرين ←(.....)

08/ شطب الوضعيات المضرة بالجهاز التنفسي :

- اللعب وسط النباتات الخضراء في الحدائق.

- الجلوس مع المدخنين أو التدخين.

- ممارسة الرياضة في أماكن بها مصانع و دخان.

-تنفس الهواء النقي .

- تنفس الدخان المنبعث من السيارات في التجمعات السكنية المكتظة.

- ممارسة الرياضة في الاماكن المخصصة لها .

- ممارسة الرياضة في اماكن تواجد المصانع.

09/ أكمل الفراغات بما يناسب :

-يدخل الهواء الى .....و.....القفص الصدري و تسمى هذه العملية با.....

- أثناء خروج الهواء من .....ف.....القفص الصدري و تسمى هذه العملية با.....

10/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة :

- هواء الشهيق يسمح بخروج الاكسجين من المنخارين ←(.....)

- هواء الزفير غني بالأكسجين ←(.....)

- دخول هواء الشهيق يقابله انخفاض القفص الصدري ←(.....)

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- خروج الهواء من الرئتين يسمى الشهيق ← (.....)

- أثناء الزفير يدخل هواء غني بغاز الفحم و بخار الماء ←(.....)

- يتم تغيير هواء الشهيق على مستوى الرئتين .←(.....)

11/ املأ الفراغ بما يناسب :

فضلات - غير مهضومة - الجسم – الدم - المعي الدقيق – الاغذية المهضومة – الهضم

بعد انتهاء .....ينتقل قسم من الاغذية .....من .....الى .....الذي ينقله الى كامل انحاء ..... اما الاغذية .....فتطرح على شكل .....

12/ ضع (سلوك صحي) او (سلوك غير صحي) امام كل عبارة :

- غسل اليدين قبل الاكل و بعده ← .....

- الافراط في تناول الحلويات .←.....

- الابتعاد عن التدخين و المدخنين ←.....

- ممارسة الرياضة ←.....

- الاكل بسرعة ←.....

- غسل الاسنان بعد كل وجبة ←.....

- الاستحمام بعد الاكل مباشرة ←.....

-الانتظام في الاكل و عدم الاكل في اي وقت ←.....

12/ أذكر اربع وضعيات في الحياة اليومية تتطلب منك غسل اليدين :

1-.....

2-.....

3-.....

4-.....

13/ أكمل الناقص بهذه الكلمات :

اعاقة - الاحتراق –اكسيد – الشخص – الموت

غاز احادي..... الفحم و هو غاز ينتج عن .....لا لون له و لا ذوق و لا رائحة له يسبب .....

اذا استنشقه ..... لمدة معينة .كما يمكن ان يحدث .....ذهنية .

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

14/ اكمل :

غذاء ممتص – ثاني اكسيد الكربون – الاوكسيجين – فضلات

- يزود الدم كل اعضاء الجسم .....و.....

و يخلصها من.....و.....

15/ أربط كل عبارة بما يناسبها.

تأخذ الاغذية مظهر عصيدة خفيفة	**في المعدة**
تطرح الاغذية غير المهضومة	**الى الدم**
تنقل الاغذية المهضومة	**على شكل فضلات**
تأخذ الاغذية مظهر عضيدة كثيفة	**في الامعاء الدقيقة**

16/ ضع كل كلمة في مكانها المناسب:

المنخرين - يدخل – الرغامي – الرئتين – القصبات الهوائية – التنفسية – الزفير - المعاكس

-تتمثل الحركات .....في الشهيق و الزفير .

- أثناء الشهيق .....الهواء من .....الى.....ثم الى .....ليصل الى.....

-يسلك هواء .....الاتجاه .....

17/ رتب البطاقات لتشكيل المسار الذي يتبعه الغذاء في عملية الهضم و المسار الذي يتبعه الهواء في عملية التنفس:

الرغامي - المريء - فتحة الشرج - الرئتان – الفم – المنخران – المعدة – المعي الغليظ – القصبتان الهوائيتان المعي الدقيق

- الهضم ←.....

- التنفس ←.....

18/ ضع ص) او (خ) امام كل عبارة :

- من امراض الجهاز التنفسي الكوليرا و البدانة ←(.....)

- تزيد فترة حياة الانسان كلما زاد عدد السجائر المستهلكة ←(.....)

- توجد اكبر كمية من غاز الفحم و بخار الماء في هواء الشهيق.←(.....)

- الجلوس بالقرب من المدخنين يسبب سرطان الرئة و الحنجرة ←(.....)

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- تلوث المحيط بالغبار يؤدي الى فقدان الوعي ←(.....)

19/ ضع كل كلمة في مكانها المناسب :

الهضم - استعمالها – متنوعة – بالتغذية – مشاكل – الانبوب الهضمي

عند تناول اغذية .....تتعرض هذه الاخيرة الى .....في .....ليتمكن الجسم من .....

