

[سؤال وجواب]

تلخيص المهني - الصف السادس - الفصل الأول

الوحدة الأولى: الإسعافات الأولية

الدرس الأول: الرعاف

س: ما تعريف الرعاف (نزف الأنف)؟

ج: هو سيلان الدم من فتحة واحدة أو من فتحتي الأنف، نتيجة تمزق الشعيرات الدموية الرقيقة في بطانة الأنف

س: اذكر أسباب الرعاف

١- أسباب بيئية	٢- أسباب موضعية	٣- أسباب مرضية
- ارتفاع درجة الحرارة - الارتفاع عن سطح الأرض - الاختلاف في الضغط الجوي - التعرض لأشعة الشمس مدة طويلة	- الصدمة المباشرة للأنف - جفاف بطانة الأنف	- إصابة الأنف بالالتهابات - أمراض الدم

س: علل يجب الإسراع في وقف الرعاف عند الشخص المصاب

ج: تجنباً لحدوث أي مضاعفات حيث الرعاف يؤدي لفقدان المصاب كمية كبيرة من الدم تحدث مشكلة صحية

س: وضح طريقة الإسعاف الأولي للرعاف

- ج: ١- يجلس المصاب على نحو مستقيم ورأسه منحني إلى الأمام متجه للأسفل قليلاً
٢- وضع منديل تحت أنف المصاب لمنع اتساع الملابس بالدم
٣- يتنفس المصاب من فمه ويتم الضغط مدة ١٠ دقائق ضغطاً خفيفاً بالإبهام والسبابة على جزء الأنف الذي تحت عظمة الأنف مباشرة (الجزء اللحمي)
٤- وضع كمادات باردة على الأنف والجبهة مع استمرار الضغط على الأنف
٥- توضع شاشة طبية مغموسة بالفازلين الطبي في الأنف لترطيبه من الداخل بعد توقف النزف
٦- يرفع المصاب رأسه ولا يستنثر خلال ٤ ساعات ولا يجهد نفسه حتى لا يعود الرعاف
٧- تُطلب المساعدة الطبية إذا استمر الرعاف أكثر من ٢٠ دقيقة لأن المصاب قد يفقد الوعي

س: اذكر طرق الوقاية من الرعاف

- ج: ١- تنظيف الأنف بلطف وبالطريقة الصحيحة وعدم العبث به
٢- عدم إدخال أدوات حادة في الأنف
٣- عدم التعرض لأشعة الشمس المباشرة مدة طويلة
٤- مراجعة الطبيب في حالة التهاب الجيوب الأنفية أو إذا تكرر الرعاف
٥- ترطيب الأنف برفق في حالة جفافه بقليل من الفازلين أو بالمراهم الطبية

س: علل إبقاء رأس المصاب مائلاً إلى الأمام قليلاً في حالة الإصابة بالرعاف
ج: حتى يتجنب المصاب بلع الدم واستنشاقه

س: علل يوصى بتجنب الامتخاط بشدة بعد توقف الرعاف
ج: لأن الرعاف قد يعود مرة أخرى ويعود تمزق الشعيرات الدموية

س: علل على المصاب بالرعاف بصق الدم المتجمع في فمه
ج: لأنه دم فاسد يجب التخلص منه وحفاظاً على سلامة المصاب

س: متى يجب على المصاب بالرعاف مراجعة الطبيب؟ ولماذا؟
ج: إذا استمر الرعاف أكثر من ٢٠ دقيقة أو كانت كمية النزف كبيرة؛ لأنه قد يصيبه فقدان الوعي ودوخة وهبوط بضغط الدم.

الدرس الثاني: ضربة الشمس

س: ما تعريف ضربة الشمس؟

ج: هي تعرض الجسم لأشعة الشمس الشديدة مدة طويلة قد يؤدي إلى ارتفاع درجة حرارة الجسم وعدم قدرته على الحفاظ على درجة الحرارة المثلى للجسم (٣٦,٥ - ٣٧,٥) درجة مئوية

س: اذكر أعراض أو علامات الإصابة بضربة الشمس

- ج: ١- ارتفاع درجة حرارة الجسم وقد تصل إلى ٤٠ درجة مئوية فأكثر (من العلامات الرئيسية)
٢- الصداع وقد يصاحبه غثيان وقيء
٣- زيادة سرعة التنفس وتسارع ضربات القلب
٤- عدم التعرق
٥- فقدان الوعي والتشنج والهلوسة، وصعوبة الكلام أو صعوبة فهم ما يقوله الآخرون

