



دولة فلسطين
دَوْلَةُ الْفِلَسْطِينِ دَوْلَةُ الْعِلْمِ وَالْعَمَلِ

تطلب من مكتبة زهور الأقصى
رفح - الشابورة - شارع النخلة بالقرب من مفترق الدخني
0599739185

بطاقات التعلم الذاتي في الثقافة العلمية

الصف الحادي الأساسي – الفرع الأدبي

الفصل الدراسي الأول

إعداد

لجنة مبحث الثقافة العلمية

قسم الإشراف التربوي - مديرية التربية والتعليم الوسطى وخان يونس

إشراف عام

الإدارة العامة للإشراف والتأهيل التربوي

غزة 2020م

تطلب من مكتبة زهور الأقصى
رفح - الشابورة - شارع النخلة بالقرب من مفترق الدخني
0599739185

فريق الإعداد

أ. خالد ابراهيم أبورجيلة	مشرف تربوي - خانيونس - الوسطى
أ. ختام محمد عبد الرحمن	معلم - مدرسة الرياض الثانوية - مديرية الوسطى
أ. سمر علي جبر	معلم - مدرسة البريج ب - مديرية الوسطى
أ. اسلام محمد أبوشكيان	معلم - مدرسة الرياض الثانوية - مديرية الوسطى
أ. جهينة عبد المنعم العمصي	معلم - مدرسة حمد الثانوية - مديرية خانيونس
أ. مها سليم شبير	معلم - مدرسة فاروق الفرا الثانوية - مديرية خانيونس
أ. أماني مرزق معمر	معلم - مدرسة سليمان الأغا الثانوية - مديرية خانيونس
أ. عايدة رمضان عاشور	معلم - مدرسة بيت المقدس الثانوية - مديرية خانيونس

إشراف ومتابعة مديرية التربية

أ. محمد حمدان	أ. كمال أبو شملة	أ. ابراهيم رمضان	أ. محمود المصري
مدير الدائرة الفنية	رئيس قسم الاشراف وسطى	مدير الدائرة الفنية	رئيس قسم الاشراف خانيونس

إشراف ومتابعة

أ. حاتم عبد الله شحادة	د. ابراهيم رمضان رمضان
مدير دائرة التدريب التربوي	مدير دائرة الإشراف التربوي

د. ريما ابراهيم الخطيب
رئيس قسم تدريب المعلمين

إشراف عام

د. محمود أمين مطر
مدير عام الإشراف والتأهيل التربوي

يمثل إغلاق المدارس في جميع أنحاء العالم نتيجة لجائحة COVID-19 خطراً غير مسبوق على تعليم الأطفال وحمائهم وعافيتهم، ولا يقتصر الأثر السلبي لإغلاق المدارس على تدني مستويات تحصيل الطلبة، بل يتعدى ذلك إلى الأضرار النفسية والسلوكية والصحية والاجتماعية نتيجة غياب دور المدرسة كمؤسسة تربية. وقد تسبب إغلاق المدارس بتكلفة اجتماعية واقتصادية باهظة؛ وبالعديد من الآثار التربوية السلبية، حيث أشارت اليونسكو في تقريرها الصادر في ابريل 2019 أن إغلاق المدارس والمؤسسات التعليمية تسبب بحرمان الأطفال والشباب من فرص النمو والتطور، حيث يحظى الأطفال بفرص تعليمية أقل خارج المدرسة؛ ولا سيما بالنسبة إلى الأهل محدودي التعليم والموارد.

إن اعتماد برامج التعليم عن بُعد بكافة أشكالها يُسهم في تخفيف الأضرار التربوية الناجمة عن إغلاق المؤسسات التعليمية؛ غير أن أشكال التعليم عن بُعد التي يتم استخدامها يجب أن تتسجم مع خصائص المرحلة العمرية للمتعلمين وإمكاناتهم، كما ينبغي أن تُساعد المتعلمين بشكل أفضل على اكتساب المفاهيم وإتقان المهارات العلمية والحياتية المختلفة.

ومن هذا المنطلق نبعت فكرة تقديم بطاقات التعلم الذاتي للأطفال في المرحلة الأساسية من الأول حتى التاسع الأساسي؛ والتي ركزت على تقديم المفاهيم والمهارات الأساسية الخاصة بكل صف أو مبحث بأسلوب مُبسط يساعد الأطفال على اكتسابها، حيث تضمنت كل بطاقة مجموعة من الإرشادات الخاصة بالطالب وولي أمره؛ بالإضافة إلى تقديم المفهوم/المهارة بطريقة سهلة وبسيطة مُدعمة بالأمثلة والتدريبات بما يساعد المتعلم على اكتساب المفهوم وإتقان المهارة ذاتياً.

والله ولي التوفيق،،،

د. محمود أمين مطر

مدير عام الإشراف والتأهيل التربوي

رقم الصفحة	الموضوع	رقم البطاقة
7	مصادر الدواء	1
10	أشكال الدواء	2
12	الطب البديل	3
16	أنواع الطب البديل	4
18	التقافة الدوائية	5
20	الوصفة الطبية	6
22	الصيدلية المنزلية	7
24	اختبار الوحدة الأولى	8
26	النظام البيئي ومكوناته	9
29	الاحتباس الحراري	10
31	أثر التغيرات المناخية على البيئة	11
34	مفهوم النفايات ومصادرها وأنواعها	12
36	إدارة النفايات	13

ما هي بطاقات التعلم الذاتي؟

مجموعة من البطاقات المرافقة للكتاب المدرسي؛ والداعمة لتعلم طلبة الصفوف من الأول حتى التاسع الأساسي في المباحث المختلفة، ويركز محتوى تلك البطاقات على المفاهيم والمهارات الأساسية في كل مبحث، بحيث يتم عرض المفهوم أو المهارة مع بعض الأمثلة المُعينة والتوضيحية؛ وتدريبات للتقويم الذاتي، كما تتضمن البطاقة مجموعة من الإرشادات ذات العلاقة بتعلم المهارة؛ وروابط لمحتوى رقمي مُساند (فيديو تعليمي، مقطع صوتي، لعبة تربية...).