عدم الاهتمام .....ينتج عنه .....صحية خطيرة

20/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة :

- يتكون الجهاز الهضمي من عضو واحد فقط .←(.....)

-غاز الفحم و بخار الماء من الفضلات التي ينقلها الدم الى المعي الغليظ .←(.....)

-السباحة بعد الاكل سلوك جيد.←(.....)

- يمتص الدم الاغذية المهضومة . ←(.....)

- ينتقل الغذاء الممتص الى الرئتين فقط.←(.....)

- يصل الدم الى كل الاعضاء ليزودها بالغذاء و الاكسجين.←(.....)

- تضمن المعدة دوران الدم في الجسم.←(.....)

- القضم بين الوجبات ضروري.←(.....)

- يجب غسل الاسنان مرة كل اسبوع.←(.....)

-- تسمى عملية تبسيط الاغذية في المعدة بالهضم.←(.....)

21/ أذكر بعض قواعد الصحة الغذائية.

.....

.....

22/ أجب عن الاسئلة التالية معتمدا على ما درست :

- مما يتكون الانبوب الهضمي ؟

.....

- اين يتم امتصاص الاغذية المنحلة ؟

.....

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- ما مصير الاغذية غير المهضومة ؟

.....

23/ أكمل الفراغ ملخصا عمليتي الهضم و التنفس و علاقتهما بدوران الدم :

الاكسجين – الغذاء - الشهيق – القلب – الفضلات – المهضومة - الزفير – المعي الدقيق – الدم

- يضخ ..... الدم الى كل اعضاء الجسم ليزودها ب.....و.....و يخلصها من.....

فبعد انتهاء عملية الهضم تنقل الاغذية .....من .....الى .....

اما الاغذية غير المهضومة فتطرح على شكل .....

- يدخل هواء .....الغني ب.....الى الرئة فيتغير تركيبه و ينقل الى الدم بينما ينقل غاز الفحم من الدم الى هواء .....الذي يطرح.

24/ اربط كل عبارة بما يناسبها:

قطع صغيرة من الغذاء	في المعي الدقيق
تأخذ مظهر العصيدة الكثيفة	في الفم
تأخذ الاغذية مظهر عصيدة لزجة	في المعدة

25/ اربط كل عبارة بما يناسبها:

الفضلات	انقاد شخص من الموت
يضمن القلب	الدم النقي الخالي من السموم
الاكسجين	دوران الدم
حقن الدم	تخرج عن طريق دوران الدم
غاز الفحم	الدم القاتم

26/ اكمل بما يناسب:

يسير الدم في جسم الانسان في دورة.....تسمى الدورة.....

- يصل الدم الى كل الاعضاء ليزودها ب.....و.....و يخلصها من.....

- يضمن .....دوران الدم داخل اوعية دموية تنقله الى جميع أنحاء.....

- يتغير نبض القلب عندما يتغير.....

- نجس النبض من موضعين هما.....

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- المدخن لا يتحمل .....و يتعب بسرعة.

-يتكون جهاز دوران الدم لدى الانسان.....

27/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة:

- فقدان كمية كبيرة من الدم يؤدي الى الموت.←(.....)

- نبض القلب هو سير الاغذية في الانبوب الهضمي.←(.....)

- لمعرفة دقات القلب يجب ان نبدل مجهودا عضليا .←(.....)

- يمكن ان نعد دقات القلب بجس النبض.←(.....)

- جس النبض يكون بتحسس الجبهة و البطن.←(.....)

- ينتقل الدم في دورة مغلقة.←(.....)

- يضخ القلب الدم الي بعض الاعضاء فقط.←(.....)

- لا توجد علاقة بين دوران الدم و الانبوب الهضمي.←(.....)

- يتغير نبض القلب عندما يتغير المجهود العضلي.←(.....)

- **28/ اربط كل عبارة بما يناسبها:**

يزن القلب	ليزودها بالغذاء و الاكسجين و يخلصها من الفضلات
الاصابة بنزيف اثرحادث يجب تقديم	بتناول اغذية صحية
يضخ القلب الدم الى كامل اعضاء الجسم	الاسعافات الاولية لأنقاد المصاب
ينتقل الدم الى كل اعضاء الجسم	250غ تقريبا
لأنعم بالصحة يجب ان اطبق قواعد الصحة و ذلك	في دورة مغلقة و في اتجاه واحد

29/ وضعية ادماجية 01:

اعدت الام وجبة خفيفة في وجبة العشاء متكونة من (اللحم – أرز – خبز – سلطة – تفاح)

لم تعجب الوجبة احد ابنائها

- هل الوجبة صحية ؟ - ما هو الغذاء المتكامل و المتنوع برأيك؟- هل اصابت الام في اختيار الوجبة؟

.....

.....

.....

.....

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

عند عودة الاب من العمل اشتكت الام من تصرفات الابن فاقترح الاب ان يشتري لابنه البيتزا و العصير لكي لا يبقى جائعا

ما رايك بتصرف الاب و هل هذا تصرف صحيح ولو كنت في مكان الام هل تقبل؟ ماذا يمكن ان تسبب هذه المأكولات؟

.....

