

تم التحميل من مجتمع اخصائى المكتبات

<https://librarians.me>

زوروا موقعنا لمتابعة كل جديد
فى مجال المكتبات

ويمكنكم تحميل التطبيق الخاص بنا



مذكرة

مهارات مهنية الصف

الخامس الابتدائي منهج

مارس 2024

مجاناً

المهارات المهنية

علم الحياه

إعداد أ / رشا حسن معلم أول

اقتصاد منزلي

عنوان الدرس: (الموضوع الرابع) (الشراب الطبيعي والصناعي)

مشروبات الفاكهة كالبرتقال مختلفة

- يمكن أن تكون العصائر طبيعية او صناعية :
- **العصائر الطبيعية** مصنوعة من عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر .
- أما **العصائر الصناعية** فهي مصنوعة من مادة ملونة صحية ولا تختوي علي فاكهة أو زهور طبيعية
- يضيف الناس الماء إلي العصائر لصنع الشراب في المنزل .

أنواع الشراب:

1- الشراب الطبيعي الطازج :-

- هو الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة .
- يحتوي علي أجزاء من الفاكهة .
- له مذاق الفاكهة الطازجة .

2- الشراب الطبيعي المعلب :-

- مصنوع من عصير الفاكهة والسكر والماء والمواد الحافظة .
- لونه يشبه لون الشراب الطبيعي الطازج .
- لا يحتوي على أجزاء من الفاكهة .
- مذاقه كمذاق الفاكهة ولكنه ليس طازجًا .

3- العصير الصناعي :-

- لا يحتوي علي عصير الفاكهة .
- يحتوي علي ماء وسكر ولون صناعي نكهة صناعية ومواد حافظة .
- رائحته وطعمه لا يشبهان رائحة وطعم الفاكهة الطبيعية .
- مذاقه سكري جدًا وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صاف فاتح اللون .

الشراب الصناعي من المعمل إلي الزجاج :-

- 1- تزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع .
- 2- تنقل لبيعها أو تحويلها لعصير .
- 3- تباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق .

- 4- تقوم المصانع بمعالجة العصير النقي والشراب الطبيعي أو العناصر المركزة والشراب الصناعي .

5- تصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور .

6- تتم معالجة العصائر والمشروبات المركزة بحيث يمكن تخزينها لفترة طويلة .
الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكر .

1- تزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع .

2- تنقل لبيعها أو تحولها لعصير .

3- تباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق .

4- تعصر بعض الفاكهة مباشرة وتحول إلى عصير .

بعض الملاحظات الهامة علي العصير تذكر :-

- شكلة ولونه . - قومة خفيف أم سميك .

- مذاقة سكري ام لا . - يوجد به قطع فاكهة ام لا .

أسئلة على الدرس الرابع (الشراب الطبيعي والصناعي)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- العصائر الصناعية مصنوعة من مواد ملونة غير صحية . ()
- 2- النكهات الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي . ()
- 3- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية . ()
- 4- نجد في الشراب الطبيعي المعبأ قطعًا من الفاكهة . ()
- 5- يتم إضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج . ()
- 6- العصائر الطبيعية مصنوعة من عصير الفاكهة المركز والسكر . ()
- 7- إضافة المواد الحافظة تعمل على تقليل فترة الصلاحية للشراب . ()
- 8- تعد النكهات الصناعية أرخص ثمنًا من العصير الطبيعي . ()
- 9- العصير الطبيعي يحتوي على ماء وسكر ولون صناعي . ()
- 10- يمكن صنع الشراب الطبيعي عن طريق نقع الزهور في الماء مع السكر . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الاقواس :-

