

تم التحميل من مجتمع اخصائى المكتبات

<https://librarians.me>

زوروا موقعنا لمتابعة كل جديد  
فى مجال المكتبات

ويمكنكم تحميل التطبيق الخاص بنا



(( جروب المهارات المهنية للجميع ))

وزارة التربية والتعليم  
والتعليم الفني



# دفتر تحضير المهارات المهنية 2023-2024

الصف السادس الابتدائي  
الفصل الدراسي الثاني

إعداد مستر / مدحت محمد نجيب

(( جروب المهارات المهنية للجميع ))

(( جروب المهارات المهنية للجميع ))



(( جروب المهارات المهنية للجميع ))

جدول الحصص

ملاحظات	الرابعة		الثالثة		الثانية		الأولى		الفترة اليوم
									السبت
									الأحد
									الاثنين
									الثلاثاء
									الأربعاء
									الخميس

يعتمد، مدير المدرسة

موجه المادة

مدرس المادة

جدول الحصص

ملاحظات	الرابعة		الثالثة		الثانية		الأولى		الفترة اليوم
									السبت
									الأحد
									الاثنين
									الثلاثاء
									الأربعاء
									الخميس

يعتمد، مدير المدرسة

موجه المادة

مدرس المادة



توزيع منهج المهارات المهنية للصف السادس الابتدائي  
الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2023 / 2024 م

المحتوى العلمي	الشهر	المحور	
الدرس الاول: السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية الدرس الثاني: إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة الدرس الثالث: المربى الدرس الرابع: اللبن الزبادى	فبراير 2024	المحور الثالث: الصحة والسلامة للجميع	
الدرس الخامس: المشروبات الصحية بديلة للمشروبات غير الصحية الدرس السادس: الوجبات السريعة الدرس السابع: البدائل الصحية للوجبات السريعة الدرس الثامن: الترويج للسياحة عبر المسرح الدرس التاسع: شخصيات مصرية مؤثرة: السيدة صفية زغول الدرس العاشر: المستكشف النشط: السيدة روزم مورتون	مارس 2024		
مراجعة على المحور الثالث			
الدرس الأول: تطوير مهارات الأعمال الدرس الثاني: فن تنسيق الأزهار الدرس الثالث: فن التطريز وإعادة التدوير للملابس الدرس الرابع: صنع (فانوس)	ابريل 2024		
الدرس الخامس: الترويج لابتكاراتك الدرس السادس: شخصيات مصرية مؤثرة الدكتور / أحمد مستجير الدرس السابع: المستكشف النشط: السيدة ربيكا هوى مراجعة على المحور الرابع	مايو 2024		
			المحور الرابع: الرؤية الفنية للعالم

مدير المدرسة

موجه المادة /

مدرس المادة /

### المحور الثالث

اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

#### موضوع الدرس

#### الدرس الأول

### السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية

**الأهداف :-** في نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أعدد كيفية الاعتناء بشخص مصاب بحروق من الدرجة الاولى .
- أشرح كيفية تقديم الإسعافات الأولية لشخص مصاب بصدمه كهربائية أو حرق .
- أنتج فيديو أو عرضاً تقديمياً للتوعية بالإسعافات الأولية لعلاج الحروق أو الصدمات الكهربائية .

استخدام استراتيجية العصف الذهني

هل سبق لك أن أصبت بحروق أو بحروق أشعة الشمس ؟ وكيف عالجتها ؟

لنتعلم - أنواع الحروق

( استخدام استراتيجية التعلم التعاوني )

#### ( أنواع الحروق )

- من أجل تجنب الإصابة بالحروق يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة وتوعية الآخرين بها بما تتطلبه من اسعافات اولية مناسبة حروق ناتجة عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربى . وتنقسم درجة الحروق الى ثلاث اقسام هما :
- حروق الدرجة الاولى : فيها تتأثر الطبقة الخارجية من الجلد ( طبقة البشرة ) .
  - حروق الدرجة الثانية : فيها تؤثر على الطبقة الخارجية ( البشرة ) والطبقة الثانية من الجلد ( الأدمة ) وتكون أكثر إيلاًماً .
  - حروق الدرجة الثالثة : فيها يتم تدمير جميع طبقات الجلد وتعتبر الأشد خطورة وتتطلب العلاج في المستشفى .
- يجب الاتصال بالإسعاف على رقم **123** في حالات الحروق من الدرجة الثانية الكبيرة او من حالات حروق الدرجة الثالثة .

• الإسعافات الاولية لعلاج الحروق البسيطة من الدرجة الاولى :

1. عدم لمس منطقة الحرق كذلك عدم استخدام معجون الاسنان أو الليمون .
2. دهان المكان المصاب برفق بكريم أو مرهم الحروق .
3. تغطية المنطقة المصابة بشاش معقم خاص بالحروق .