.....

ماذا نقصد بسوء التغذية ؟

.....

.....

-اذكر المشاكل الصحية الناتجة عن سوء التغذية ؟.....

.....

وضعية ادماجية02:

- اقترب فصل الشتاء و اراد الاب تركيب المدفأة في البيت فاتصل بأحد المختصين بذلك و طلب منه الحضور الان لكن هذا الاخير اعتذر منه و طلب تأجيل الامر الى الغد لأنه مشغول لكن الاب غضب و قرر تركيب المدفأة وحده.

-دخل الاب الى البيت فوجد الام و الاطفال مرميين على الارض لكنه لم يشتم اي رائحة

ماذا حدث للعائلة ؟ - ما هو سبب الاختناق ؟ ما هو الجهاز المسؤول عن هذه الوظيفة و اذكر مكوناته
- ماذا يجب على الاب ان يفعل مباشرة؟

بمن يجب ان يتصل؟ ما رأيك في تصرف الاب و قدم نصائح لتفادي مثل هذه الحوادث و للمحافظة على سلامة الوظيفة التنفسية؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

-وضعية ادماجية 03:

في الطريق السيار شرق-غرب رأيت حادث مرور خطير وقع اثر اصطدام سيارتين فذهبت لمد يد المساعدة

فوجدت رجلين واحد مصاب بجروح و ينزف من رجله و اخر مغمى عليه و الناس ملتفون حولهما بشدة و دخان السيارات يملأ المكان بسبب السيارات المتوقفة هناك.

-كيف ستساعد الرجل المصاب ؟و ماذا سيكون رد فعلك بالنسبة للرجل المغمى عليه؟

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

.....

.....

.....

-عند وصول رجال الحماية المدنية الى مكان الحادث طلبوا من بعض الاشخاص مرافقتهم

في رأيك لماذا طلبوا منه ذلك؟

.....

.....

-اذكر بعض الحالات تستلزم نقل الدم ؟

.....

.....

وضعية ادماجية 04:

استيقظ بهاء الدين البارحة متأخرا فذهب الى المدرسة مسرعا بدون ان يتناول وجبة الفطور. أثناء الدرس شعر بدوار شديد و الام في راسه. عند عودته من المدرسة اتجه مباشرة الى المطبخ و بدا يأكل بسرعة و احيانا يبلع بدون ان يمضغ .بعدها بمدة قصيرة شعر بآلام في بطنه.

- ما هي الاخطاء التي ارتكبها بهاءالدين ؟

- اعطه بعض النصائح لكي يتفادى هذه الاخطاء ي المستقبل

.....

.....

.....

عن اي جهاز نتكلم ؟.....

- ضع البيانات اللازمة للرسم التخطيطي

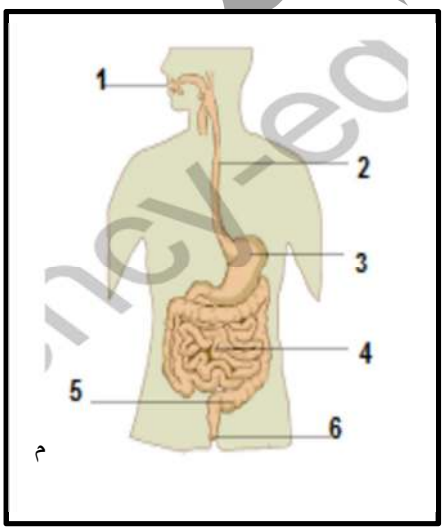
- اذكر بعض القواعد الصحية للمحافظة على هذا الجهاز

-1.....

-2..... -3.....

-4.....-5.....

-6.....



WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة

الاجابة

- تستطيع العيش دون هواء لفترة طويلة ← (خ)
- يسبب التدخين و التلوث امراضا خطيرة ←(ص)
- دخان المصانع لا يهدد سلامة الجهاز التنفسي ←(خ)
- تراكم دخان السجائر يسبب ضررا للرئتين.←(ص)
- خروج الهواء من الرئتين اسمه الشهيق.← (خ)
- ممارسة الرياضة مفيدة للجهاز التنفسي ←(ص)

02/ أكمل الفراغ بالكلمة المناسبة :

التنفس عملية ضرورية في حياة الانسان .أثناء الشهيق يدخل الهواء الى الجسم عن طريق المنخارين الى الرغامي ثم الى القصبات الهوائية ليصل الى الرئتين

يسلك هواء الزفير الاتجاه المعاكس .هواء الشهيق غني بغاز الاكسجين بينما هواء الزفير غني بغاز الفحم و مشبع ببخار الماء.