تنبيه: ممكن أن تسبب ضربة الشمس خللاً مؤقتاً أو دائماً لأجهزة الجسم الحيوية، كالقلب والدماغ والرئتين الإسعاف الأولي لمصاب ضربة الشمس يعتمد على تبريده لخفض درجة الحرارة العالية

س: اذكر طرق الإسعاف الأولي للمصاب بضربة الشمس

- ج: ١- نقل المصاب إلى مكان منخفض الحرارة بعيداً عن أشعة الشمس مع التخفيف من ملابسه الخارجية
٢- مد المصاب على ظهره ورفع قدميه إلى مستوى أعلى من جسمه قليلاً

- ٣- استخدام مروحة هوائية أو يدوية لتهوية المصاب مع وضع كمادات ماء فاتر على أطرافه والإبط والعنق والوجهة
- ٤- لف المصاب بشرشف مبلل بالماء البارد أو وضعه في مغطس ماء بارد
- ٥- قياس درجة حرارة المصاب والتأكد من تنفسه
- ٦- طلب المساعدة الطبية بالسرعة الممكنة في حال فقدان الوعي

س: اذكر قواعد الصحة والسلامة العامة للوقاية من ضربة الشمس

- ج: ١- عدم التعرض لأشعة الشمس الشديدة مباشرة لمدة طويلة
- ٢- ارتداء قبعة الرأس أو حمل مظلة الشمس عند الخروج في الأيام شديدة الحر
- ٣- شرب كميات كبيرة من الماء والسوائل المحتوية أملاحاً معدنية في الأيام شديدة الحر
- ٤- ارتداء الملابس القطنية البيضاء والفاخرة في الأيام شديدة الحر

س: اذكر قواعد الصحة والسلامة التي يجب اتباعها خلال وبعد إسعاف المصاب بضربة الشمس

- ج: ١- عدم عمل كمادات ماء فاتر تحوي الكحول (السيبرتو) للمصاب
- ٢- عدم إعطاء أي سوائل أو خافض حرارة عن طريق الفم للمصاب حين استقرار حالته
- ٣- عدم شرب المشروبات الغازية
- ٤- شرب كميات كبيرة من الماء والسوائل المحتوية أملاحاً معدنية عند استقرار حالة المصاب
- ٥- عدم وضع المصاب في مغطس ثلج

س: علل من علامات وأعراض ضربة الشمس عدم التعرق، ما السبب؟

ج: لأن الجلد يكون حاراً وجافاً بسبب فقدان السوائل من الجسم

س: علل ضربة الشمس من الحالات التي تهدد الحياة

ج: لأنها تسبب ارتفاعاً شديداً في درجة حرارة الجسم بفعل الحرارة الخارجية مما قد يؤدي لحدوث خلل في أعضاء الجسم الحيوية كالقلب والدماغ والرئتين

س: علل عدم الإكثار من شرب المشروبات الغازية

ج: لأنها تعمل على تقليل ونفاذ الأملاح من جسم المصاب

س: علل يُنصح بارتداء قبعة الرأس أو استخدام مظلة الشمس عند الخروج في ساعات الظهيرة

ج: للوقاية من أشعة الشمس المباشرة فلا يتعرض الجسم لضربة الشمس

س: علل تجنب عمل كمادات ماء فاتر تحوي الكحول للمصاب بضربة الشمس
ج: لأنه يمكن امتصاصها عن طريق الجلد فتضر المصاب وخاصة الأطفال، حيث أن مادة السبيرتو تخفض الحرارة بسرعة مما يؤدي غالبا إلى ارتفاعها مرة أخرى

س: علل عدم إعطاء سوائل أو خافض حرارة عن طريق الفم أثناء إسعاف المصاب بضربة الشمس
ج: لأن المصاب بضربة الشمس يشعر بالغثيان وقد يتقيء.

س: علل يوضع المصاب في مغطس ماء بارد وليس في مغطس ثلج
ج: خوفا من حدوث تقلصات في الأوعية الدموية

الوحدة الثانية: العناية بنباتات الزينة

الدرس الأول: خدمة نباتات الزينة

س: لماذا تحتاج نباتات الزينة إلى خدمة وعمليات زراعية كغيرها من النباتات؟
ج: ١- لكي تنمو وتنتج جيدا ٢- لكي تصبح عملية الإزهار أفضل

س: اذكر عمليات الخدمة التي تحتاج إليها نباتات الزينة
ج: ١- العزق والتعشيب ٢- التسميد ٣- الري ٤- تأمين احتياجاتها من الضوء والحرارة والرطوبة

س: علل: التعشيب والعزق من العمليات الضرورية لخدمة نباتات الزينة
ج: لأنه يؤثر إيجابيا في نموها وتكاثرها