نصائح وإرشادات

عزيزي ولي الأمر:

التعلم الذاتي مسؤولية شخصية لدى الفرد؛ غير أن الأطفال يحتاجون دعماً وإشرافاً مباشراً من أمهاتهم وآبائهم ليتمكنوا من التعلم الذاتي بشكل فاعل ومنظم، ولتحقيق هذا الدعم بالشكل المطلوب؛ إليك بعض النصائح والإرشادات:

- تذكر أن التعليم لا يقتصر فقط على الذهاب إلى المدرسة، فهناك الكثير من الأشياء يتعلمها الأطفال خارج المدرسة.
- تذكر أن لكل فرد شخصيته وطبيعته الخاصة، وليس بالضرورة أن تتجح الطريقة التي استخدمها صديقك في التعامل مع طفله، للتعامل مع طفلك أنت.
- لا تحاول التقليل من شأن وقيمة التعلم الذاتي أو جدواه أمام ابنك؛ وتحدث معه عن مسؤوليته عن تعلمه في ظل تعطل الدوام المدرسي.
- عزز كل تقدم يحرزه الطفل؛ وارفح من معنوياته بعبارات الثناء والتشجيع أمام الآخرين، مع مراعاة الثناء عليه بحكمة من غير إفراط أو تفريط.
- ابتعد عن مقارنة طفلك بأقرانه حتى لا تؤثر سلباً على نفسيته وإشعاره بالإحباط.
- عوّد الطفل على تحمل المسؤولية والاهتمام بنفسه كحل الواجبات والقدرة على اتخاذ القرار بنفسه.
- اغلق الفيسبوك وأي وسيلة تواصل اجتماعي أخرى؛ حتى يصبح بإمكانك التركيز على ما يتعلمه طفلك.
- خصّص وقتاً ثابتاً لتعلم طفلك كل يوم؛ ولا تكلفه بأي نشاط آخر في وقت التعلم.
- اختر الوقت الذي يناسب طفلك ولا يتعارض مع أي نشاط آخر يرغب الطفل بالقيام به (مشاهدة طفلك حلقة كرتون يحبها على التلفاز، وقت النوم ..) وذلك حتى لا يتشتت ذهن الطفل بالتفكير في هذه الأنشطة.

- ابتعد عن العنف والعصبية والصراخ أثناء متابعتك لدروس طفلك، لأن ذلك يعمل على هدر طاقته؛ وتشويش تفكيره؛ وتشتيت تركيزه.
- أعط الطفل فرصة الحل الفردي للتعرف على إمكانياته وتعزيز نقاط القوة ومعرفة نقاط الضعف.
- فرغ نفسك في أوقات تعلم طفلك؛ وتخلص من التفكير في أي مسؤوليات أخرى.
- تأكد من دافعية طفلك ناحية ما سيتم تعلمه؛ لأن هذا ما سوف يساعده في الاستمرارية والتعلم.
- تأكد من حالة طفلك البدنية والنفسية مثلاً: حصوله على قدر جيد من النوم، لا يشعر بالجوع؛ حتى تضمن عدم تفكيره في هذه الأشياء أثناء تعلم.

آليات التعامل مع بطاقات التعلم الذاتي:

عزيزي ولي الأمر:

- هناك مجموعة من الأمور التي ننصح القيام بها قبل وأثناء وبعد تنفيذ جلسات التعلم الخاصة ببطاقات التعلم، وهذه الأمور تتلخص فيما يلي:
- خصص مكاناً هادئاً جيد التهوية؛ وبعيد عن الضوضاء، وحدد مكاناً مناسباً في المكان لوضع الكتب ومواد التعلم بما يضمن عدم مقاطعة باقي أفراد الأسرة لجلسة التعلم.
 - تأكد من وجود القرطاسية المناسبة (قلم، ممحاة، مسطرة، كراسة جانبية، مواد مناسبة للمادة ...)
 - اقرأ الإرشادات والنصائح المدرجة في كل بطاقة؛ وحاول الالتزام بها ما أمكن.
 - أخبر الطفل باسم المادة ورقم البطاقة التي ستناقشها معه، واسأله عن الدرس الذي تنتمي له البطاقة.
 - حدد للطفل المدة الزمنية المتوقعة لإنجاز البطاقة، ويفضل أن تتراوح المدة بين (15 - 20) دقيقة.
 - اجعل من التعلم عملية ممتعة خالية من الإجهاد؛ واطلب منه الرسم أو الغناء أثناء التعلم.
 - لا تقم بالمهام بدلاً عن الطفل إذا شعر بالتعب؛ بل امنحه وقتاً للراحة؛ ثم حفزه على الرجوع للبطاقة.
 - احرص على ربط التعلم بأمتلئة من الحياة اليومية للطفل.
 - علم الطفل كيف يفكر من خلال طرح الأسئلة عليه ومناقشته في إجاباته.
 - استعن بالكتاب المدرسي لتعميق فهم الطفل لمحتوى المفهوم/المهارة التي تتضمنها البطاقة.
 - ساعد طفلك على حل تدريبات مشابهة لتلك الواردة في بطاقات التعلم الذاتي.
 - تعامل مع أخطاء الطفل بهدوء؛ ولا تترك الخطأ بدون تصحيح.
 - أعط الطفل وقتاً مناسباً للراحة.
 - لا تناقش مع الطفل أكثر من بطاقة في الجلسة الواحدة.
 - أشعر الطفل بأهمية العمل الذي قام به واحتفل معه بإنجازه.



إرشادات للتعامل مع رمز QR

- تم إضافة رموز تفاعلية بجانب الروابط المحددة، ولمشاهدة الفيديو المرتبط بالرمز عليك بما يلي:
1. تنزيل أي برنامج من المتجر لقراءة رمز QR، وبإمكانك البحث عنه بالصيغة التالية في المتجر (قارئ رمز QR).
 2. عند دخولك للمتجر والبحث عن التطبيق ستجد الكثير من التطبيقات التي تدعم الفكرة، قم بتحميل أي تطبيق من التطبيقات.
 3. الخطوات السابقة ستقوم بعملها مرة واحدة، وهي المرة الأولى فقط لتنزيل التطبيق.
 4. بعد تنزيل التطبيق قم بتشغيل التطبيق، وتوجيه الكاميرا الموجودة داخل التطبيق نحو الرمز المحدد، ثم انقر على كلمة فتح الموقع (المتصفح)، لتشاهد الفيديو المرتبط بالرمز.

ملاحظة: بعض الهواتف الذكية الحديثة موجود بها (قارئ QR) بشكل تلقائي.



الأهداف

- 1- يوضح مفهوم الدواء
- 2- يعدد مصادر الدواء
- 3- يقارن بين مصادر الدواء
- 4- يصنف الأدوية حسب أشكالها

تلخيص المحتوى:

- ❖ الدواء مادة تعطى للإنسان أو الحيوان أو النبات بهدف الوقاية أو المعالجة أو تسكين الألم.
- ❖ تنقسم مصادر الدواء الى مصادر عضوية وغير عضوية وصناعية.
- ❖ المصادر العضوية قد تكون نباتية أو حيوانية أو كائنات حية دقيقة.
- ❖ المصادر غير العضوية عبارة عن أملاح مثل أملاح الحديد - اليود - الكالسيوم.
- ❖ المصادر الصناعية قد تحتوي على مواد عضوية أو غير عضوية ومن الأمثلة عليها (الأسبرين - البراسيتامول) .

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

السؤال الأول: اكتب المصطلح العلمي الدال على العبارة الآتية :

- () مادة تعطى للإنسان أو الحيوان أو النبات بهدف الوقاية أو العلاج أو تسكين الألم.
- () تحضر في مختبرات مصانع الأدوية وقد تحتوي على مواد عضوية أو غير عضوية.

السؤال الثاني:

لديك الجدول الاتي الذي يمثل مصادر الأدوية والمطلوب كتابة مثال علي كل نوع

المصدر	مثال
عضوي نباتي	
عضوي حيواني	
عضوي كائنات دقيقة	
غير عضوي	
صناعي	

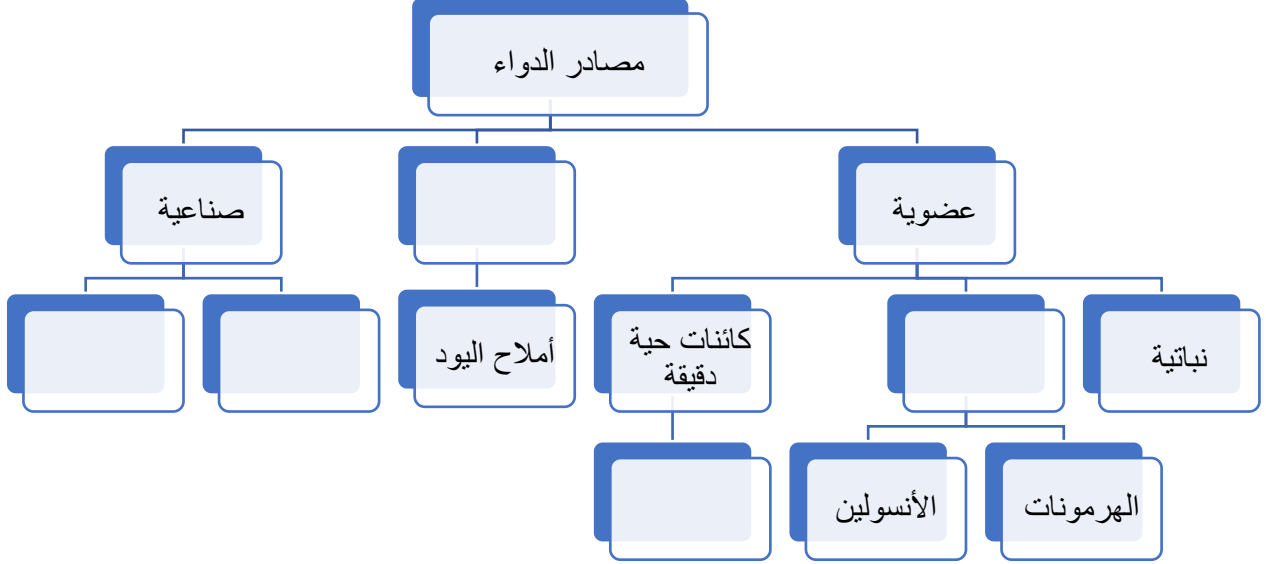
نشاط (2)

صل العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب)

أ	ب
1- أملاح الكالسيوم	() مصادر من كائنات حية دقيقة
2- زيت السمك	() مصادر غير عضوية
3- الأسبرين	() مصادر عضوية حيوانية
4- المضادات الحيوية	() مصادر صناعية
	() مصادر عضوية نباتية

نشاط (3)

1- أكمل الخارطة المفاهيمية الآتية:



إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (7 - 8)



رابط فيديو مصادر الدواء <https://www.youtube.com/watch?v=PgGXy3g-tRE>

2- علل لما يأتي :

1- تغلف الكبسولات بغلاف جيلاتيني.

2- يعد زيت السمك من المصادر العضوية.

3- بحثي

1- ما الفرق بين اللقاح والمصل.

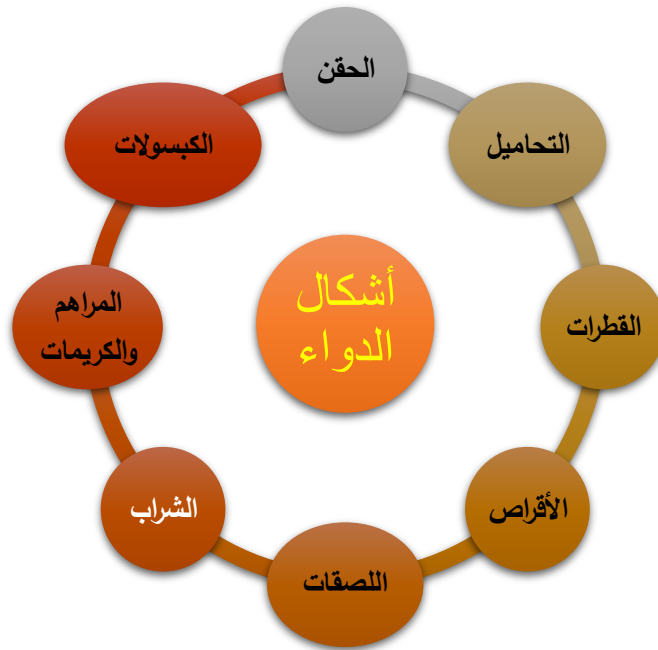
2- اذكر ثلاث من الفوائد الطبية لنبات القريص.

الأهداف

- 1- يوضح مفهوم الحقن - الكريم - المراهم - الكبسولات - الشراب - التحاميل.
- 2- يقارن بين أشكال الأدوية من حيث الحالة الفيزيائية و طريقة استعمالها.

تلخيص المحتوى:

❖ تتنوع الأشكال الدوائية التي يتناولها الإنسان حسب طريقة استعمالها.



❖ تختلف طريقة تناول الأدوية عن بعضها البعض.

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

1- اكتب المصطلح العلمي الدال على العبارات الآتية:

- () أشكال دوائية سائلة تعطى عن طريق الأنف أو العين أو الاذن وقد تكون على شكل محاليل أو معلقات
- () أشكال دوائية شبه صلبة لزجة القوام معدة للاستخدام الخارجي على الجلد والأغشية المخاطية

علل لما يأتي :

1- تحضر الأقراص من المساحيق عن طريق ضغطها.

.....

2- تعد الحقن من أسرع الأشكال الدوائية تأثيراً.

.....

نشاط (2)

وجه المقارنة	الكبسولات	القطرات
طريقة تناولها		
نوع شكلها الدوائي		

وسيم لديه أخ صغير عمره 6 أشهر يعاني من السعال وارتفاع درجة الحرارة
هيا نساعد وسيم لإيجاد أفضل الأشكال الدوائية المناسبة لشقيقه.

.....
.....



إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (9 - 10)



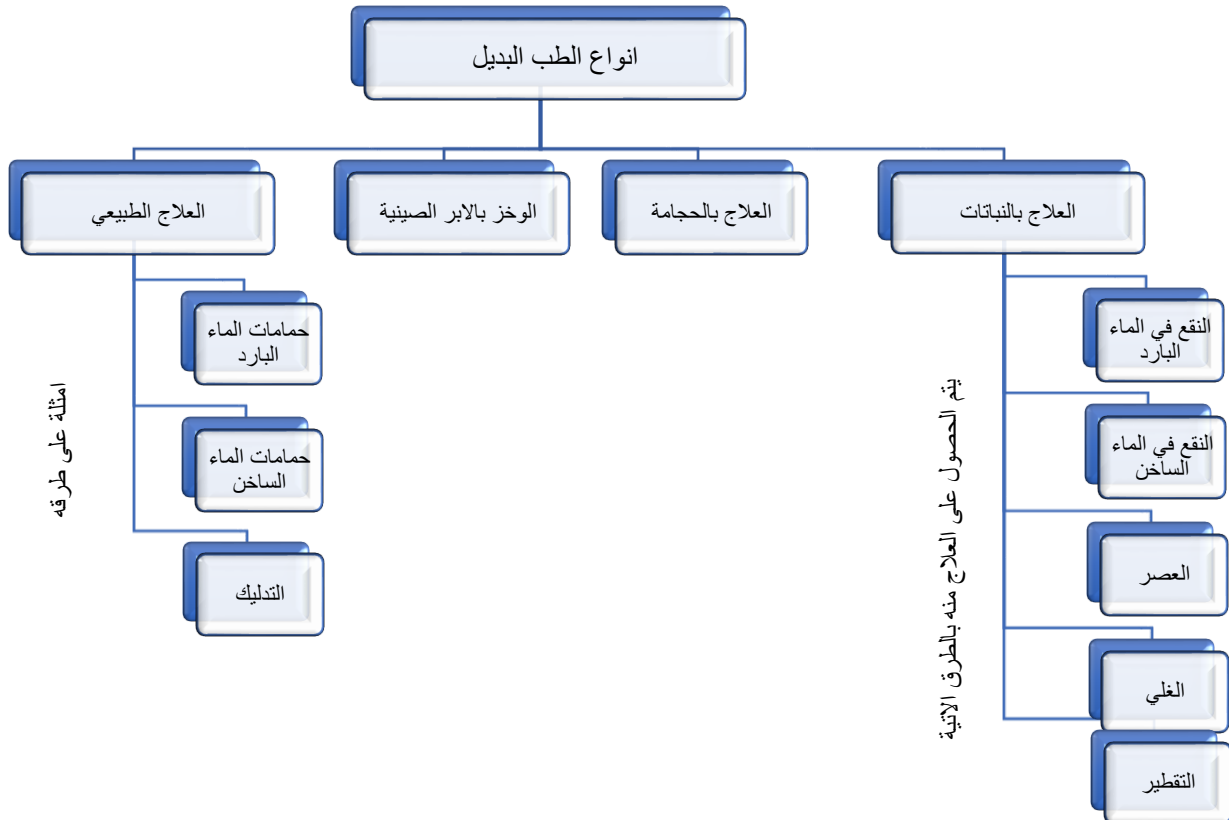
رابط فيديو اشكال الدواء <https://www.youtube.com/watch?v=6bo4DNjv1WY>

الأهداف

- 1- يعرف الطب البديل.
- 2- يستنتج سبب انتشار الطب البديل.
- 3- يعدد أنواع الطب البديل.
- 4- يوضح طرق الحصول على العلاج من النباتات.

تلخيص المحتوى:


- ❖ الطب البديل هو مجموعة من الأساليب العلاجية تستخدم فيها مواد طبيعية مثل النباتات أو بعض الطرق العلاجية مثل الإبر الصينية .
- ❖ المادة الفعالة: هي المادة الكيميائية الموجودة في النباتات والمسؤولة عن التأثير العلاجي لمرض أو عرض معين.



الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

اكتب ضمن الجدول التالي بعض استخدامات الأعشاب الطبية .

النبات	رجل الحمامة	الهيليون	الزنجبيل	الجعدة	السنامي
					
استخداماته					

نشاط (2)

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة :

- 1- النبات المستخدم في علاج حصى الكلى هو.....
 أ رجل الحمامة ب الزنجبيل ج الجعدة د الهيليون
- 2- أكثر أنواع الطب البديل استخداماً.....
 أ العلاج بالحجامة ب العلاج بالنبات ج الوخز بالإبر الصينية د العلاج الطبيعي
- 3- الطريقة المناسبة للحصول على العلاج من النبات عندما تكون المادة الفعلة صعبة الاستخلاص هي
 أ التقطير ب النقع في الماء الساخن ج الغلي د العصر
- 4- ما سبب انتشار الطب البديل حديثاً في كثير من دول العالم ؟
 أ أثاره الجانبية المتعددة ب ارتفاع كلفته ج شعور المريض بقلّة الاهتمام د تعامله الكلي مع المريض

نشاط (3)

السؤال الأول: أين تتواجد المادة الفعالة في كل من النباتات الآتية:

الينسون

.....

القرنفل

.....

الزنجبيل

.....

القرفة

.....

الزعر

.....

البابونج

.....

نشاط (4)

السؤال الأول: علل الجمل العلمية الآتية

1- يعد العلاج بالنبات من أكثر الأنواع المستخدمة في الطب البديل.

.....

2- تحتاج المادة الفعالة إلى خبرة جيدة في طريقة التعامل معها.

.....

3- المستخلص الذي نحصل عليه بطريقة الغلي قليل الفعالية.

.....



السؤال الثاني: اقترح نباتاً لعلاج الأعراض التالية:

1- أحمد يعاني من آلام في البطن والمعدة وضعف في الشهية

2- إيمان تعاني من السعال والبلغم

إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب من صفحة (13) الى صفحة (17)



<https://www.youtube.com/watch?v=YelA32fqp-U> رابط فيديو الطب البديل



<https://www.youtube.com/watch?v=ldoBfx3lrtl> رابط فيديو العلاج بالنباتات

الأهداف

- 1- يذكر أسباب المرض من وجهة نظر المعالجون الطبيعيون.
- 2- يعدد طرق العلاج الطبيعي.
- 3- يوضح مفهوم الحجامة.
- 4- يستنتج المبدأ الذي يقوم عليه العمل بالوخز بالإبر الصينية.

تلخيص المحتوى:

- ❖ العلاج الطبيعي يهدف لتحسين الصحة بتحفيز الوظائف الحيوية في الجسم.
- ❖ يرى المعالجون الطبيعيون أن من أسباب المرض (سوء التغذية - الممارسات الخاطئة - إصابات الحوادث - تقدم العمر) .
- ❖ طرق العلاج الطبيعي هي (حمامات الماء الساخن - حمامات الماء البارد - التدليك) .
- ❖ الحجامة طريقة علاجية تعمل على إحداث نوع من الاحتقان الدموي وامتصاص الدم من سطح الجلد .
- ❖ الحجامة قد تكون جافة أو رطبة.
- ❖ الوخز بالإبر الصينية يعمل على تحفيز إفراز مادة الاندروفين المخففة للألم.
- ❖ يساعد الوخز بالإبر الصينية على استعادة التوازن وعودة تدفق الطاقة الحيوية في الجسم.

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

من أكون

- 1- عملية جراحية بسيطة باستخدام كؤوس الهواء يتم من خلال امتصاص الدم من سطح الجلد.....
- 2- احدى طرق العلاج الطبيعي أعالج المفاصل والروماتزم وألم العمود الفقري وتستخدم معي الزيوت مثل زيت الزيتون.....



ما دور الإبر الصينية في علاج المرض

.....

نشاط (2)

السؤال الاول:

حمامات الماء البارد	حمامات الماء الساخن	وجه المقارنة
		الأهمية
		درجة الحرارة

السؤال الثاني:

عند استخدام مشروط غير معقم في عملية الحمامة	ماذا يحدث
عند قيام شخص غير مختص بعملية التدليك	

إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (19-20)



رابط فيديو العلاج الطبيعي <https://www.youtube.com/watch?v=TpkWCOFj6Xk>

رابط فيديو العلاج بالليزر الصينية <https://www.youtube.com/watch?v=bbiODa3Uw1l>

رابط فيديو الحمامة <https://www.youtube.com/watch?v=vqJGKAD9FRk>

الأهداف	<p>1- يستنتج طرق دخول الدواء للجسم.</p> <p>2- يوضح المقصود بالآثار الجانبية للدواء.</p> <p>3- يذكر أهم الإرشادات والتعليمات الطبية عند التعامل مع الدواء.</p>
---------	---

تلخيص المحتوى:

- ❖ يتم التخلص من سمية الدواء من خلال دخوله في تفاعلات كيميائية في الكبد بواسطة بعض الإنزيمات ليتم تحويله الى مواد يسهل اخراجها من الجسم.
- ❖ يقوم الجسم بإخراج ما تبقى من الدواء عن طريق الجهاز البولي أو الهضمي أو التنفسي أو الجلد.
- ❖ تقسم الآثار الجانبية للدواء الى بسيطة وشديدة.
- ❖ ينصح بعدم تناول نوعين من الادوية في نفس الوقت.
- ❖ يجب تناول الدواء حسب ارشادات الطبيب وحفظه في عبوته الأصلية.

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

السؤال الأول: ضع دائرة حول رمز الاجابة الصحيحة:

- 1- من الآثار الجانبية للدواء
- أ الصداع ب الحساسية المفرطة ج الاضطرابات الهضمية د أ-ج معا
- 2- تتم عملية تخفيف سمية الدواء في
- أ البنكرياس ب المعدة ج الكبد د الرئتين

السؤال الثاني: اكتب المفهوم العلمي:

() الأعراض التي يشعر بها المريض بعد تناول الدواء إضافة إلى التأثير الدوائي.

نشاط (2)

السؤال الأول:

1- من الإرشادات والتعليمات الطبية التي يجب مراعاتها عند استخدام الدواء أ..... ب.....
2- الآثار الجانبية الشديدة التي تظهر على المريض بعد تناول الدواء أ..... ب.....
3- بعد تخفيف سمية الدواء يتم إخراجها من الجسم عن طريق أ..... ب..... ج.....

السؤال الثاني:

علل/ ينصح بعدم تناول نوعين من الأدوية في نفس الوقت.
.....



إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (24-25-27)



رابط فيديو الآثار الجانبية للدواء <https://www.youtube.com/watch?v=VY7SeVXyraw>

الأهداف

- 1- يعرف مفهوم الوصفة الطبية.
- 2- يعدد عناصر الوصفة الطبية.
- 3- يذكر بعض الممارسات الخاطئة عند استخدام الوصفة الطبية.
- 4- يوضح دور الصيدلاني في تعامل المريض مع الوصفة الطبية.

تلخيص المحتوى:

- ❖ من أهم العوامل المؤثرة في فعالية الدواء جنس المريض - عمره - وزنه - الحساسية للدواء.
- ❖ الطبيب هو الشخص المؤهل لوصف الدواء للمريض.
- ❖ الوصفة الطبية وثيقة يكتبها الطبيب للمريض تتضمن اسم الدواء ومقداره وكيفية استعماله.
- ❖ عناصر الوصفة الطبية هي معلومات عامة _ الرمز (RX) - التوقيع - التاريخ.
- ❖ للصيدلاني دور مكمل لدور الطبيب.

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

السؤال الاول: اكتب المفهوم العلمي الدال على العبارات التالية :


() وثيقة يكتبها الطبيب للمريض تتضمن اسم الدواء ومقداره وكيفية استعماله.

السؤال الثاني: أكمل العبارات الآتية:

- 1- الرمز (RX) يعني
 - 2- من العوامل المؤثرة في فعالية الدواء ،
 - 3- الممارسات الخاطئة التي يقع فيها المرضى عند تناول الأدوية
- ،

نشاط (2)

السؤال الأول: علل لما يأتي :

1- عدم تناول الأدوية دون وصفة طبية خاصة للأطفال.	
2- تجنب ترك المضادات الحيوية مدة يوم أو يومين دون الالتزام بالوصفة الطبية.	

السؤال الثاني:

اختلفت مرح وزينة حول دور الصيدلاني في تقديم المساعدة للمريض عند شراؤه للعلاج فلنساعدهم لتوضيح هذا الدور.

.....

.....

نشاط (3)

يعاني أحمد من السعال المصحوب ببلغم فذهب للصيدلية واشترى مضاد حيوي وشراب لعلاج السعال

- 1- ما رأيك في تصرف أحمد.....
- 2- من معرفتك السابقة بالعلاج بالنبات أي النباتات نافعة لعلاج أحمد.....

إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (24-25-27)

رابط فيديو الوصفة الطبية <https://www.youtube.com/watch?v=0UDma8vD22M>

الأهداف

- 1- يوضح مفهوم الصيدلية المنزلية.
- 2- يستنتج سبب عدم تناول الادوية بعد انتهاء صلاحيتها.
- 3- يعدد علامات فساد الأدوية.

تلخيص المحتوى:

- ❖ الصيدلية المنزلية هي المكان المناسب لحفظ الدواء الذي وصفه الطبيب .
- ❖ للدواء تاريخ انتهاء كالمنتجات الغذائية.
- ❖ يُحفظ الأنسولين في الثلاجة وينتهي تاريخ صلاحية الزجاجاة بعد شهر من أول استخدام.
- ❖ قد يظهر على الدواء علامات تدل على فساده قبل انتهاء فترة صلاحيته.
- ❖ لا تُستخدم القطرات بعد مرور شهر على فتح العبوة.
- ❖ لا تُحفظ الكبسولات و الأقراص في أماكن رطبة.

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

بين/ي أهم التغيرات التي تطرأ على الأشكال الدوائية الآتية وتدل على فساده


شكل الدواء	التغيرات التي تدل على فساده
الشراب	
الأقراص	
الكريم	

نشاط (2)

السؤال الأول:

1- عند ترك الدواء لفترة طويلة في السيارة.	ماذا يحدث
2- عند تناول أدوية منتهية الصلاحية.	

السؤال الثاني:

من أكون المكان المناسب لحفظ الدواء الذي وصفه الطبيب ويوجد بي أيضا مواد وأدوات تستخدم في الإسعافات الأولية.....	
--	---

إرشادات للطالب:

الرجوع للكتاب صفحة (30-31)

<https://www.youtube.com/watch?v=EuRSn6z83Ns>

رابط فيديو طرق حفظ الأدوية

<https://www.youtube.com/watch?v=ArGW1y42fKc>

رابط فيديو صلاحية الأدوية

السؤال الأول:

أ- اكتب المفهوم العلمي الدال على العبارات الآتية :

- 1- () مادة تعطى للإنسان أو النبات أو الحيوان بهدف الوقاية أو العلاج أو تسكين الألم.
 2- () نباتات يكون لها أو لأجزائها خواص علاجية أو وقائية للأمراض التي تصيب الإنسان.
 3- () شكل دوائي صلب مغلف بغلاف جيلاتيني يحتوي في داخله أدوية قد تكون صلبة أو سائلة.

- 4- () مجموعة من الأساليب العلاجية التي تستخدم فيها النباتات والإبر الصينية وغيرها.
 5- () المكان المناسب لحفظ الدواء الذي وصفه الطبيب وتحتوي على مواد وأدوات الإسعافات الأولية.

ب- علل لما يأتي :

1- تحضر الأقراص من المساحيق عن طريق ضغطها.

.....

2- لا يجب استخدام قطرة العين لشخصين في نفس الوقت.

.....

السؤال الثاني:

أ- ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة:

- 1- تنتمي أملاح الحديد التي تعطى في حالة فقر الدم إلى مصادر الدواء
 أ العضوية ب غير العضوية ج الصناعية
- 2- ما الطريقة الأنسب لحفظ الأنسولين
 أ الثلجة ب صيدلية المنزل ج مكان جاف
- 3- أشكال دوائية سائلة تعطى على شكل نقط عن طريق الأنف أو العين أو الأذن
 أ الشراب ب الحقن ج القطرات
- 4- يستخدم في علاج حصى الكلى والتهابات المسالك البولية
 أ رجل الحمامة ب الجعدة ج الزنجبيل
- 5- ما المادة التي يتم تحفيزها عند الوخز بالإبر الصينية
 أ البروجسترون ب الاندروفين ج الثيروكسين

ب- أين تتواجد المادة الفعالة في كل مما يأتي:

1- عرق السوس.....

2- البابونج.....

السؤال الثالث:

أ- أكمل العبارات الآتية:

1- يتم تناول الاقراص عن طريق

2- من أنواع المواد الفعالة و.....

ب- قارن بين كل مما يأتي:

وجه المقارنة	الكبسولات	القطرات
الشكل الدوائي		
طريقة تناول		

ج- متى نستخدم الطرق الآتية عند العلاج بالنبات:

1- الغلي

2- الاستخلاص بالعصر.....

الأهداف

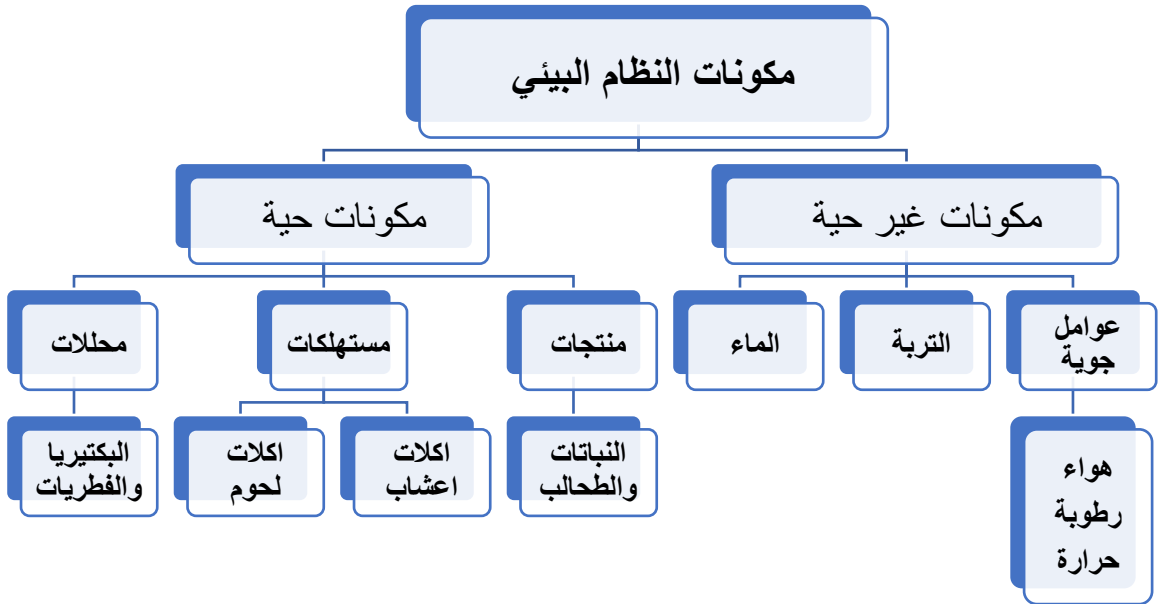
- 1- يوضح مفهوم النظام البيئي .
- 2- يعرف مكونات النظام البيئي
- 3- يصنف مكونات النظام البيئي الى حية وغير حية

تلخيص المحتوى:

مفهوم البيئة : هي المحيط الحيوي الذي يشمل الكائنات الحية وما يحتويه من ماء وهواء وتربة وما عليه من منشآت والتفاعلات القائمة بينهما.

النظام البيئي : هو مساحة من الطبيعة تحتوي كائنات حية ومواد غير حية ترتبط معاً بعلاقات بينهما للوصول الى حالة من التوازن من أجل المحافظة على استمرار حياة الكائنات الحية .

التلوث البيئي: هو وجود مادة غريبة أو أكثر تزيد عن الحد المسموح به في أي من مكونات البيئة مما يؤدي إلى خلل في التوازن البيئي القائم.



نشاط (2)

علل لما يلي :

1- يعد التلوث الإشعاعي من أخطر أنواع التلوث البيئي .

2 - ينصح باستخدام الوقود الخالي من الرصاص في السيارات.

3- التلوث الضوضائي يسبب العديد من المشاكل الصحية.

نشاط (3)



متابعة فيديو عن التلوث البيئي على الرابط

<http://www.youtube.com/watch?v=buzxso4wadw>

نشاط (4)

يقوم بعض الشباب باستخدام سماعات الأذن لسماع الموسيقى بصوت عال جداً. ناقش الأضرار التي تنتشأ عن ذلك .

الأهداف

- 1- يوضح المقصود بظاهرة الاحتباس الحراري.
- 2- يعدد أهم الغازات التي تسبب الاحتباس الحراري.

تلخيص المحتوى:

❖ **الاحتباس الحراري** : هو الزيادة التدريجية في درجة حرارة أدنى طبقات الغلاف الجوي المحيط بالأرض نتيجة لزيادة انبعاثات غازات الدفيئة .

❖ **غازات الدفيئة الناتجة عن الأنشطة البشرية :**

- 1- ثاني أكسيد الكربون CO2 ينتج من الاحتراق والتنفس وهو أكثر المركبات المسببة للاحتباس حيث يؤثر بنسبة 64% .
- 2- الميثان CH4 ينتج من تحلل المواد العضوية ويؤثر بنسبة 19% .
- 3- مكونات الكلوروفلوروكربون CFC تستخدم في تبريد الثلاجات وتؤثر بنسبة 11% .
- 4- أكسيد النيتروز N2O ينتج من بكتيريا في التربة والمحيطات والمخلفات الحيوانية ويؤثر في الاحتباس بنسبة 6% .

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

اختر الإجابة الصحيحة لكل مما يأتي :

1. في ظاهرة الاحتباس الحراري تحدث الزيادة التدريجية في درجة حرارة طبقة الغلاف الجوي
 - أ. الثالثة
 - ب. الأولى
 - ج. العليا
 - د. الثانية
2. أهم الغازات التي تسهم في حدوث ظاهرة الاحتباس الحراري :
 - أ. الميثان
 - ب. أمونيا
 - ج. ثاني أكسيد الكربون
 - د. بخار الماء
3. أقل المركبات الكيميائية المسببة لظاهرة الاحتباس الحراري :
 - أ. الميثان
 - ب. ثاني أكسيد الكربون
 - ج. أكسيد النيتروز
 - د. الكلوروفلوروكربون

4. يسبب الاحتباس الحراري مرضللإنسان

أ. الرشح ب. الجدري ج. الحساسية د. السمنة

5. الغاز الذي تنتجه البكتيريا الموجودة في التربة والمحيطات والمخلفات الحيوانية هو

أ. ثاني أكسيد الكربون ب. CFC ج. أكسيد النيتروز د. الأمونيوم

نشاط (2)

علل تشبيه الغلاف الجوي بالبيت الزجاجي أو البلاستيكي .



متابعة فيديو عن الاحتباس الحراري على الرابط .

<https://www.youtube.com/watch?v=njd4up3gdke>

الأهداف

- 1- يبين آثار التغيرات المناخية على المكونات الحية وغير الحية
- 2- يعدد طرق الحد من التغيرات المناخية .

تلخيص المحتوى:

❖ آثار التغيرات المناخية على المكونات غير الحية .

- 1- ارتفاع درجة الحرارة .
- 2- ارتفاع مستوى سطح البحر.
- 3- انحسار المساحات الصالحة للزراعة (التصحر) .
- 4- اختلاف توزيع كميات الأمطار ودرجات الحرارة .

❖ آثار التغيرات المناخية على المكونات الحية .

أ- على الانسان	ب- على الحيوان	ج- على النبات
1- زيادة الوفيات	1- تغيرات في التنوع الحيوي	1- تغير في موسم الازهار وخلل في تلقيحها.
2- زيادة الاصابة بالأمراض	2- تهديد بعض الكائنات الحية بالانقراض	2- تغير في خريطة التوزيع الجغرافي لأنواع النباتات
3- زيادة التوتر والاضطرابات النفسية	3- تضرر الثرة السمكية	3- فقدان التنوع الحيوي
4- الهجرة القصرية		
5- زيادة الطلب على الطاقة		

❖ طرق الحد من آثار التغير المناخي :

- 1- التقليل من مصادر انبعاث غازات الدفيئة.
- 2- تشجيع استخدام وسائل النقل التي تعمل بالطاقة البديلة .
- 3- سن قوانين للحد من التلوث البيئي الناتج عن المنشآت الصناعية .
- 4- التدوير وإعادة استخدام المخلفات .
- 5- زراعة الأشجار حول المدن .
- 6- دعم الأبحاث في مجالات الطاقة المتجددة .

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

ما النتيجة المترتبة على كل من :

1- ارتفاع درجة حرارة الأرض .

2- ارتفاع مستوى سطح البحر.

3- انحسار المساحات الصالحة للزراعة .

نشاط (2)

علل ما يلي :

1- زيادة الطلب على الطاقة نتيجة التغير المناخي .

2- ارتفاع مستوى سطح البحر ما يتسبب في حدوث فيضانات تغرق مدن ساحلية بأكملها .

3- زراعة الأشجار حول المدن يساعد في التقليل من آثار التغير المناخي .

نشاط (3)

مارس البشر الكثير من السلوكيات التي أدت إلى التغير المناخي.

1- اذكر ثلاثة من السلوكيات؟؟

.....-1

.....-2

.....-3

2- اقترح حلولاً بديلة تحد من التدهور والتغير المناخي؟؟

.....-1

.....-2

.....-3

الأهداف

- 1- يوضح مفهوم النفايات
- 2- يصنف النفايات حسب حالتها .