03/ أجب عن الاسئلة التالية مستعينا بما درست :

- تتمثل عملية التنفس في شكلين من التنفس .أذكرهما دون شرح ؟

-تتمثل عملية التنفس في حركتين هما :- الشهيق - الزفير

- مما يتركب هواء الشهيق ؟

- يتركب هواء الشهيق من غاز ثنائي الاكسيجين

- مما يتركب هواء الزفير ؟

يتركب هواء الزفير من غاز الفحم و بخار الماء.

-يحتوي الدخان المنبعث من السجائر على العديد من المواد السامة. أذكر بعضها.

يحتوي الدخان المنبعث من السجائر على العديد من المواد السامة منها : النيكوتين – اكسيد الكربون- القطران .....

- اذكر بعض الامراض التي تصيب الجهاز التنفسي

يصيب الجهاز التنفسي امراضا خطيرة مثل :الربو – سرطان الرئة – الحساسية.....

- ان سلامة الجهاز التنفسي تتطلب اتباع جملة من القواعد الصحية . اذكر بعضها .

لسلامة التنفس و صحة الجهاز التنفسي يجب اتباع جملة من القواعد الصحية منها :

مدونة التعليم بوخشم مريم

- تجنب التدخين او الجلوس في اماكن المدخنين – الابتعاد عن المناطق الملوثة – ممارسة الرياضة – تهوية البيت و غرفة الدراسة بانتظام - .....

- اذكر باختصار المسلك الذي يسلكه الهواء في عمليتي الشهيق و الزفير

اين يتم تغيير تركيب هواء الشهيق ؟

- اثناء الشهيق يدخل الهواء من المنخارين الى الرغامي ثم الى القصبات الهوائية ليصل الى الرئتين.

يسلك هواء الزفير الاتجاه المعاكس. / يتم تغيير تركيب هواء الشهيق داخل الرئتين.

04/ ضع الكلمات الاتية في مكانها المناسب :

الشهيق – يتكاثف - ثاني اكسيد الكاربون – المنخارين – الرئتين – ضبابا

- عند الزفير اطرح غازا غير مرئي هو غاز ثاني اكسيد الكاربون و بخار الماء الذي يتكاثف على المرآة مشكلا ضبابا

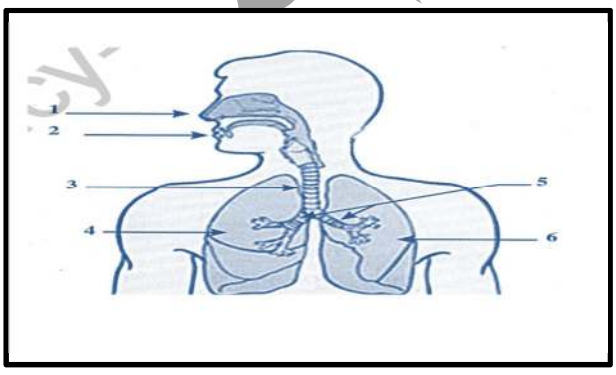
- يدخل هواء الشهيق عن طريق المنخارين الى الرغامي ثم الى القصبتين الهوائيتين ليصل الى الرئتين

05/ ضع ما يأتي في الخانة المناسبة:

ثاني اكسيد الكربون – ارتفاع القفص الصدري - انخفاض القفص الصدري– الاكسجين – رئة مملوءة – رئة مرتخية

حالة الشهيق	حالة الزفير
ارتفاع القفص الصدري – الاكسجين – رئة مملوءة	ثاني اكسيد الكربون- انخفاض القفص الصدري رئة مرتخية

06/ ضع البيانات على الرسم و ضع عنوانا مناسبا للرسم:



1- المنخران 2- الفم

3- الرغامي

4- الرئة اليمنى

6- الرئة اليسرى 5- القصبات الهوائية

07/ ضع (ص) او ( ) امام كل عبارة :

- أثناء الزفير يدخل هواء غني بغاز الفحم و بخار الماء الى الرئة ←(خ)

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- لضمان صحة الجهاز التنفسي يجب الجلوس في اماكن التدخين ←(خ)

- يسلك هواء الزفير نفس مسلك هواء الشهيق ←(خ)

- من القواعد الصحية للتنفس عدم التدخين و ممارسة الرياضة ←(ص)

- لا يمكن الاستغناء عن التدخين لأنه مفيد للصحة ←(خ)

- هواء الشهيق غني بغاز ثنائي الفحم ←(خ)

- عملية دخول الهواء عبر الفم تسمى الشهيق ←(ص)

- يتغير هواء الشهيق عند المنخرين ←(خ)

08/ شطب الوضعيات المضرة بالجهاز التنفسي :

- اللعب وسط النباتات الخضراء في الحدائق.

~~- الجلوس مع المدخنين أو التدخين.~~

~~- ممارسة الرياضة في أماكن بها مصانع و دخان.~~

-تنفس الهواء النقي .

~~- تنفس الدخان المنبعث من السيارات في التجمعات السكنية المكتظة.~~

- ممارسة الرياضة في الاماكن المخصصة لها .

