

حل أنشطة وتمارين الوحدة الأولى الصحة والسلامة



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العمانية

موقع فايلاتي ← المناهج العمانية ← الصف السادس ← مهارات حياتية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 11:47:13 2025-04-14

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات | حلول | عروض بوربوينت | أوراق عمل
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | مذكرات وبنوك | الامتحان النهائي | للمدرس

المزيد من مادة
مهارات حياتية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف السادس



صفحة المناهج
العمانية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف السادس والمادة مهارات حياتية في الفصل الثاني

اختبار قصير ثاني	1
حل أنشطة وتمارين الوحدة الأولى الصحة والسلامة	2
ملخص الوحدة الخامسة الصيانة المنزلية	3
ملخص الوحدة الرابعة المحافظة على المرافق العامة	4
ملخص شرح درس المرافق العامة	5

المهارات الحياتية

لصف السادس

الوحدة الأولى

الصحة والسلامة

المهارة الأولى

تجهيز صندوق الإسعافات الأولية

التقويم:

١- ما أهمية توافر صندوق الإسعافات الأولية في المنزل والمدرسة؟

تقديم الإسعافات الأولية للمصاب في الدقائق الأولى لإصابته؛ لتسريع شفائه وقد تساهم في إنقاذ حياته. ومن هنا تظهر أهمية وجود صندوق الإسعافات الأولية بالقرب من مكان الحادث سواء أكان في المنزل، أم المدرسة، أم السيارة، أم الرحلات لمواجهة أي طارئ .

٢- اكتب استخدام محتويات صندوق الإسعافات الأولية التالية:

المحتويات	استخدامها
أربطة	لتغطية وربط العضو المصاب
ضمادات	لتضميض الجروح والإصابات
مطهر	لتطهير الجروح من الميكروبات والوساخ
دواء خافض للحرارة	لخفض درجة حرارة الجسم وعدم ارتفاعها

٣- حدد مكاناً مناسباً في المنزل لوضع صندوق الإسعافات الأولية به، وبين أسباب اختيارك لذلك المكان .

- أضعه في غرفة المعيشة لحفاظ على درجة الحرارة المناسبة وعدم فساد ما به من أدوية.

لتقويم و المتابعة :

١- ماذا يقصد بكل من :

أ - الرعاف.

رف الرعاف بنزول الدم بشكل مفاجئ من الأنف دون تعرضه لأي صدمة أو ضربة.

ب - الإغماء.

يقصد بالإغماء فقدان الموقت للوعي الذي قد يستمر إلى بضع دقائق فقط و يعود أكثر من ذلك، وتكون الإفاقة سريعة وكاملة. ويحدث بسبب الانخفاض المؤقت لدرجة حرارة الدم في الدماغ.

ج - ضربة الشمس.

إن التعرض لأشعة الشمس قليلاً يفيد الجسم، ولكن التعرض المباشر لها لفترات طويلة يسبب ضربة الشمس، وبخاصة إذا صاحبه نقص الماء في الجسم.

- ما الحالات التي تستدعي من المصاب بالرعاف مراجعة الطبيب؟

• ضرورة مراجعة الطبيب إذا استمر الرعاف دون توقف أكثر من ٣٠ دقيقة بالرغم من محاولات إسعافه، أو في حالة تكرار حدوث الرعاف.



استخدام كمادات باردة عند إسعاف الرعاف.

وضع كمادات الثلج على الأنف حتى يتوقف النزيف.

عدم إرجاع رأس المصاب بالرعاف إلى الخلف.

دم توجيه رأس المصاب إلى الخلف عند إسعافه؛ تجنباً لتجمع الدم في منطقة الحلق،
ي لدخوله إلى القناة الهضمية أو مجرى التنفس.

يسعف المصاب بالإغماء بوضع رأسه في مستوى أخفض من جسمه

حتى يتدفق الدم على الدماغ بسرعة ويستعيد وعيه سريعاً.

قارن بين الإغماء وضربة الشمس من حيث:

أ- سبب الإصابة.

ب- الأعراض.

ج- طرق الوقاية.

المقارنة	الإغماء	ضربة الشمس
الإصابة	نقص الهواء	التعرض لفترة طويلة للشمس
الأعراض	شحوب الوجه وزرقة الشفتين	الإحساس بالصداع
الوقاية	الجلوس ووضع الرأس بين الركبتين	عدم التعرض للشمس المباشرة