• الإسعافات الأولية في حالات الصدمات الكهربائية :

- يجب وضع مرهم أو كريم الحروق على الجزء المصاب ثم نقل المصاب الى المستشفى . حتى لا تتسبب الحروق الكهربائية الى أضرار داخلية بجسم المصاب .
1. أي نوع من الحروق يصيب الطبقة العليا من الجلد فقط ؟ .
  2. من هم أصحاب المهن الأكثر عرضة للإصابة بالحروق أو الصدمات الكهربائية أثناء عملهم ؟
  3. أذكر طريقة إنعاش قلبي رئوي لشخص تعرض لصدمة كهربائية ؟

مستوى النتائج ( تقديرات الطلاب )

جيد جداً	جيد	بحاجه الى جهد أكبر

مدرس المادة /

## (( جروب المهارات المهنية للجميع ))

اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

موضوع الدرس

الدرس الثاني

### إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة

**الأهداف :-** في نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أحدد مخاطر أعمال السباكة .
- أشرح احتياطات السلامة التي يجب أن يتبعها السباكون .
- أطبق احتياطات السلامة المهنية أثناء أداء أعمال السباكة .

استخدام استراتيجية العصف الذهني

ما المخاطر التي تواجه السباكون خلال عملهم ؟ وكيف لهم أن يتجنبوا الإصابات ؟ أعط بعض الأمثلة .  
لنتعلم - السلامة في العمل

(استخدام استراتيجية التعلم التعاوني)

تعدد احتياطات السلامة المهنية التي يتبعها السباكون أثناء العمل :

- ترتيب اماكن العمل تقلل من مخاطر التعثر بالأدوات والعدد الحاده .
- ارتداء السباكون للأقنعة والقفازات والنظارات الواقية لحمايتهم من المواد الخطرة والمياه الساخنة وحماية العينين من تناثر السوائل وتساقط الحطام وكذلك تساعدهم الأقنعة في تجنب استنشاق الغبار والابخرة وتسهم كل تلك الاحتياطات لحماية السباكين من الإصابات والأمراض .
- عند ارتداء السباكين لأحذية السلامة تمنعهم من التعرض للانزلاق و إصابتهم من الأدوات والعدد والقطع المتناثرة .
- السلامة عند استخدام سلالم أو سقالات مناسبة لتجنب السقوط .
- الحرص اثناء استخدام العدد الكهربائية حتى لا تتبلل أسلاك هذه العدد للوقاية من خطر الصدمات الكهربائية .
- ارتداء الخوذات الواقية الصلبة ضروري في المواقع الصناعية .

أجب :

1. ما المخاطر التي قد تهدد سلامة الأشخاص في مواقع عمل السباكة ؟
2. أذكر سبب لارتداء عمال السباكة للأقنعة أثناء عملهم ؟
3. اذكر بعض طرق الامان عند استخدام السباكين للعدد الكهربائية اثناء العمل بجوار المياه .

مستوى النتائج (تقديرات الطلاب)

بحاجة الى جهد أكبر	جيد	جيد جداً

مدرس المادة /

## (( جروب المهارات المهنية للجميع ))

اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

### موضوع الدرس الدرس الثالث

### المربي

**الأهداف :-** في نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أحدد القيمة الغذائية للمربي .
- أشرح كيفية صناعة المربي مع مراعاة احتياطات السلامة الأساسية .
- أقترح حلولاً للمشكلات التي قد تحدث أثناء عملية صناعة المربي .

( استخدام استراتيجية العصف الذهني )

تعود بدايات المربي إلى 1500 عام . في رأيك ما الذي دفع الناس إلى صنع المربي ؟ وأي النكهات تفضل ؟  
( استخدام استراتيجية التعلم التعاوني )

لنتعلم - ما المربي ؟ وكيف تصنع ؟

( المربي )

المربي هي خليط مكون من ثمار الفاكهة أو الخضراوات ومضاف إليه السكر . وحامض الستريك ( ملح الليمون ) ومطهية على درجة حرارة 105 درجة مئوية . حتى يتماسك قوامها .

وتعتبر المربي مصدراً جيداً للفيتامينات والأملاح المعدنية . وتحتوي المربي على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها .

الخطوات الأساسية لصنع المربي

تتكون من :- أدوات ومكونات

الأدوات :-

- @ سكين ولوح تقطيع .
- @ أناء كبير لطهي المربي .
- @ برطمانات زجاجية بأغطية للتعليب .
- @ ملعقة تقليب . @ أداة لرفع البرطمان .

المكونات :-

@ فاكهة طازجة @ سكر @ اليكتين لتماسك قوام المربي @ حامض الستريك لحفظ المربي (5 جم لكل كيلو سكر مضاف إلى المربي) .

تحضير المكونات :- غسل الفاكهة جيداً وتقطيعها وإزالة الأجزاء غير الصالحة للأكل ثم تحديد كمية السكر التي نحتاج إليها .

خط المكونات وطهيها :- نضع الفاكهة والسكر في إناء ويقلب الخليط على نار هادئة للطهي ويضاف حمض الستريك إلى القليل من الماء الدافئ ويقلب الخليط مره أخرى حتى تصبح المربي جاهزة .

تحضير البرطمانات والأغطية :- تعقيم البرطمانات جيداً في إناء وغمرها بالماء ثم إخراجها من الماء وكذلك يجب تعقيم الأغطية جيداً.

التعليب :- تعبأ المربي وهي ساخنة في البرطمانات وتترك حتى تبرد ثم تغلق بأحكام .

أجب :

1. ماهي خطوات صناعة المربي ؟

2. ما المخاطر التي قد تواجهك خلال عملية صنع المربي ؟

3. ما الذي يجب عليك فعله لتجنب الحروق وغيرها من الإصابات ؟

مستوى النتائج (تقديرات الطلاب)

جيد جداً	جيد	بحاجة الى جهد أكبر

مدرس المادة /



اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

موضوع الدرس

الدرس الرابع

اللبن الزبادى

الأهداف :- فى نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أعدد كيفية صناعة اللبن الزبادى بطريقة صحيحة .
  - أقترح حلولاً للمشكلات الى قد توجهني أثناء صناعة اللبن الزبادى .
  - أصنع اللبن الزبادى وأخطط لحملة ترويجية لمشروع ما .
- ( استخدام استراتيجية العصف الذهنى )  
متى تأكل الزبادى ؟ ما بعض الطرق المختلفة لتقديم الزبادى ؟  
لنتعلم - كيفية صناعة اللبن الزبادى  
( استخدام استراتيجية التعلم التعاونى )
- ( كيفية صناعة اللبن الزبادى )

اللبن الزبادى من الوجبات الخفيفة التى نتناولها على الفطار أو العشاء فهو مصدراً جيداً للكالسيوم والبروتين .  
فهو لبن متخمّر بأنواع من بكتيريا حامض اللاكتيك وهى مفيدة للجهاز الهضمى .

طريقة عمل اللبن الزبادى

1. التسخين :- يتم تسخين اللبن لمدة عشر دقائق على درجة 90 درجة مئوية لقتل الميكروبات الضارة وتحسين القوام النهائى .
  2. التبريد :- يبرد اللبن بسرعة حتى تصل حرارته إلى 40 درجة مئوية وهى الدرجة المناسبة لنمو البكتريا المفيدة ( الصحية ) .
  3. إضافة بادئات التخمر :- وهى زبادى تم صنعها من يوم سابق ويتم الإضافة بمقدار 2 ملعقة صغيرة لكل كيلو جرام لبن .
  4. التحضير :- يتم فيه حفظ الخليط فى درجة حرارة تتراوح ما بين 40 إلى 45 درجة مئوية لمدة 4 - 8 ساعات وفى خلال تلك المدة يتحول سكر اللبن إلى حامض اللاكتيك بفعل البكتريا وهو ما يعطى الزبادى ويمنحه قوامه السميك .
- المشكلات التى تحدث أثناء عملية صنع الزبادى :-

@ طعم الزبادى لاذع جداً أو حمضى . ج - استغرقت فترة التحضير وقتاً طويلاً .

@ الزبادى قوامه غير متماسك . ج - انخفاض درجة حرارة التحضير عن أقل من 40 - 45 درجة مئوية .

@ تشريش الزبادى ( ظهور الشرش على السطح ) . ج - ارتفاع درجة حراره التحضير وطول مدة التحضير .

أجب :

1. أذكر أسباب عدم تماسك قوام الزبادى ؟
2. لماذا يخمر الناس الأطعمة ؟
3. ماهى بادئات التخمر وما فائدتها فى صنع الزبادى ؟

مستوى النتائج ( تقديرات الطلاب )

جيد جداً	جيد	بحاجه الى جهد أكبر

مدرس المادة /

## (( جروب المهارات المهنية للجميع ))

اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

موضوع الدرس

الدرس الخامس

### المشروبات الصحية بديل للمشروبات غير الصحية

الأهداف :- في نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أشرح المخاطر الصحية للمشروبات الغازية .
- أقترح بدائل للمشروبات الغازية .
- أسلط الضوء على أهمية التنقيف الصحي والغذائي للوقاية من سوء التغذية وغيرها من الأمراض .

( استخدام استراتيجية العصف الذهني )

ماذا تحب أن تشرب عندما تشعر بالعطش ؟ في رأيك . إلام تعود شهرة المشروبات الغازية ؟  
كم مرة تشربها ؟

لنتعلم - الآثار السلبية للمشروبات الغازية .

( استخدام استراتيجية التعلم التعاوني )

( الآثار السلبية للمشروبات الغازية )

تتسبب كثرة السكريات الموجودة في المشروبات الغازية لمشكلات صحية للإنسان منها :-

- زيادة الوزن ورفع مستويات السكر في الدم وكذلك ارتفاع ضغط الدم فضلاً عن زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان .
- ولذلك تعتبر المشروبات الغازية ليست خياراً صحياً . لأن المواد الكيميائية الموجودة داخل المشروبات الغازية التي تجعلها ملونة وتطيل مدة صلاحيتها ليست جيدة لجهازك الهضمي، فهذه المواد الكيميائية ستقضي على البكتيريا المعوية، وتضر بجدار الأمعاء مما يؤدي إلى تسرب الأمعاء، وتخلق ظروفاً تتكاثر فيها الخلايا السرطانية مع إضعاف جهاز المناعة لديك .
- ولذلك يجب التفكير جيداً في مشروبات صحية لتكون بديلاً للمشروبات الغازية مثل شرب الماء أو عصير الفاكهة الطبيعي وغيرهم .

أجب :

1. أذكر بعض الأمراض التي تتسبب في كثرة شرب المياه الغازية ؟

2. في رأيك ما السبب الأكثر إقناعاً للتقليل من تناول المشروبات الغازية ؟

3. أذكر بعض البدائل للمشروبات الغازية ؟

مستوى النتائج ( تقديرات الطلاب )

جيد جداً	جيد	بحاجة الى جهد أكبر

مدرس المادة /

## (( جروب المهارات المهنية للجميع ))

اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	اليوم	التاريخ	الفصل	الفترة	ملاحظات

موضوع الدرس

الدرس السادس

### الوجبات السريعة

الأهداف :- فى نهاية الموضوع يكون الطالب قادراً على أن :-

- أحدد بعض المخاطر الصحية المترتبة على تناول الوجبات السريعة .
- أميز بين القيمة الغذائية للوجبات السريعة والوجبات الصحية المنزلية .
- أعد مناظرة حول استهلاك الوجبات السريعة ما بين مؤيد ومعارض .
- ( استخدام استراتيجية العصف الذهنى )  
ما مقدار تناولك للوجبات السريعة ما رأيك في ذلك ؟  
لنتعلم - الماضى الجميل .
- ( استخدام استراتيجية التعلم التعاونى )  
• ( الماضى الجميل )

من الوجبات المفضلة لبعض الاشخاص والتي تراعى الاحتياجات الغذائية لكل مراحل العمر . ( الكبد الإسكندراني ) التي تقدم مع الفلفل الملون فهي تعتبر وجبة لذيذة وصحية لان الكبد يعد مصدراً غنياً بالبروتين والحديد وكذلك الفيتامين B2 والفيتامين B12 والفيتامين A والفلفل عنى بالفيتامينات C-E-A-K1 وحمض الفوليك والبوتاسيوم .

- ( الوقت الحاضر )  
يفضل العديد من الشباب طلب الوجبات السريعة الجاهزة بدلا من الاستمتاع بوجبات صحية معدة في المنزل .
- بعض الأسباب التي أدت إلى زيادة الإقبال على الوجبات السريعة

@ كثرة الأكشاك والمطاعم المقدمة للوجبات السريعة والتي تقدم الوجبات بتكلفة مناسبة .  
@ ظروف العمل الصعبة تجعلها ملائمة للأفراد لتناولها في مكان عملهم لتمدهم بالطاقة .  
@ الطعم الرائع والروائح الجذابة @ التحضير السريع للوجبة @ كثرة الإعلانات عن الوجبات السريعة وكبر حجمها في الاعلان.  
أضرار الوجبات السريعة :-

• تحتوى الوجبات السريعة على نسب عالية من السكر والدهون والكربوهيدرات وتفتقر إلى الألياف والفيتامينات والمعادن الأساسية ولأن كثرة تناول هذه الأطعمة يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن وسوء التغذية وكذلك ارتفاع نسبة مرضى السكرى من النوع الثانى وضغط الدم وامراض الكبد الدهنى وكذلك امراض مثل فقر الدم الناتج عن نقص الحديد . وبعض الاطفال يعانون من تأخر النمو وسوء التغذية بسبب الوجبات التي تفتقر إلى العناصر الغذائية اللازمة للنمو السليم للجسم .  
أجب :

1. ما مبررات تناولك للوجبات السريعة ؟
2. ما أهمية تناول الأطفال والمراهقين والبالغين للأطعمة الصحية ؟
3. أذكر بعض أضرار كثرة تناولنا للوجبات السريعة على أجسامنا ؟

### مستوى النتائج (تقديرات الطلاب)

جيد جداً	جيد	بحاجه الى جهد أكبر

مدرس المادة /