~~- ممارسة الرياضة في اماكن تواجد المصانع.~~

09/ أكمل الفراغات بما يناسب :

-يدخل الهواء الى الرئتين و يرتفع القفص الصدري و تسمى هذه العملية بالشهيق

- أثناء خروج الهواء من الرئتين فينخفض القفص الصدري و تسمى هذه العملية بالزفير

10/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة :

- هواء الشهيق يسمح بخروج الاكسجين من المنخارين ←(خ)

- هواء الزفير غني بالأكسجين ←(خ)

- دخول هواء الشهيق يقابله انخفاض القفص الصدري ←(خ)

- خروج الهواء من الرئتين يسمى الشهيق ← (خ)

- أثناء الزفير يدخل هواء غني بغاز الفحم و بخار الماء ←(خ)

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- يتم تغيير هواء الشهيق على مستوى الرئتين .←(ص)

11/ املأ الفراغ بما يناسب :

فضلات - غير مهضومة - الجسم – الدم - المعي الدقيق – الاغذية المهضومة – الهضم

بعد انتهاء الهضم ينتقل قسم من الاغذية المهضومة من المعي الدقيق الى الدم الذي ينقله الى كامل انحاء الجسم اما الاغذية غير المهضومة فتطرح على شكل فضلات .

12/ ضع (سلوك صحي) او (سلوك غير صحي) امام كل عبارة :

- غسل اليدين قبل الاكل و بعده ← سلوك صحي
- الافراط في تناول الحلويات .← سلوك غير صحي .
- الابتعاد عن التدخين و المدخنين ← سلوك صحي .
- ممارسة الرياضة ← سلوك صحي .
- الاكل بسرعة ← سلوك غير صحي .
- غسل الاسنان بعد كل وجبة ← سلوك صحي .
- الاستحمام بعد الاكل مباشرة ← سلوك غير صحي
- الانتظام في الاكل و عدم الاكل في اي وقت ← سلوك صحي.

12/ أذكر اربع وضعيات في الحياة اليومية تتطلب منك غسل اليدين :

1- قبل الاكل و بعده 2- بعد دخول الحمام / بعد تغيير الحفاض للرضيع / بعد لمس الحيوانات / قبل و بعد الاعتناء بالمرضى / .....

13/ أكمل الناقص بهذه الكلمات :

اعاقة - الاحتراق –اكسيد – الشخص – الموت

غاز احادي اكسيد الفحم و هو غاز ينتج عن الاحتراق لا لون له و لا ذوق و لا رائحة له يسبب الموت

اذا استنشقه الشخص لمدة معينة .كما يمكن ان يحدث اعاقة ذهنية .

14/ اكمل :

غذاء ممتص – ثاني اكسيد الكربون – الاوكسيجين – فضلات

- يزود الدم كل اعضاء الجسم بالأوكسجين و الغذاء الممتص

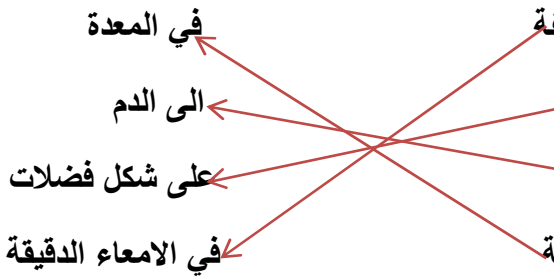
و يخلصها من ثاني اكسيد الكربون و الفضلات

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

(هذه مهمة الدم او يمكن القول دور الدم او دورة الدم)

15/ أربط كل عبارة بما يناسبها.



16/ ضع كل كلمة في مكانها المناسب:

المنخرين - يدخل – الرغامي – الرئتين – القصبات الهوائية – التنفسية – الزفير - المعاكس

-تتمثل الحركات التنفسية في الشهيق و الزفير .

- أثناء الشهيق يدخل الهواء من المنخرين الى الرغامي ثم الى القصبات الهوائية ليصل الى الرئتين

-يسلك هواء الزفير الاتجاه المعاكس

17/ رتب البطاقات لتشكيل المسار الذي يتبعه الغذاء في عملية الهضم و المسار الذي يتبعه الهواء في عملية التنفس:

الرغامي - المريء - فتحة الشرج - الرئتان – الفم – المنخران – المعدة – المعي الغليظ – القصبتان الهوائيتان المعي الدقيق

- الهضم ← الفم – المريء – المعدة – الامعاء الدقيقة – المعي الغليظ – فتحة الشرج

- التنفس ← المنخران – الرغامي – القصبتين الهوائيتين – الرئتين

18/ ضع ص) او (خ) امام كل عبارة :

- من امراض الجهاز التنفسي الكوليرا و البدانة ←(خ)

- تزيد فترة حياة الانسان كلما زاد عدد السجائر المستهلكة ←(خ)

- توجد اكبر كمية من غاز الفحم و بخار الماء في هواء الشهيق.←(خ)

- الجلوس بالقرب من المدخنين يسبب سرطان الرئة و الحنجرة ←(خ)