س: عرف التعشيب
ج: هو قلع الأعشاب غير المرغوب فيها من جذورها لكل تحصل النباتات على الغذاء والماء من دون منافس

س: عرف العزق
ج: هو تفكيك سطح التربة بعمق (٢-٧) سم لجمع التراب حول سيقان النباتات وزيادة تثبيتها

س: اذكر أهمية التعشيب وفائدته، أو ما الأضرار الناجمة عن نمو الأعشاب حول نباتات الزينة؟
ج: ١- تعمل الأعشاب التي تتكاثر حول نباتات الزينة على انتقال الأمراض لها والتخلص منها يحمي النباتات
٢- وتنافسها على الغذاء والماء الموجودين في التربة ولذا يجب التخلص منها حتى تنمو النباتات بشكل سليم

س: اذكر أهمية العزق وفائدته

ج: العزق يفكك الطبقة السطحية للتربة مما يؤدي إلى:

١- تهوية التربة ٢- يحفظ الرطوبة فيها ٣- تثبيت النبات وتقليل الإصابة بالأمراض

س: كيف تجرى عملية التعشيب حول نباتات الزينة؟ أو ما الأدوات والطريقة المستخدمة في التعشيب؟

ج: ١- تجرى عملية التعشيب بوساطة اليد

٢- أو بوساطة أدوات زراعية: المنكاش، الفأس، المحرفة

س: اذكر خطوات عملية التعشيب

ج: ١- التأكد من رطوبة الأرض قبل البدء بالتعشيب

٢- إزالة الأعشاب المحيطة بالنباتات باليد إذا كانت صغيرة وسهلة القلع

٣- خلخلة التربة حول النباتات بالمنكاش أو الفأس أو المحرفة ثم قلع الأعشاب من جذورها

٤- جمع الأعشاب والتخلص منها بعيدا عن المزروعات

س: علل يفضل تعشيب نباتات الزينة عندما تكون التربة رطبة قليلا

ج: لتسهيل عملية قلع الأعشاب

س: علل تزال الأعشاب من جذورها

ج: لكي لا تنمو مرة أخرى

س: لماذا التعشيب يحسّن من نمو النباتات

ج: لأن عملية التعشيب تقلل نسبة التنافس على الماء والغذاء من الأعشاب الأخرى

الدرس الثاني: الريّ

س: لماذا تحتاج نباتات الزينة الخارجية إلى الري في أوقات متقاربة؟

ج: ١- لأن جذور غالبيتها سطحية ٢- ولأن نباتاتها تزرع متقاربة

س: ما الأمور الواجب مراعاتها عند ري نباتات الزينة الخارجية؟

ج: ١- ري النباتات في الصباح الباكر أو المساء

٢- يفضل الري باستخدام مرش ماء يدوي، أو استعمال خرطوم الماء مع خفض ضغط الماء

٣- عدم الإفراط في الري

س: ما الأمور الواجب مراعاتها عند ري نباتات الزينة الداخلية (نباتات الظل)؟

ج: ١ - أن تكون درجة حرارة مياه الري قريبة من درجة الحرارة داخل المنزل

٢ - يفضل الري بطريقة الرذاذ في الصيف بالإضافة للري العادي

س: ما الأعراض التي تظهر على نباتات الزينة في حال زيادة الري أو نقصانه؟

ج: الإفراط في الري أو النقصان يؤدي إلى ذبول النباتات وموتها نتيجة اختناق الجذور

س: لماذا يفضل الري باستخدام مرش الماء اليدوي وأيضا لماذا يفضل خفض ضغط الماء عند استخدام البريش؟

ج: حتى لا تنحرف التربة عن النبات

س: لماذا ترش نباتات الزينة الداخلية برذاذ الماء بين الحين والآخر؟

ج: لتوفير الرطوبة حول النباتات خاصة في فصل الصيف وهذا يحسن نموه

س: أيهما أفضل ري النباتات المزروعة في أصص باستخدام الخرطوم أو مرش الماء اليدوي ولماذا؟

ج: مرش الماء اليدوي حتى لا تنحرف التربة عن النبات في الأصيص

س: ما الفرق بين نباتات الزينة الداخلية والخارجية بالنسبة لعملية الري؟

ج: ١ - نباتات الزينة الخارجية تحتاج الري في أوقات متقاربة لأنها متقاربة في الزراعة وجذورها سطحية

٢ - نباتات الزينة الداخلية تحتاج ري قليل في الشتاء، بينما في الصيف يجب انتظام الري وعدم تعطيش النبات

س: على ماذا يعتمد ري النباتات؟

ج: ١ - نوع النبات وحجمه ٢ - مجموعته الجذري ٣ - نوع التربة ٤ - الظروف الجوية

س: كيف تستدل على حاجة النباتات إلى الري؟

ج: فحص التربة بأصابع اليد أو بقلم رصاص بعمق ٣ سم من سطح التربة فإذا كانت الأصابع جافة فهذا يدل أن

النباتات بحاجة إلى الري.

