

## تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العمانية



## ملخص شرح درس السمنة وسوء التغذية مع مخططات مفاهيمية وصور توضيحية

موقع فايلاتي ← المناهج العمانية ← الصف التاسع ← أحياء ← الفصل الأول ← ملخصات وتقارير ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 09:09:24 2024-10-10

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  
أحياء:

إعداد: محمود عبد الحلیم مصطفى أبو هلال

## التواصل الاجتماعي بحسب الصف التاسع



الرياضيات



اللغة الانجليزية



اللغة العربية



التربية الاسلامية



المواد على تلغرام

صفحة المناهج  
العمانية على  
فيسبوك

## المزيد من الملفات بحسب الصف التاسع والمادة أحياء في الفصل الأول

الامتحان النهائي الدور الأول الفترة الصباحية لمحافظة شمال الباطنة

1

نموذج إجابة الامتحان النهائي الدور الأول الفترة الصباحية للمحافظات جنوب الشرقية ومسقط ومسندم والداخلية والوسطى

2

الامتحان النهائي الدور الأول الفترة الصباحية للمحافظات جنوب الشرقية ومسقط ومسندم والداخلية والوسطى

3

الامتحان النهائي الدور الأول الفترة الصباحية لمحافظة جنوب الباطنة

4

## المزيد من الملفات بحسب الصف التاسع والمادة أحياء في الفصل الأول

الامتحان النهائي الدور الأول الفترة الصباحية للمحافظات مسقط والداخلية وشمال الشرقية

5

## الدرس الثاني :- السمنة وسوء التغذية //

### ★ السمنة :-

← تعريف // هي الزيادة الكبيرة في الوزن بسبب تناول أغذية غنية بالطاقة أكثر من معدل الاستهلاك .

← أسبابها // بسبب الأورام الآتية :-

① أورام القلب . ② مرض السكري .

③ آلام المفاصل مثل مفاصل الركب . ④ الكتل اللمفاوية .

### ← علاجها //

① تناول وجبات غذائية عادية متوازنة .

② ممارسة التمارين الرياضية بانتظام .

③ اتباع نظام الحيات الغذائية (ولكن بشرط) عدم التوقف عن

الحمية الغذائية (فعل) لأنه التوقف عن هذا النظام يفاقم الشخص

المصاب بهذا المرض يستعيد الوزن الزائد مرة أخرى .



عندما يكون الشخص مفرط الوزن أو سمينا، فإن ذلك يُعرضه لمشكلات خطيرة. فقد وُجد أن زيادة الوزن حول منطقة الخصر ترتبط بأمراض القلب

عاشق الأحياء



Mr. Mahmoud Abo Helall

قناة المحيط في الأحياء

Mahmoud aboHelal

+201226792016  
+96899295731

## ★ المجاعة وسوء التغذية :-

« تعريف المجاعة // هي عدم الحصول على ما يكفي من الغذاء .

« تعريف سوء التغذية // هو اتباع نظام غذائي غير متوازن يفتقر إلى مادة غذائية واحدة أو يحتوي على دهون كثيرة .

« الأعراض الناتجة عن سوء التغذية //

① الكواشيوركور .      ② الهزال الشديد .

③ الكواشيوركور :-

- أسبابه :- ① نقص البروتينات في الطعام .

② الفقر (علل)

- لضعف القاصدين على رعاية الطفل إما غير قادرين على توفير الطعام الغني بالبروتينات للأطفال أو لعدم معرفتهم بأنواع الأطعمة المناسبة التي يجب تناولها .

- شيوعة :- يكثر هذا المرض بين الأطفال من سن ٩ أشهر حتى السنين أي

أي بعد التوقف عن الرضاعة .

- أعراضه :- ① نقص في الوزن عياراً على أعمارهم .

② ظهور بؤادر زيادة في الوزن أو السمنة (علل) لأنه أجسامهم

تحتفظ بالماء مما يؤدي إلى الانتفاخ (علل) لأنه النقص في البروتينات يؤثر على عملية الأيض في القناة الهضمية .

- العلاج :-

- الخضوع لنظام غذائي غني بالبروتينات فيؤدي ذلك

إلى النمو بشكل طبيعي مرة أخرى .

عاشق الأحياء



Mr. Mahmoud Abo Helall

قناة المحيطة في الأحياء

Mahmoud aboHelal

+201226792016  
+96899295731

## ١٧ الرززال الشديد :-

- أعراضه :- ١- الوزن أقل بكثير من الوزن الطبيعي .
- ٢- يظهر الجسم نحيلًا وهزيلًا (علا)

لأنه جسمه لا يتراكم مخزون الدهن فيه مما أجّل الحصول على الطاقة .

## - أسبابه :-

- ١- نقص البروتينات في الطعام .
- ٢- سوء الطاعة .

## - العلاج :-

- إرتباع نظام غذائي يتميز بزيادة نسبة الدهن والبروتين فيه .



الولد الأكبر عمرًا نحيف ومع ذلك له بطن منتفخ، وهذا يشير إلى أنه يعاني من مرض الكواشيوركور. التقطت هذه الصورة في مخيم للاجئين في إحدى الدول الأفريقية

عاشق الأحياء



Mr. Mahmoud Abo Helall

قناة المحيط في الأحياء

Mahmoud aboHelal

+201226792016  
+96899295731