- تلوث المحيط بالغبار يؤدي الى فقدان الوعي ←(خ)

19/ ضع كل كلمة في مكانها المناسب :

الهضم - استعمالها – متنوعة – بالتغذية – مشاكل – الانبوب الهضمي

عند تناول اغذية متنوعة تتعرض هذه الاخيرة الى الهضم في الانبوب الهضمي ليتمكن الجسم من استعمالها

مدونة التعليم بوخشم مريم

عدم الاهتمام بالتغذية ينتج عنه مشاكل صحية خطيرة

20/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة :

- يتكون الجهاز الهضمي من عضو واحد فقط .←(خ)

-غاز الفحم و بخار الماء من الفضلات التي ينقلها الدم الى المعي الغليظ .←(خ)

-السباحة بعد الاكل سلوك جيد.←(خ)

- يمتص الدم الاغذية المهضومة . ←(ص)

- ينتقل الغذاء الممتص الى الرئتين فقط .←(خ)

- يصل الدم الى كل الاعضاء ليزودها بالغذاء و الاكسجين.←(ص)

- تضمن المعدة دوران الدم في الجسم.←(خ)

- القضم بين الوجبات ضروري.←(خ)

- يجب غسل الاسنان مرة كل اسبوع.←(خ)

- تسمى عملية تبسيط الاغذية في المعدة بالهضم.←(ص)

21/ أذكر بعض قواعد الصحة الغذائية.

- المض الجيد – الانتظام في تناول الاغذية – العناية بالنظافة – تفادي الاجهاد العضلي بعد الاكل – تناول اغذية صحية في اوقات محددة – النوم الجيد – عدم السرعة في الاكل – غسل الاسنان بعد كل وجبة – تفادي الاكل بين الوجبات – ممارسة الرياضة – المضغ الجيد – غسل اليدين قبل و بعد الاكل .....

22/ أجب عن الاسئلة التالية معتمدا على ما درست :

- مما يتكون الانبوب الهضمي ؟

- يتكون الانبوب الهضمي من الفم و المريء و المعدة و الامعاء الدقيقة و المعي الغليظ التي تنتهي بفتحة الشرج

- اين يتم امتصاص الاغذية المنحلة ؟

يتم امتصاص الاغذية المنحلة في الامعاء الدقيقة و تنتقل الى الدم

- ما مصير الاغذية غير المهضومة ؟

الاغذية غير المهضومة تطرح على شكل فضلات عن طريق فتحة الشرج.

23/ أكمل الفراغ ملخصا عمليتي الهضم و التنفس و علاقتهما بدوران الدم :

الاكسجين – الغذاء - الشهيق – القلب – الفضلات – المهضومة - الزفير – المعي الدقيق – الدم

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- يضخ القلب الدم الى كل اعضاء الجسم ليزودها بالغذاء و الاوكسيجين و يخلصها من الفضلات

فبعد انتهاء عملية الهضم تنقل الاغذية المهضومة من المعي الدقيق الى الدم

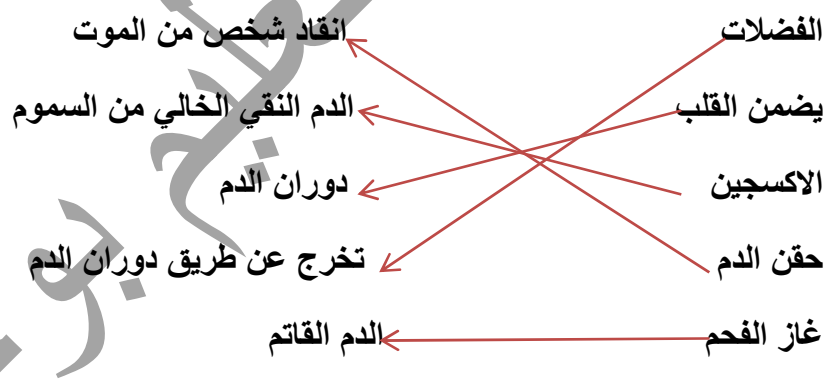
اما الاغذية غير المهضومة فتطرح على شكل فضلات

- يدخل هواء الشهيق الغني ب الاكسجين الى الرئة فيتغير تركيبه و ينقل الى الدم بينما ينقل غاز الفحم من الدم الى هواء الزفير الذي يطرح.

24/ اربط كل عبارة بما يناسبها:



25/ اربط كل عبارة بما يناسبها:



26/ اكمل بما يناسب:

يسير الدم في جسم الانسان في دورة مغلقة تسمى الدورة الدموية

- يصل الدم الى كل الاعضاء ليزودها ب الاوكسيجين و الغذاء و يخلصها من الفضلات

- يضمن القلب دوران الدم داخل اوعية دموية تنقله الى جميع أنحاء الجسم

- يتغير نبض القلب عندما يتغير المجهود العضلي

- نجس النبض من موضعين هما : - المعصم – من الرقبة – من الصدر من جهة القلب (اليسار)

- المدخن لا يتحمل التعب و الجهد العضلي و يتعب بسرعة.