تلخيص المحتوى:

- ❖ النفايات : هي جميع المخلفات الناتجة عن الأنشطة الانسانية والتي لم تعد مفيدة للإنسان ويرغب في التخلص منها
- ❖ أنواع النفايات .
 - 1- نفايات سائلة
 - 2- نفايات صلبة
 - 3- نفايات غازية
- ❖ هناك نفايات تشكل خطراً على الصحة العامة أو البيئة لإحتوائها على مواد سامة أو قابلة للاشتعال أو مشعة مثل نفايات المصانع والبطاريات وموازن الحرارة .
- ❖ هناك نفايات عضوية قابلة للتحويل ويمكن للإنسان أن يتخلص منها بتحويلها الى ديبال (كمبوست) والاستفادة منها لتسميد الحدائق المنزلة .
- ❖ نسب مكونات النفايات الصلبة في مدينة غزة
 - مواد عضوية 64% - ورق 12% - بلاستيك 11% - معادن 4% - زجاج 2% - غير ذلك 7%

الأنشطة والتدريبات:

نشاط (1)

اختر الإجابة الصحيحة لكل مما يأتي :

1. يتأثر معدل إنتاج النفايات بالتطور
 - أ. الزراعي
 - ب. الثقافي
 - ج. السياسي
 - د. الاقتصادي ومستوى التصنيع
2. أكبر نسبة من مكونات النفايات الصلبة في مدينة غزة
 - أ. البلاستيك
 - ب. مواد عضوية
 - ج. الزجاج
 - د. المعادن
3. من النفايات التي تشكل خطراً على الصحة العامة
 - أ. نفايات عضوية
 - ب. مخلفات المستشفيات
 - ج. مصابيح الفلورسنت
 - د. (ب و ج) معاً

نشاط (2)

اكتب المصطلح العلمي الدال على العبارات العلمية التالية :

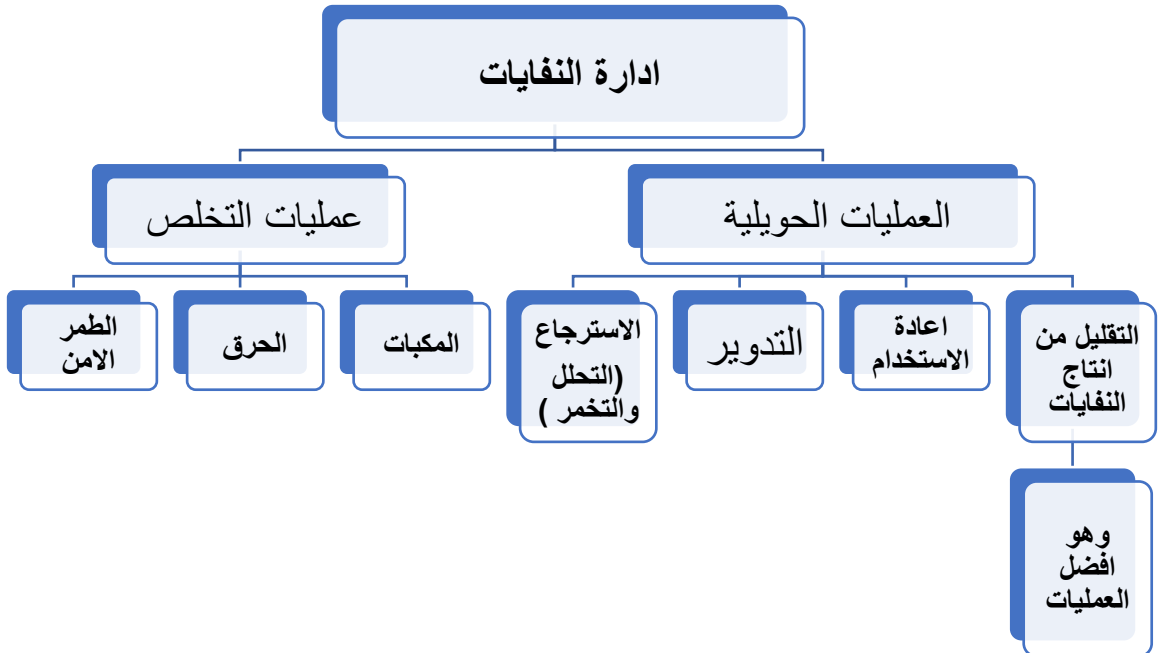
- 1- () هي المياه الناتجة عن الاستخدام المنزلي أو الناتجة من العمليات الصناعية والزراعية المحتوية على محاليل وزيوت وغيرها.
- 2- () هي الغازات والأبخرة الناتجة عن عمليات التصنيع التي تتصاعد في الهواء من خلال مداخل المصانع والآلات.
- 3- () هي جميع المخلفات الناتجة عن الأنشطة الإنسانية سواء داخل المنزل أو خارجه .

الأهداف

- 1- يوضح مفهوم إدارة النفايات
- 2- يذكر عمليات إدارة النفايات.

تلخيص المحتوى:

- ❖ إدارة النفايات : هي جميع العمليات التي تتم على النفايات منذ إنتاجها حتى التخلص النهائي منها
- ❖ تدوير النفايات : هي إعادة تصنيع بعض المنتجات المستهلكة بعد فرزها إلى مواد متجانسة في التركيب الكيميائي ومعالجتها وتحويلها إلى منتجات قابلة للاستخدام مرة أخرى.
- ❖ الدبال (الكمبوست) : هو التخمر الهوائي للمخلفات العضوية حيث تنتج كتلة حجمية منخفضة تحتوي على عناصر خصبة كالنترات والبوتاسيوم والفسفور.
- ❖ الطمر الحي للنفايات : هو طمر النفايات بطبقة من التربة لا يقل سمكها عن 15 سم ويجب عزلها عن خزانات المياه الجوفية
- ❖ الحرق الآمن للنفايات : هو من الطرق الشائعة بشرط أن تتم بشكل علمي ومدروس ويمكن استغلال الحرارة الناتجة لإنتاج الطاقة الكهربائية .



نشاط (1)

1. اذكر فوائد تدوير النفايات؟؟

.....

2. عدد أهم أهداف الحرق الآمن للنفايات؟؟

.....

3. لإتمام عملية التحلل في التخمر الهوائي يجب اتباع بعض الإجراءات وضحاها؟؟

.....

نشاط (2)

علل ما يلي :

1- تعد عملية التقليل من إنتاج النفايات من أولويات الخطة الناجحة لإدارة النفايات .

2- تلقى فكرة التقليل من إنتاج النفايات معارضة من بعض الشركات المنتجة .

3- ضرورة التقليل المستمر للمواد العضوية المجمعة في عملية إنتاج الكمبوست.

4- تعتبر عملية إعادة الاستخدام من الاستراتيجيات المهمة في جودة إدارة النفايات .

5- تقطيع المواد العضوية إلى أجزاء صغيرة في عملية إنتاج الدبال .

6- يستخدم الدبال كبديل للسماد الكيماوي.

تطلب من مكتبة زهور الأقصى
رفح - الشابورة - شارع النخلة بالقرب من مفترق الدخني
0599739185