- 1- الشراب مصنوع من عصير الفاكهة ولا يحتوي على أجزاء منها .
(الطبيعي الطازج - الصناعي - السيئ - الطبيعي المعب)
- 2- يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر ومواد
(حافظة - طبيعية - صلبة - لاصقة)
- 3- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي الفاكهة .
(حصاد - عصر - جمع - زراعة)
- 4- الشراب المعصور من الفاكهة مباشرةً هو الشراب
(الطبيعي المعب - الطبيعي الطازج - الصناعي - الفاسد)
- 5- تقوم بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الصناعي .
(المصانع - النوادي - المستشفيات - المدارس)
- 6- الشراب مذاقة كمذاق الفاكهة المصنوع منها ولكنه ليس طازجًا .
(الصناعي الفاتح - الطبيعي المعب - الطبيعي الطازج - الصناعي المخزن)
- 7- المشروبات تعصر مباشرةً من الفاكهة وتحتوي على أجزاء منها .
(الغازية - الصناعية المعلبة - الطبيعية المعلبة - الطبيعية الطازجة)
- 8- تعد النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير
(الصناعي - الطبيعي - الفاسد - غير الصحي)
- 9- الشراب فاتح اللون ومذاقة سكري جدًا .
(الطبيعي المعب - الطازج - الصناعي المعب - الفاسد)
- 10- إضافة المواد الحافظة تعمل على فترة الصلاحية للشراب .
(زيادة - تقليل - تقصير - توقف)

11- من أنواع عصير البرتقال

(العصائر الطبيعية – العصائر الصناعية – كلاهما)

12- مصنوع من نكهة ملونة صحية ونكهة صناعية

(اللون الصناعي – العصائر الصناعية – اللب – العصير الطبيعي)

13- مصنوع من مزج الفاكهة او عصير الفاكهة المركز او خلاصة الزهور والسكر

(العصائر الطبيعية – العصائر الصناعية – كلاهما)

أكمل :-

(الماء – الطبيعي المعب – الصناعي – سكري – الفاكهة)

- 1- الشراب لا يحتوي على أي فاكهة .
- 2- الشراب الصناعي يكون له مذاق جدًا .
- 3- لا يحتوي العصير الصناعي على أو زهور .
- 4- الشراب مذاقة مثل مذاق الفاكهة .
- 5- عند صنع الشراب في المنزل يمكن إضافة للعصائر .

صوب ما تحته خط :-

- 1- يصنع الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية . ()
- 2- يمكن إضافة الشاي إلى العصائر لصنعه في المنزل . ()
- 3- الشراب الطبيعي المعب يحتوي على أجزاء من الفاكهة . ()
- 4- يحتوي الشراب الصناعي على ماء وسكر ونكهات طبيعية . ()

عنوان الدرس: (الموضوع الخامس) (جولة داخل مصنع شراب الفاكهة)

خطوات تحضير و تجهيز الشراب الطبيعي المعلب :-

- أولاً تغسل الفاكهة جيداً .
- ترسل عبر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس الفاكهة .
- تقوم آلة متخصصة بعصر الفاكهة وتصفيتها لإزالة البذور والقشرة .
- يختبر العمال جودة العصير .
- يسخن العصير لقتل الميكروبات .
- يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة ويضاف السكر والماء .
- يخلط السكر والعصير ساخناً لتجنب أن يفصل فيما بعد .

خطوات إعداد و تجهيز الشراب الصناعي :-

- تخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر لصنع الشراب .
- يخلط الشراب بالماء .
- تقوم إحدى الآلات بتعقيم الزجاجات لقتل الميكروبات .
- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم ملؤها .
- تنتقل الزجاجات المملوءة للمكان الذي توضع فيه أغطيتها بحرص لتجنب التلوث .
- وأخيراً تعبأ المشروبات في الزجاجات وتتم هذه العملية نفسها لجميع المشروبات .

ملاحظة :-

- عند خلط السكر لابد أن يكون السائل ساخناً حتى لا يفصل فيما بعد .
- إضافة المادة الحافظة تطيل فترة صلاحيته .
- الالتزام بالتدبير الصحية أمر ضروري فقد تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمير المشروبات وفسادها .