-يتكون جهاز دوران الدم لدى الانسان : القلب –الدم – الاوعية الدموية.

27/ ضع (ص) او (خ) امام كل عبارة:

- فقدان كمية كبيرة من الدم يؤدي الى الموت.←(ص)

مدونة التعليم بوخشم مريم

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- نبض القلب هو سير الاغذية في الانبوب الهضمي.←(خ)

- لمعرفة دقات القلب يجب ان نبدل مجهودا عضليا .←(خ)

- يمكن ان نعد دقات القلب بجس النبض.←(ص)

- جس النبض يكون بتحسس الجبهة و البطن.←(خ)

- ينتقل الدم في دورة مغلقة.←(ص)

- يضخ القلب الدم الي بعض الاعضاء فقط.←(خ)

- لا توجد علاقة بين دوران الدم و الانبوب الهضمي.←(خ)

- يتغير نبض القلب عندما يتغير المجهود العضلي.←(ص)

- 28/ اربط كل عبارة بما يناسبها:

يزن القلب	ليزودها بالغذاء و الاكسجين و يخلصها من الفضلات
الاصابة بنزيف اثرحادث يجب تقديم	بتناول اغذية صحية
يضخ القلب الدم الى كامل اعضاء الجسم	الاسعافات الاولية لأنقاد المصاب
ينتقل الدم الى كل اعضاء الجسم	250غ تقريبا
لأنعم بالصحة يجب ان اطبق قواعد الصحة و ذلك	في دورة مغلقة و في اتجاه واحد

29/ وضعية ادماجية 01:

اعدت الام وجبة خفيفة في وجبة العشاء متكونة من (اللحم – أرز – خبز – سلطة – تفاح)

لم تعجب الوجبة احد ابنائها

- هل الوجبة صحية ؟ - ما هو الغذاء المتكامل و المتنوع برأيك؟- هل اصابت الام في اختيار الوجبة؟

- نعم الوجبة صحية و لقد اصابة الام في اختيار مكونات الوجبة .الغذاء المتكامل و المتنوع هو الغذاء الذي يحتوي على اطعمة من جميع المجموعات الغذائية يوميا التي تشمل الخضر و الفواكه و اللحوم و الاسماك و الحبوب و مشتقات الحليب .....بمقدار معين و كميات معينة

عند عودة الاب من العمل اشتكت الام من تصرفات الابن فاقترح الاب ان يشتري لابنه البيتزا و العصير لكي لا يبقى جائعا

ما رايك بتصرف الاب و هل هذا تصرف صحيح ولو كنت في مكان الام هل تقبل؟ -ماذا يمكن ان تسبب هذه المأكولات

تصرف الاب خاطئ ولو كنت مكان الام لرفضت لا ن هذه الاغذية ممكن ان تسبب مشاكل صحية خطيرة للجهاز الهضمي و ايضا ممكن ان تسبب تسممات غذائية و في الغالب انها اغذية غير صحية(لا يجب ان يتقيد التلميذ

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

بإجابتي انا اعطي رؤوس اقلام وهو يعبر كما يفهم هناك بعض الاساتذة يفضل الاجابة عن الوضعية الادماجية بفقرة وهناك من يفضل الاجابة عنها كل سؤال بجوابه)

ماذا نقصد بسوء التغذية ؟

سوء التغذية هو عدم حصول الجسم على القدر الكافي من المغذيات في نظامه الغذائي او اذا كان الغذاء الذي يتناوله الشخص اقل من احتياجاته او اكثر او يفتقر الى احد المكونات او يعتمد على نوع واحد من الغذاء

-اذكر المشاكل الصحية الناتجة عن سوء التغذية ؟ توجد مشاكل و امراض كثيرة ناتجة عن سوء التغدية منها البدانة – هشاشة العظام – الكساح - .....

وضعية ادماجية02:

- اقترب فصل الشتاء و اراد الاب تركيب المدفأة في البيت فاتصل بأحد المختصين بذلك و طلب منه الحضور الان لكن هذا الاخير اعتذر منه و طلب تأجيل الامر الى الغد لأنه مشغول لكن الاب غضب و قرر تركيب المدفأة وحده.

-دخل الاب الى البيت فوجد الام و الاطفال مرميين على الارض لكنه لم يشتم اي رائحة

ماذا حدث للعائلة ؟ - ما هو سبب الاختناق ؟ ما هو الجهاز المسؤول عن هذه الوظيفة و اذكر مكوناته
- ماذا يجب على الاب ان يفعل مباشرة؟

بمن يجب ان يتصل؟ ما رأيك في تصرف الاب و قدم نصائح لتفادي مثل هذه الحوادث و للمحافظة على سلامة الوظيفة التنفسية

- العائلة تعرضت للاختناق بسبب استنشاقهم لغاز الفحم الذي نتج عن الاحتراق والذي لا لون له و لا رائحة يسبب الموت اذا استنشقه الشخص لمدة معينة او يحدث اعاقة ذهنية

الجهاز المسؤول عن هذه الوظيفة هو الجهاز التنفسي و الذي يتكون من المنخارين –الرغامي – القصبات الهوائية و اخيرا الرئتين .

