الأستاذ شريفي محمد – متوسطة الاخوة بوفجلين الحسانية –عين الدفلى

الدرس 26

الميدان الاول: الانسان و الصحة

المقطع 04 : الاطراح عند الانسان.

المورد : تعريف الاطراح.

- القواعد الصحية للاطراح.-

1 وضعية تعلم الموارد :

تتعرض أجهزة الاطراح الى مشاكل تؤدي الى عجزها عن أداء عملها الطبيعي و بالتالي الى اصابة الشخص بأمراض مختلفة.

المشكل :

كيف نحافظ على سلامة أجهزة الاطراح؟

الفرضيات :

- التبول عند الشعور بالحاجة, ممارسة الرياضة, التغذية المتوازنة.

النشاطات :

- التعرف على القواعد الصحية للاطراح من خلال تحليل وثائق معروضة بجهاز الدتاشو.

النتائج :

- القواعد الصحية للاطراح :

لكي نحافظ على سلامة و صحة أجهزتنا الاطراحية يجب علينا اتباع النصائح التالية

- التغذية المتوازنة تجنب الاكثار من الأغذية التي تحتوي على كميات كبيرة من البروتينات.

- طرح البول عند الشعور بالحاجة.

- الامتناع عنى التدخين و كل أشكال المخدرات و المشروبات الكحولية.

- ممارسة الرياضة تنشط أجهزة الجسم.

- نظافة الجسم لتسهيل طرح العرق.

ارساء الموارد

- الاطراح هو تخليص الجسم من الفضلات السامة و ذلك عن طريق البول و العرق بواسطة أجهزة الاطراح المتمثلة في الجهاز البولي و الجلد.

- تتطلب سلامة أجهزة الاطراح اتباع مجموعة من القواعد الصحية.

تقويم الموارد :

* أذكر ثلاثة نصائح للحفاظ على سلامة أجهزة الاطراح .

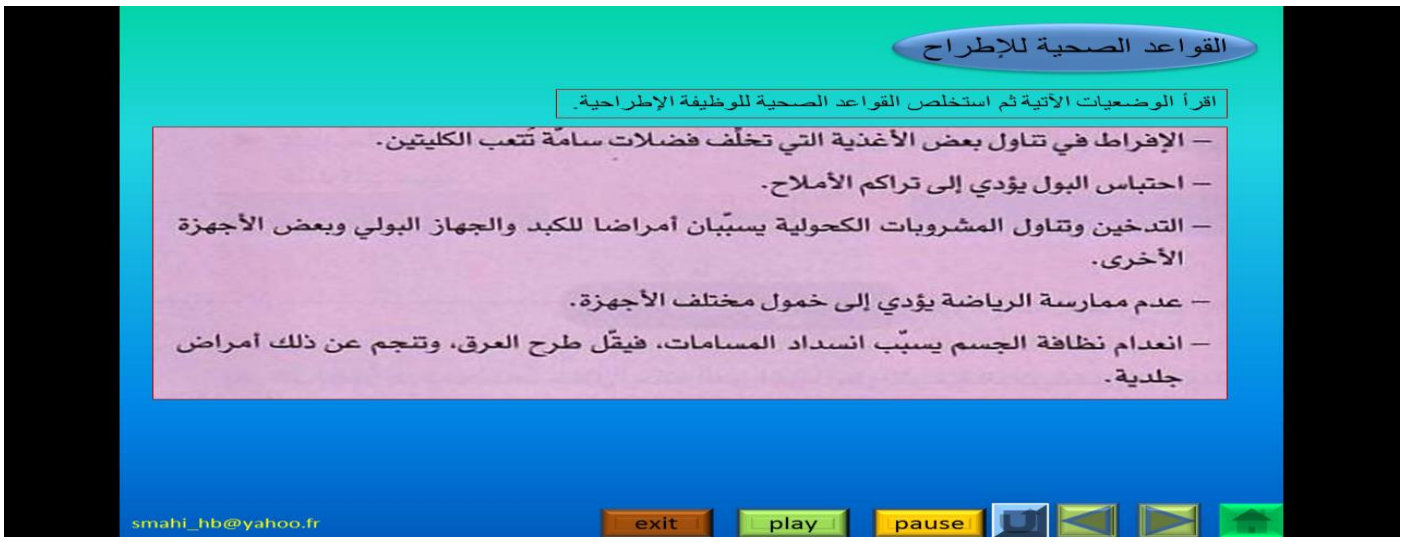
الحل :

1- نظافة الجسم لتسهيل طرح العرق. 2- ممارسة الرياضة. 3- طرح البول عند الشعور بالحاجة.

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com

najah213.com · نجاح 213







فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com