س: علل وجود ثقب في قعر الأصيص المستخدم في زراعة نباتات الزينة

ج: ليسمح للماء الزائد بالخروج منه

س: علل يتم نكش التربة نكشا خفيفا حول النبات قبل عملية الري

ج: حتى يدخلها الهواء

س: اذكر خطوات عملية ري نباتات الزينة الداخلية

- ج: ١- التأكد من وجود ثقب في قعر الأصيص مع وجوب الصحن تحته لجمع الماء الزائد
٢- نكش التربة نكشا خفيفا حول النبات
٣- فحص التربة للتأكد من حاجتها للري
٤- ري النبات بالمرش اليدوي

الوحدة الثالثة: النجارة

الدرس الأول: الوصلات الخشبية

س: في ماذا تستخدم الوصلات الخشبية؟ أهمية الوصلات الخشبية

ج: تستخدم في تجميع أجزاء المشغولات الخشبية وتثبيتها كالحزائن وهياكل الكراسي والأثاث المدرسي وغيره

س: علل تستخدم الوصلات في المشغولات الخشبية

ج: لتجميع أجزاء المشغولات الخشبية وتثبيتها

س: ما المشغولات التي تستخدم فيها الوصلات في المنزل؟

ج: الحزائن، المقاعد، الطاولات، الأبواب

س: اذكر عُدَد وأدوات نجارة مع أمثلة عليها

ج: ١- أدوات المسح والتصفية: فارات التنعيم، الرابوخ

٢- أدوات النشر: منشار التمساح، منشار الظهر

٣- أدوات القطع: الأزاميل، المناكير

٤- أدوات البرد: المبرد المثلثة، والمربعة والمبسطة والدائرية والنصف دائرية

٥- أدوات الثقب: المثقاب اليدوي

٦- أدوات الطرق: المطرقة (للمواد الصلبة)، الدقماق (لدق الأخشاب)

س: اذكر أنواع الوصلات الخشبية مع استخداماتها

ج: ١- وصلة الفرز: تستعمل في تغطية السقوف والجدران والأرضيات وأجزاء بعض المشغولات

٢- وصلة مجرى: تستعمل في الأرضيات الخشبية

٣- وصلة مجرى ولسان: تستعمل في الدرف والأبواب الخارجية وتغطية الجدران

س: بم تمتاز وصلة مجرى ولسان؟

ج: تمتاز بإمكانية إخفاء البراغي والمسامير

س: علل يوضع الغراء على طرفي أرجل المفرمة عند تجميعها

ج: لزيادة تثبيتها

س: علل يكون عمق المجرى أكثر من طول اللسان في وصلة مجرى ولسان

ج: ١- لمعالجة مشكلة نفش الخشب أو انكماشه

٢- لمعالجة الغراء الزائد المستخدم في عملية التجميع

الدرس الثاني: صيانة الأثاث الخشبي ومتمماته

س: ما أسباب تلف المشغولات أو الأثاث الخشبي؟

ج: ١- الاستخدام غير الصحيح ٢- العوامل البيئية ٣- تقلبات الجو

س: اذكر أعمال الصيانة البسيطة للمشغولات الخشبية وإصلاحها

ج: ١- تثبيت بعض المتممات أو استبدالها في حال تلفها وعدم التمكن من إصلاحها

مثال: المقابض، المفصلات، الأقفال، الزرافيل، سكك الجوارير المرتخية أو المفكوكة

٢- عمليات تثبيت الوصلات في حال تفككها وارتخائها أو خلعها بإعادة تثبيتها ولصقها

مثال: أرجل الطاولة أو الكراسي

٣- إصلاح الأجزاء المكسورة أو المخلوعة والتالفة من المشغولات الخشبية وذلك بلصق الجزء المكسور باستعمال

الغراء والبراغي أو استبداله.

