



النشاط العلمي السادس إبتدائي

الحصة 2-3 : وقاية الجهاز العصبي

Séance 2-3 : Protection du système nerveux

الأستاذ : بحسينة نجيب

الفهرس

I- الملاحظات

II- الأنشطة

1- نشاط 1

2- نشاط 2

III- ملخص الدرس

IV- التمارين التطبيقية

1- تمرين 1

2- تمرين 2

I- الملاحظات

أصيب أخ ليلى باضطراب في النوم وفقدان الشهية وتأثير لائفه الأسماك، مما جعل أبوه يأخذها إلى الطبيب، الذي فحصه وأخبره أن جهازه العصبي مرهق.

II- الأنشطة

1- نشاط 1

أحلل هذه الوثائق :

1- يؤدي استعمال الشاشات الإلكترونية لساعات طويلة إلى تلف أدمغة الأطفال والتوتر وانخفاض في التركيز
وحدة الإبصار :



1

2- يؤدي تعرُّض حاسة السمع للضجيج المتواصل إلى انخفاض في قدرة السمع والتعب والتوتر وانخفاض في التركيز :



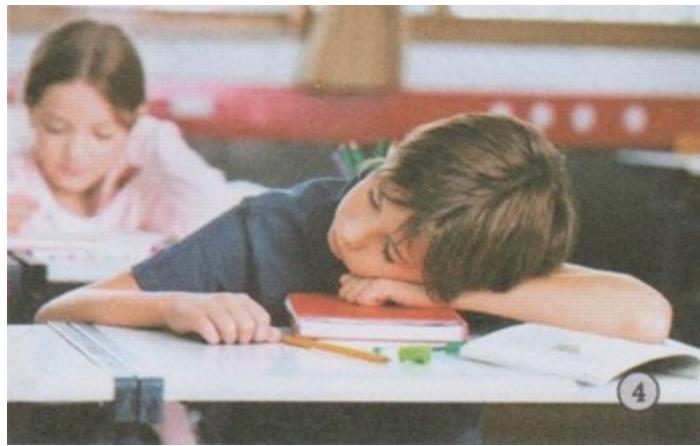
2

3- يؤدي التدخين إلى انخفاض حدة الإبصار وانخفاض الشهية وظهور ارتعاشات :



3

4- تؤدي قلة النوم إلى ارتفاع الضغط والاكتئاب وفقدان الذاكرة، والغضب والقلق والحد من قدرة التفكير والنوبة القلبية، وتؤثر على وظيفة الدماغ :



2- نشاط

1- أستخرج من الجدول أخطار تناول المخدرات على سلامة الجهاز العصبي، اعتماداً على النتائج الواردة فيه :

النتائج المحتملة بسبب استعمالها	المخدرات
<ul style="list-style-type: none"> • الغفوة • اضطراب في تقدير المسافات 	الحشيش
<ul style="list-style-type: none"> • انهيار عصبي • ألم شديد عند غياب المخدر • إدمان 	المورفين والهيروين
<ul style="list-style-type: none"> • اضطرابات عقلية خطيرة • شعور بالاضطهاد • انطواء على الذات 	L.S.D drogue hallucinogène puissante
<ul style="list-style-type: none"> • توتر مع قلق وهيجان • عدم تمييز مستخدم المخدر بين العناصر المحيطة به • فقدان للإحساس • ارتكاب أفعال إجرامية 	حبوب الهلوسة

2- أقترح بعض الإجراءات للحد من مخاطر استعمال المخدرات

III- ملخص الدرس

يتدخل الجهاز العصبي في مختلف وظائف الجسم، لذا يجب المحافظة عليه، وذلك بتجنب كل ما يهدد صحته وسلامته (الخمر، المخدرات، الضجيج، التدخين، قلة النوم...) مع تغذية متوازنة وتمارين رياضية منتظمة.

Le système nerveux commande tout le fonctionnement du corps, pour cela il faut le protéger en évitant tout ce qui le met en danger, en plus d'une alimentation équilibrée et du sport



5

IV- التمارين التطبيقية

1-4 / تمرين 1

أذكر بعض العوامل التي تؤثر سلباً على الجهاز العصبي.



6

أبين لماذا تجب المحافظة على الجهاز العصبي.