

مهارات حياتية الوقاية الصحية داخل المنزل



تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الأول المتوسط ← تربية أسرية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 08:57:23 2026-04-06

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب الاختبارات الكترونية الاختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
تربية أسرية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول المتوسط



صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الأول المتوسط والمادة تربية أسرية في الفصل الثاني

بوربوينت الوحدة الأولى الوعي الصحي اللياقة البدنية التوعية الصحية

1

بوربوينت درس اللياقة البدنية النشاط البدني

2

عادات غذائية في المجتمع السعودي التمييز بين العادات الصحية وغير الصحية

3

وحدة الأمن والسلامة في المنزل

4

الوحدة الثالثة الإهتمام بالمزروعات

5



الوقاية الصحية داخل المنزل

المهارات الحياتية - الأول متوسط

المفاهيم الرئيسية :

الوقاية الصحية
التهوية
النفايات



تخيل معي

بعد عناء يوم دراسي ألي الغرقتين
تفضل العودة له ؟



هل تتوقع أن لنظافة المنزل تأثير على النفسية ؟

هل تذكر حديثنا
على النظافة ؟

" طهروا أنفسكم "

فكر في أي الظروف يحتاج المنزل إلى التنظيف
والتعقيم معاً ؟

عند إنتشار الفيروسات والأمراض المعدية ،
بالإضافة الى فترات انتقال المواسم



هل التعقيم هو نفس التنظيف ؟ ما الفرق ؟



إزالة الأوساخ
والجراثيم الموجودة
على الأسطح

التنظيف

تطهير الأسطح
للقضاء على الجراثيم
والعدوى

التعقيم

ماهي أهم الغرف التي تحتاج للوقاية الصحية داخل المنزل ؟

- الوقاية داخل غرف المنزل
- الوقاية داخل المطبخ
- الوقاية داخل دورات المياه





لو كان المنزل الذي تسكنه متسخ ، ما هي الأمراض التي قد تصاب بها ؟

النشاط ١ الصفحة ٢٠



- أمراض الصدر والربو.
- أمراض جلدية وحساسية.
- إكتئاب وضيق .

أولاً \ الوقاية داخل غرف المنزل :

- تنظيف الارضيات والاسطح .
- ج .
- تعطير الغرف .
- تهوية الغرف .
- غسل المفارش .
- التخلص من النفايات .





لنقرأ القصة ونحدد
التصرفات الجيدة
والتصرفات
الخاطئة

- إهمال تنظيف الغرف .
- عدم تجديد الهواء .
- عدم تنظيف الأسطح .

- الذهاب للطبيب عند
ملاحظة وجود مشكلة .
- ادراك أهمية النظافة .

- عدم وضع الملابس
المتسخة في مكانها .
- ممارسة الرياضة في
الغرفة .

- المحافظة على الصحة .
- تربية البناء على تحمل
المسؤولية .

النشاط ٢ الصفحة ٢١

ما الرابط بين الصور ؟

ما دورك الآن في المنزل ؟

ضرورة تربية الأبناء على تحمل مسؤولية
وتأدية المهام الموكلة لهم .



ثانياً \ إرشادات الوقاية داخل المطبخ :

لنقرأ سوياً في الصفحة ٢٢



بعض إرشادات التسوق :

- الإسراع بنقل المنتجات الغذائية الى المنزل .
- تجنب ملء الثلاجة بالمواد الغذائية .
- غسل الخضروات والفواكه جيداً قبل تخزينها .



صنف محتويات المطبخ



النشاط ٣ الصفحة ٢٣

ثالثاً \ الوقاية داخل دورات المياة :