٤- دهن الأثاث الخشبي المتقشر بسبب العوامل البيئية والاستخدام المتكرر

س: وضح المصطلحات التالية أو اذكر فيما تستعمل

مفك مصلب:	أداة تدار بها البراغي اللولبية عند تثبيت القطع أو فكها
إسفين الخشب:	قطعة خشبية رفيعة توضع لتضييق ثقب البرغي لتحسين عملية شد البرغي
برغي سن صاج:	مسمار لولبي الشكل مسلوب من نهايته
المزيتة:	إناء معدني تزييت به الآلات
الدرفة:	أحد مصراعي الباب أو الشباك أو الخزانة

س: ما نتيجة عدم متابعة صيانة الأثاث المدرسي في الوقت المناسب؟

ج: يجب إصلاح كل عطل والصيانة باستمرار وإلا فإن الكلفة المادية للإصلاح ستزداد لاحقا

س: اذكر أسباب صعوبة فتح أبواب الخزائن وإغلاقها

ج: ١- خلل في المفصلة ٢- احتكاك داخل القفل ٣- ارتخاء براغي المفصلات أو الأيدي أو الزرافيل

س: ما الحلول أو أعمال الصيانة في حال صعوبة فتح الباب وإغلاقه بسبب ارتخاء براغي المفاصل أو الزرافيل وغيره؟

- ج: ١- إعادة شد البراغي وتثبيتها
٢- استخدام براغي ذات قطر أكبر
٣- فك اليد أو القفل أو موصد القفل أولاً، ثم إغلاق ثقب البراغي بأسافين خشبية وغراء، بعد أن يجف الغراء يتم تثبيت البراغي نفسها

س: كيف تعالج مشكلة توسع ثقب البراغي التي تثبت المتتمات كالقفل أو يد خزانة أو باب وغيره؟

- ج: ١- فك اليد أو القفل أو موصد القفل أولاً
٢- ثم إغلاق ثقب البراغي بأسافين خشبية وغراء
٣- بعد أن يجف الغراء يتم تثبيت البراغينفسها

س: ما الحلول أو أعمال الصيانة في حال احتكاك أجزاء المفصلة ببعضها البعض ولذا يصعب فتح وإغلاق الباب؟

- أو كيف تعالج الصوت الناتج عن فتح الدرفة وإغلاقها بسبب احتكاك المفصلة؟
ج: من خلال عملية: ١- الاستبدال للمفصلة ٢- أو التزيت للمفصلة ويكون كالتالي:
أ- يجب تزيت القفل (الزرافيل) أو المفصلة بوضع نقاط الزيت باستخدام المزيتة أو قطنة مبللة بالزيت على لسان القفل أو داخل فتحة المفتاح
ب- تحريك اليد واللسان مرات عدة
ج- أو فتح القفل وإغلاقه بالمفتاح عدة مرات حتى يتوزع الزيت ويدخل بين الأجزاء المتحركة

س: ما الأخطار التي قد تنتج في أثناء أعمال الصيانة؟ وكيف نتفادها؟

ج: الإصابة من إحدى الأدوات أو عدد النجارة ونتفادى ذلك بالانتباه والحذر ومعرفة كل أداة وطريقة استخدامها

س: ما هي خطوات استبدال مفصلة تالفة لباب خزانة؟

- ج: ١- تحديد نوع التلف وسببه هل ارتخاء المفصلة أم احتكاكها
٢- العمل على شد المفصلة وتثبيتها إذا كانت مرتخية
٣- تزيت المفصلة إذا كانت تحتاج ذلك
٤- فك المفصلة بالمفك إن كانت تالفة واستبدالها بجديدة

س: اذكر سبب فتح القفل أو الزرافيل وغلقه مرات عدة بعد التزيت

ج: وذلك ليتوزع الزيت ويدخل بين الأجزاء المتحركة مما يقلل الاحتكاك ويجعل القفل أو الزرافيل سهل الحركة

الوحدة الرابعة: المنزل الصحي

الدرس الأول: المنزل الصحي ومواصفاته

س: ما تعريف المنزل؟

ج: هو المكان الذي يخلد فيه الإنسان إلى الراحة بعد عناء العمل وواجبات الحياة المختلفة

س: اذكر أهمية المنزل للإنسان؟

ج: ١- يقيه من العوامل الطبيعية والبيئية ٢- يوفر له الاحتياجات الحياتية الضرورية

س: اذكر مواصفات المنزل الصحي (أو العوامل المؤثرة في مواصفات المنزل الصحي)

ج: ١- البيئة الاجتماعية الصالحة ٢- توافر متطلبات الأمن والسلامة ٣- الموقع المناسب

س: ما تعريف البيئة الاجتماعية؟

ج: هي إطار العلاقات الذي يحدد طبيعة الإنسان مع غيره كأفراد وجماعات

س: وضح من الأمور التي تؤثر في اختيار المسكن: البيئة الاجتماعية

ج: يجب أن يكون المسكن في بيئة اجتماعية مناسبة خالية من المشكلات كالجرائم والتسول ليتحقق الهدوء والاستقرار

س: ما الشروط الواجب توافرها لتحقيق الصحة والسلامة في المنزل الصحي؟

ج: ١- توافر نوافذ وأبواب سهلة الفتح والإغلاق

٢- الاهتمام بتهوية المنزل عن طريق النوافذ وخاصة في الحمام والمطبخ

٣- توافر حواجز حماية للأدراج والسطوح وشبك للنوافذ

٤- إغلاق الآبار الأرضية والحفر الامتصاصية إغلاقاً محكماً بأغطية قوية

٥- توافر تمديدات كهربائية آمنة

٦- توافر إضاءة طبيعية كافية

٧- وجود إنارة جيدة في الأدراج والممرات

تنبيه: يفضل أن تكون أرضيات وجدران المطابخ والحمامات مصنوعة من مواد سهلة التنظيف كالبورسلان والسيراميك

س: ما الشروط الواجب توافرها في موقع المنزل الصحي؟

ج: ١- توافر البنية التحتية كالماء والكهرباء والطرق والصرف الصحي

٢- توافر الخدمات كالمراكز الصحية والمدارس والاسواق

٣- يكون المنزل في منطقة هادئة بعيداً عن الضوضاء

٤- البعد عن التجمعات المائية الخطرة والأماكن الصناعية الملوثة بالأتربة والدخان ومكببات النفايات

س: ما المقصود بالبنية التحتية؟ أو ماذا تشمل البنية التحتية؟

ج: تشمل المنشآت والخدمات والتجهيزات الأساسية التي يحتاج لها المجتمع مثل خدمات الماء والكهرباء والطرق والصرف الصحي ووسائل المواصلات والبريد وغيره

س: وضع النتائج الصحية المحتملة للسكن في بيت رديء التهوية ولا تدخله الشمس

ج: ١- أمراض الجهاز التنفسي والأمراض الجلدية نتيجة تراكم الجراثيم في المنزل

٢- وجود الرطوبة والعفونة في المنزل

٣- تجمع بعض الحشرات في الأماكن الرطبة

٤- تقشر طلاء الجدران نتيجة الرطوبة

س: وضع كيفية التغلب على رائحة الطعام داخل المطبخ

ج: عن طريق التهوية الجيدة داخل المطبخ والمنزل بتوفر النوافذ اللازمة لتحديد الهواء

س: قارن بين المنزل الصحي وغير الصحي من ناحية الإضاءة والحماية والتهوية

وجه المقارنة	المنزل الصحي	المنزل غير الصحي
الحماية	- توجد حماية على الآبار والحفر الامتصاصية - يوجد شبك على النوافذ وحواجز حماية على الأدراج والسطوح - أبواب سهلة الفتح والإغلاق	- لا توجد حماية على الآبار والحفر الامتصاصية - لا يوجد شبك على النوافذ ولا حواجز حماية على الأدراج والسطوح - أبواب صعبة الفتح والإغلاق
الإضاءة أو الإنارة	- إضاءة طبيعية كافية (أشعة الشمس) - إنارة جيدة في الأدراج والممرات	- إضاءة غير كافية من أشعة الشمس أو لا تدخله أشعة الشمس - عدم توفر إنارة جيدة في الأدراج والممرات
التهوية	- تهوية جيدة مع عدد مناسب من النوافذ	- لا يوجد تهوية جيدة وقلة عدد النوافذ فيه

الدرس الثاني: نظافة المنزل ومحتوياته

س: ما المقصود بنظافة المنزل؟

ج: مجموعة من الممارسات المستمرة للحفاظ على المنزل ومحتوياته وتوفير بيئة صحية خالية من الجراثيم؟

س: ما أنواع أو أقسام أعمال التنظيف المنزلية؟ ومثال عليها

ج: ١- أعمال يومية: التخلص من القمامة وتهوية المنزل

٢- أعمال أسبوعية: ترتيب الكتب والمجلات في أماكنها المحددة

٣- أعمال فصلية: تنظيف الملابس والسجاد استعدادا لخزنها من فصل لآخر

س: اذكر العوامل التي تؤثر في وضع خطة تنظيف المنزل

- ج: ١ - عدد غرف المنزل
٢ - عدد أفراد الأسرة
٣ - إمكانيات الأسرة المادية والبشرية
٤ - رغبات أفراد الأسرة وميولهم
٥ - طريقة تأثيث المنزل

