

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العُمانية



\*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/om>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12>

\* للحصول على جميع أوراق الصف الثاني عشر في مادة علوم وبيئة ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12environment>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف الثاني عشر في مادة علوم وبيئة الخاصة بـ الفصل الأول اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/12environment1>

\* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف الثاني عشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/om/grade12>

\* لتحميل جميع ملفات المدرس محمود عبد الحلیم مصطفى أبو هلال اضغط هنا

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا

[https://t.me/omcourse\\_bot](https://t.me/omcourse_bot)

الوراثة الخامسة :- أنماط الحياة / المساعدة على الإجابة بالمرحمة

① التدخين // - وصفه ← هو أحد أكبر مصادر السموم (علا)

يحتوي على السجائر على المواد الكيميائية السامة.

- آثاره الفاره ← يؤدي إلى أمراض رئوية مثل

② سرطان الرئة.

① إنسفاخ الرئة .

④ تعطيل الشرايين

③ الرئاب الليفية الوراثة



⑤ يزيد من التعرض للسموم المنقولة عبر الجو للجوارح من المرخين.

⑤ العادات الغذائية // (نوعان)

④ سئته :- تتمثل في الأعيان التي لا تليق للدين سوء تنزيه.

- تناول وجبات تحتوي على سكريات ودهون وكوليسترول

بهوره مسرعة وينسب عليه.

- تؤدي إلى تعطيل الشرايين أمراض القلب .

⑥ منظفته :- تتمثل في الأعيان التي لا تليق للدين تناولها الوجبات

بهوره منظفة من وقت آخر .



③ قلة ممارسة الرياضة // « يتحكم فيها عاملان »

④ مشاهدة التلفاز والألعاب الرقمية :-

- يؤدي ذلك إلى (ظهور السمنة) (إجهاد قدرة القلب على العمل)

(مرض الكلى الذي يسبب الكبار) .

⑥ الوراثة :- (عرف)

- حيث يؤدي أحيانا اتحاد الجينات المنقولة من الآباء إلى حالات وراثية

(أمراض) ذو تأثير سلبي على نشاط الجسم .

- مثال للحالات الوراثية السلبية :- ① التليف الليفي . ② الأنيميا المنجلية

- كيفية تقليل أضرارها :- بواصلة التمارين التي تبني كلاً من

العظام كمناعة الجسم .



ملحوظة هامة

- الوراثة هي :-

انتقال الصفات الوراثية الى كثر من الأجيال .

عوامل ومصادر الخطر المزيرة لفهم الإصابه :-

عوامل الخطر	الأمراض المحتملة	مصدر الخطر
العادات الغذائية	السمنة، السكري، أمراض القلب، السرطان، السل الرئوي	اقتصادي واجتماعي
شرب الماء غير النظيف	الإسهال، الطفيليات، مرض القولون، النحافة المفرطة	اقتصادي
عدم وجود دورات مياه نظيفة	الإسهال، الطفيليات، السل الرئوي	اقتصادي
عدم العناية بالنظافة الشخصية	السل الرئوي، التسمم الغذائي	اقتصادي واجتماعي
ممارسة الجنس غير المشروع	الإيدز والأمراض المنقولة جنسياً	اجتماعي
التدخين	انتفاخ الرئة، التهاب القصبة الهوائية، السرطان، تصلب الشرايين	اجتماعي
استعمال المواد المخدرة ( الإبر الملوثة عند تعاطي المخدرات )	أمراض الكبد، سوء التغذية، مرض الإيدز، أمراض الدم	اجتماعي