احتياطات السلامة التي يجب على العمال اتباعها :-

- 1- يجب على العمال ارتداء غطاء الشعر والقفازات لحماية المنتج من التلوث ولحماية العمال .
- 2- تدريب العمال على كيفية تشغيل الآلات بشكل صحيح لتجنب الحوادث .
- 3- عدم ترك العصير المنسكب أو أي شيء على الأرض حتى لا يتعثر به أحد .

4- الحرص على تجنب الحروق عند استخدام الحرارة العالية .

أسئلة الدرس الخامس (جولة داخل مصنع شراب الفاكهة)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- عدم ترك العصير المنسكب على الأرض أخذ احتياطات السلامة في المصنع . ()
- 2- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصة . ()
- 3- غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضرورية لحماية المنتج . ()
- 4- إحدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي هي غسل الفاكهة . ()
- 5- إضافة المواد الحافظة للشراب المصنع أمر غير ضروري . ()
- 6- تعبئة المشروبات في الزجاجات هي المرحلة الأولى في عملية التصنيع . ()
- 7- يتم تسخين العصير قبل تعبئته لقتل الميكروبات . ()
- 8- توضع أغطية بإحكام فوق الزجاجات لتجنب التلوث . ()
- 9- الالتزام بالتدبير الصحية ضروري لحماية المشروبات من الفساد . ()
- 10- عند تحضير العصير في المصنع يضاف السكر له وهو بارد . ()
- 11- إضافة المواد الحافظة تعمل على تقليل فترة الصلاحية للشراب . ()
- 12- لابد من تسخين العصير لقتل الميكروبات . ()
- 13- لإطالة فترة صلاحية الشراب يتم إضافة السكر للشراب . ()
- 14- تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمير المشروبات وفسادها . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الاقواس :-

1-يقوم العمال في المصانع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من

(التبخر - الغليان - التلوث - التخمر)

2- مرحلة الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب .

(تعقيم - تعبئة - كسر - غلي)

3- عند تصنيع الشراب لابد من تعليم العمال كيفية استخدام بشكل صحيح .

(الأقلال - الآلات - الأخبار - السكر)

4- يجب العصير لقتل الميكروبات .

(تجميد - شرب - رمي - تسخين)

5- عند إضافة إلى الشراب لابد أن يكون العصير ساخناً .

(السكر - الملح - البهارات - القرفة)

6- الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبب في المشروبات وفسادها .

(عصر - غليان - تخمر - تبخر)

7- عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولاً الفاكهة .

(غسل - تخزين - هرس - تسخين)

8- نحتاج إلى العصير لغزالة اللب والقشرة والبذور .

(غليان - تصفية - غسل - تخزين)

9- إضافة للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته .

(الملح والسكر - المواد الحافظة - المواد الصلبة - الليمون والنعناع)

10- في مرحلة يضاف إلى العصير الماء والسكر .

(التعبئة - الاختبار - العصر - التغليف)

أكمل :-

(ملؤها - غطاء - أغطية - غسل - الحرارة العالية - المواد الحافظة - التلوث - هرس)

1- توضع بإحكام فوق الزجاجات لتجنب التلوث .

2- أول خطوة لتجهيز العصير الطبيعي المعلب هي الفاكهة .

3- يرتدي عمال المصنع الشعر لحماية المنتج من التلوث .

4- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم بالعصير .

5- عند تحضير العصير الطبيعي ترسل الفاكهة من خلال الآلات التي تقوم بـ الفاكهة .

إعداد أ/ رشا حسن معلم أول اقتصاد منزلي

6- يجب على العمال تجنب الحروق عند استخدام

7- يجب على العمال ارتداء غطاء الشعر والقفازات لحماية المنتج من

عنوان الدرس: (الموضوع السادس) (اللبن)

أهمية اللبن :-

- يحتوي اللبن علي نسبة عالية من العناصر الغذائية والبروتينات والدهون والكربوهيدرات والفيتامينات والأملاح المعدنية .
- يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة .
- يتم استهلاك اللبن كسوائل أو يدخل في أنواع كثيرة من المشروبات المصنعة ويصنع منه الزبادي والجبن .
- يضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب الأطفال مشروبات اللبن المختلفة

مصادر اللبن :- .