س: ما الأمور التي نراعيها في مواد وأدوات تنظيف المنزل؟

- ج: ١ - جيدة النوع ٢ - سهولة الاستعمال ٣ - تحفظ بعيدا عن متناول الأطفال

س: اذكر العوامل أو الأمور التي تضمن الحفاظ على الأجهزة الكهربائية بكفاءة عالية ولمدة أطول

- ج: ١ - وضعها في مكان مناسب على أرضية مستوية
٢ - إجراء عمليات الصيانة اللازمة لها حسب تعليمات الشركات الصانعة
٣ - الاعتناء بالثلاجة الكهربائية المنزلية عناية خاصة (تذكر النقاط في جواب السؤال التالي)

س: كيف نعتني بالثلاجة الكهربائية المنزلية للحفاظ عليها بكفاءة عالية؟

- ج: ١ - وضعها في مكان جيد التهوية بعيدا عن مصادر الحرارة وترك مسافة ١٠ سم على الأقل خلفها
٢ - استعمال منظم خاص للجهد الكهربائي للتغلب على عدم انتظام جهد المصدر الكهربائي
٣ - التقليل من فتح باب الثلاجة ما أمكن، والتحقق من أن الباب مغلق بإحكام

س: ما الأمور الواجب مراعاتها عند تنظيف الأجهزة الكهربائية؟

- ج: ١ - فصل التيار الكهربائي عن الجهاز
٢ - رفع القطع المتحركة من مكانها ووضعها جانبا
٣ - تنظيف الجهاز بإسفنج ناعمة مبللة بالماء والصابون أو مواد التنظيف الخاصة من أعلى لأسفل مع إزالة البقع
٤ - إزالة أثر الصابون أو المواد المنظفة بإسفنج مبللة بالماء ثم تنشيفه بفوطة جافة

س: لماذا يتم إشعال فرن الغاز لمدة ٥ دقائق بعد تنظيفه؟

ج: لضمان جفافه تماما وحفاظا عليها من الصدأ

س: لماذا يجب تنظيف الثلاجة المنزلية باستمرار؟

ج: للمحافظة على الغذاء المخزن فيها سليما وخاليا من الميكروبات المسببة للأمراض

س: لماذا توضع بودرة الأطفال على إطار الثلاجة الداخلي بعد انتهاء التنظيف؟

ج: للمحافظة على المطاط من التلف

س: علل يجب فصل التيار الكهربائي عن الأجهزة الكهربائية قبل تنظيفها

ج: لسلامة الأجهزة وسلامتنا من حدوث تماس كهربائي أو صدمة كهربائية أثناء التنظيف

س: علل استخدام إسفنجة ناعمة في تنظيف الأجهزة الكهربائية

ج: للمحافظة عليها أطول فترة ممكنة وحمايتها من الكشط والخدش

س: علل يجب تخفيف الأجهزة الكهربائية تماما قبل تشغيلها

ج: لسلامة الأجهزة وسلامتنا من حدوث تماس كهربائي أو صدمة كهربائية عند تشغيلها

س: علل يصعب تطبيق برنامج التنظيف نفسه للأسر جميعها

ج: لأن هناك عوامل تؤثر في ذلك منها: عدد غرف المنزل، عدد أفراد الأسرة، إمكانيات الأسرة، ميول الأفراد الخ

الوحدة الخامسة: إدارة المال

الدرس الأول: استثمار المال

س: ما تعريف استثمار المال؟

ج: هو الانتفاع به في عمل ما يعود بالنفع والربح على صاحبه

س: ما تعريف الدخل؟

ج: هو مقدار ما يحصل عليه الفرد من مال لقاء ما يقدمه من عمل أو خدمة رأس المال، أو العمل ورأس المال معا

س: اذكر مصادر الدخل (أنواع المصادر) ومثال عليها

ج: ١ - مصادر ثابتة: مثل الأجر لقاء خدمة العمل

٢ - مصادر غير ثابتة: مثل الأرباح لقاء خدمة رأس المال (أموال مستثمرة)

س: اذكر أهمية تخطيط الإنفاق

ج: ١ - تأمين مرحلة الشيخوخة وخاصة غير المشترك بالضمان الاجتماعي أو المتقاعد في سن مبكرة أو حالات

العجز المبكر أو الإعاقات أو البطالة

- ٢- مساعدة الأبناء في دراستهم وحياتهم
- ٣- توفير الاطمئنان النفسي، فالمال المدخر يعين على مواجهة أي طارئ دون اللجوء للدين
- ٤- سد احتياجات الأسرة ورفع مستواها المعيشي كامتلاك سيارة أو شقة