- على الاب ان يفتح النوافذ و الابواب مباشرة و يحاول اخراج العائلة الى الهواء النقي و ثانيا يجب عليه ان يتصل برجال الحماية المدنية.

اخطأ الاب في تركيب المدفأة بنفسه وكان عليه انتظار المختص ولتفادي مثل هذه الحوادث في المستقبل على الشخص ان يراقب المدفأة جيدا و ان يختار الجيدة و ايضا ان يترك منافذ للتهوية و للمحافظة على سلامة الوظيفة التنفسية يجب اتباع بعض القواعد .(تم ذكرها من قبل)

-وضعية ادماجية 03:

في الطريق السيار شرق-غرب رأيت حادث مرور خطير وقع اثر اصطدام سيارتين فذهبت لمد يد المساعدة

فوجدت رجلين واحد مصاب بجروح و ينزف من رجله و اخر مغمى عليه و الناس ملتفون حولهما بشدة و دخان السيارات يملأ المكان بسبب السيارات المتوقفة هناك .

-كيف ستساعد الرجل المصاب ؟و ماذا سيكون رد فعلك بالنسبة للرجل المغمى عليه؟

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

- لمساعدة الرجل المصاب نقدم له بعض الاسعافات و تتمثل في الضغط على مكان النزيف باستعمال ضمادة نظيفة و ان امكن جعل الجزء المصاب في مستوى اعلى من القلب اما بالنسبة للرجل المغمى عليه اطلب من الناس الابتعاد عنه و ذلك لتوفير الهواء النقي لمساعدته على التنفس الجيد و ايضا اطلب منهم ابعاد سياراتهم عن المكان بسبب الدخان

-عند وصول رجال الحماية المدنية الى مكان الحادث طلبوا من بعض الاشخاص مرافقتهم

في رأيك لماذا طلبوا منه ذلك؟

- طلبوا مرافقتهم للتبرع بالدم و انقاذ الشخص المصاب

-اذكر بعض الحالات تستلزم نقل الدم ؟

- توجد حالات عديدة تستلزم نقل الدم :- عند اجراء عمليات جراحية – مرض فقر الدم – عند فقدان الدم نتيجة حادث

وضعية ادماجية 04:

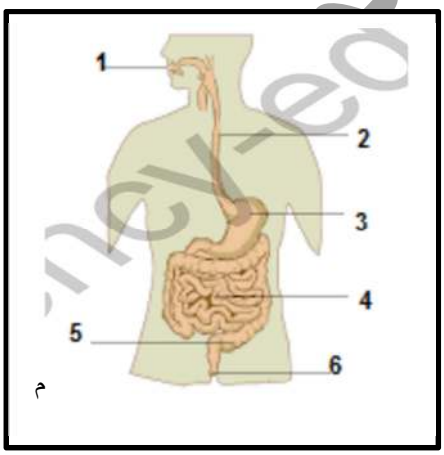
استيقظ بهاء الدين البارحة متأخرا فذهب الى المدرسة مسرعا بدون ان يتناول وجبة الفطور. أثناء الدرس شعر بدوار شديد و الام في راسه. عند عودته من المدرسة اتجه مباشرة الى المطبخ و بدا يأكل بسرعة و احيانا يبلع بدون ان يمضغ .بعدها بمدة قصيرة شعر بآلام في بطنه .

- ما هي الاخطاء التي ارتكبها بهاء الدين ؟

- اعطه بعض النصائح لكي يتفادى هذه الاخطاء في المستقبل

- الاخطاء التي ارتكبها بهاء الدين هي ذهابه الى المدرسة بدون تناوله وجبة الفطور- لأنه استيقظ متأخرا و ذلك بسبب سهره في الليل و عدم نومه جيدا - و التي تعتبر وجبة مهمة و بعدها عند عودته من المدرسة عدم غسل يديه قبل الاكل و الاكل بسرعة و عدم المضغ جيدا و تكبير اللقمة

عن اي جهاز نتكلم ؟ نتكلم هنا عن الجهاز الهضمي



- ضع البيانات اللازمة للرسم التخطيطي

- اذكر بعض القواعد الصحية للمحافظة على هذا الجهاز(تم ذكرها سابقا)

1-الفم .

2-المريء 3- المعدة .

4- المعي الدقيق 5- المعي الغليظ

6- فتحة الشرج

(يمكن الرجوع لملخص دروس التربية العلمية و التكنولوجية للمزيد من المعلومات و الاجابات)

ان احسنت فمن الله وان اسأت فمن نفسي
و الشيطان(جل من لا يخطئ)

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر