النشاط العلمي سادس إبتدائي

الحصة 2-3 : وقاية الجهاز العصبي
Séance 2-3 : Protection du système nerveux

الأستاذ : بحسينة نجيب

الفهرس

I- الملاحظات
II- الأنشطة
2-1/ نشاط 1
2-2/ نشاط 2
III- ملخص الدرس
IV- التمارين التطبيقية
4-1/ تمرين 1
4-2/ تمرين 2

I- الملاحظات

أصيب أخ ليلى باضطراب في النوم وفقدان الشهية وتأثر لأتفه الأسباب، مما جعل أباه يأخذه إلى الطبيب، الذي فحصه وأخبره أن جهازه العصبي مرهق.

II- الأنشطة

2-1/ نشاط 1

أحلل هذه الوثائق :

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



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



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



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



2-2/ نشاط

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

المخدرات	النتائج المحتملة بسبب استعمالها
الحشيش	• الغفوة • اضطراب في تقدير المسافات
المورفين والهيروين	• انهيار عصبي • ألم شديد عند غياب المخدر • إدمان
L.S.D drogue hallucinogène puissante	• اضطرابات عقلية خطيرة • شعور بالاضطهاد • انطواء على الذات
حبوب الهلوسة	• توتر مع قلق وهيجان • عدم تمييز مستخدم المخدر بين العناصر المحيطة به • فقدان للإحساس • ارتكاب أفعال إجرامية

2- أقترح بعض الإجراءات للحد من مخاطر استعمال المخدرات

III- ملخص الدرس

يتدخل الجهاز العصبي في مختلف وظائف الجسم، لذا تجب 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



IV- التمارين التطبيقية

1-4/ تمرين 1

أذكر بعض العوامل التي تؤثر سلباً على الجهاز العصبي.

2-4/ تمرين 2

أبين لماذا تجب المحافظة على الجهاز العصبي.