س: ما الأمور الواجب مراعاتها قبل التسوق؟

- ج: ١- تحديد الاحتياجات الضرورية قبل التسوق (إعداد قائمة)
- ٢- ضرورة معرفة الأسعار قبل الشراء
- ٣- الحرص على الاستفادة من المبالغ المالية كالعديدة والهدايا النقدية في الاستثمار والادخار
- ٤- الاستفادة من العروض التجارية التي تقدمها بعض الأسواق باعتدال

الدرس الثاني: الادخار

س: ما تعريف الادخار؟

ج: هو توفير جزء من دخل الأسرة وعدم إنفاقه إلا عند الضرورة القصوى

س: اذكر أنواع أو أقسام الادخار، وتعريف كل نوع (أنواع الادخار)

- ج: ١- الادخار الاختياري: وهو احتفاظ الأفراد بجزء من أموالهم الخاصة من دون إجبار أو تدخل من أحد
- ٢- الادخار الإجباري: وهو ادخار تطبقه الدولة بصورة جماعية وذلك بالاحتفاظ بجزء من مرتبات الأفراد أثناء عملهم ثم تنفقها عليهم عند الحاجة أو عند انتهاء خدماتهم (نظام التقاعد)

س: ما هي فوائد الادخار؟ (فوائد الادخار)

- ج: ١- وسيلة لتحسين مستوى المعيشة وزيادة الثروة
- ٢- وسيلة لتمويل المشروعات الاستثمارية
- ٣- يساعد على زيادة الدخل الفردي والوطني للدولة
- ٤- يساهم في سد الاحتياجات الطارئة دون اللجوء إلى الاقتراض
- ٥- يساهم في زيادة التكافل والتعارف

س: ما هي العوامل التي تساعد الفرد على الادخار؟ (عوامل الادخار)

- ج: ١- مستوى دخل الفرد، كلما ارتفع الدخل زادت القدرة على الادخار
- ٢- التخطيط لمواجهة الأزمات كالفقر والمرض
- ٣- الرغبة في تحسين مستوى المعيشة والاستمتاع بدخل أكبر في المستقبل
- ٤- الرغبة لشراء الاحتياجات ذات التكاليف العالية مثل السيارة

س: ما تعريف الإيرادات؟ ومثال عليها

ج: هي ما يحصل عليه الفرد من أموال، مثل المصروف الشخصي، العيدية، الهدايا، أو أجر عمل قام به

س: ما تعريف المصروفات (النفقات الشخصية)؟

ج: هي المبالغ التي تدفعها إلى غيرك للحصول على سلع أو خدمات

الوحدة السادسة: الأطعمة الشعبية

الدرس الأول: إعداد الأطعمة الشعبية

س: اذكر أشهر المأكولات الشعبية الأردنية، مع نبذة عنها ومكوناتها

ج: ١- المنسف: الأكلة الشعبية الأردنية الأولى في القرى والبادية والمدينة ويقدم في الوجبات اليومية والمناسبات

مكوناته: الحميد، اللبن، اللحم، الأرز، السمن، ويزين بالمكسرات

٢- المسخن: أشهر الأطباق الشعبية في الأردن والشام، يمتاز بالبساطة واللذة

مكوناته: خبز الطابون، الدجاج، البصل المفروم، زيت الزيتون، السماق، ويزين باللوز أو الصنوبر

٣- المقلوبة: طبق منتشر في الأردن لتوافر مكوناته طوال العام ولأنه محبوب للناس

مكوناتها: اللحم أو الدجاج، الخضراوات كالزهرة والباذنجان والبطاطا، الأرز، ويزين بالمكسرات

٤- المجدرة: أكلة شعبية مشهورة في الأردن والشام وبسيطة المكونات

مكوناتها: العدس والأرز، البصل وزيت الزيتون/ بهار الكمون

س: ما هي القيمة الغذائية لطبق المجدرة؟

ج: ١- وجبة غنية بالبروتين النباتي الموجود في العدس

٢- والكربوهيدرات الموجودة في الأرز

٣- والدهون في زيت الزيتون

٤- والألياف والأملاح المعدنية كالفسفور والكالسيوم المتوفر في العدس والبصل

س: كيف نزيد القيمة الغذائية لطبق المجدرة؟

ج: بتقديم اللبن والسلطة إلى جانب المجدرة

س: لماذا يفضل تناول المأكولات الشعبية بدلا من المأكولات الجاهزة؟

ج: لأنها تحتوي عناصر غذائية ولضمان جودتها وفائدتها الصحية

س: ما أهمية المحافظة على تناول المأكولات الشعبية؟

ج: ١- للحفاظ على التراث والعادات ٢- ولأنها مأكولات غنية بالعناصر الغذائية