- يأتي اللبن من الأبقار والجاموس والماعز والأغنام والإبل .
- تعد مصر من أحد أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم .
- اللبن من المنتجات التي يسهل غشها .
- يقوم البائعون عديمو الأخلاق بوضع إضافات خطيرة جدًا في اللبن لزيادة كميته أو ليبدو طازجًا .

يصبح اللبن مغشوشًا عند إضافة :-

- الماء :-** ليس بالخطير ولكن يتم الحصول على القليل من اللبن
- الفور مالين:** يحافظ على بقاء اللبن كأنه طازجًا، ويعتبر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة .
- مادة النشا:** تضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع المادة الدهنية .

هل اللبن الذي نتناوله سليم ؟

للتأكد من أن اللبن سليم وطازج وصحي يجب مراعاة بعض الأمور منها :-

- طعم ورائحة اللبن .
- التأكد من تاريخ انتهاء الصلاحية .
- يمكن اختبار اللبن عن طريق غلي عينه على نار هادئة لمدة 15د حتى يتخثر (يتجبن) ولو وجدنا الرواسب المتجبنة فهذا يدل أن اللبن غير طازج أما إذا كانت الرواسب دهنية فهذا يدل أن اللبن من النوع الجيد .

تجربة (1) لتدقيق من وجود ماء مضاف .

- ضع نقط الماء على سطح مستوي - قم بإمالة السطح قليلاً حتى يتدفق اللبن - اللبن النقي يبقى ثم يتدفق ببطء تاركاً أثر أبيض أما اللبن المخفف فيتدفق بسرعة دون ترك علامة .

تجربة (2) التحقق من وجود فورمالين .

- أضف 2 أو 3 قطرات من حمض الكبريتيك المركز على 10م من اللبن و10م من الماء - انتظر ولا ترج المحلول - إذا ظهر حلقة زرقاء او بنفسجية فهذا يدل على وجود الفور مالين واذا ظل ابيض فهذا يدل على جودة اللبن .

تجربة (3) التحقق من وجود نشا .

- أضف من 2 إلى 3 قطرات من صبغة اليود إلى كمية 5 مل لبن .
- رج المحلول جيداً .

- اللبن الذي يتحول على اللون الأزرق يكون فاسداً ومغشوشاً أما إذا ظل أبيض فلا يوجد فيه مادة النشا .

أسئلة الدرس السادس (اللبن)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- التأكد من تاريخ صلاحية منتجات الالبان من الأمور الضرورية . ()
- 2- لا نحتاج إلى اللبن عند صناعة الجبن والزبادي . ()
- 3- الفور مالين مادة حافظة قوية وقد تكون ضارة عند اضافتها للالبان. ()
- 4- مصر من أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم . ()
- 5- إضافة الماء إلى اللبن يحافظ على بقاء اللبن كأنه طازجاً . ()
- 6- يجب التأكد من طعم ورائحة اللبن للتأكد من أنه طازج وصحي . ()
- 7- يدخل اللبن في صناعة العديد من المنتجات مثل الزبادي . ()
- 8- الأبقار هي المصدر الوحيد للبن . ()
- 9- اللبن من المنتجات التي يسهل غشها . ()
- 10- التأكد من تاريخ صلاحية منتجات الالبان من الأمور الضرورية . ()
- 11- وجود الرواسب المتجمدة بعد على اللبن تدل على أن اللبن طازج . ()

12- مادة النشا تعتبر من المواد الحافظة التي تضاف للبن . ()

13- يدخل اللبن في العديد من الصناعات مثل صناعة الزبادي والأجبان . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الاقواس :-

1- قوام اللبن يتغير عند انتزاع المواد منه .

(الدهنية – الحافظة – الصلبة – الغازية)

2- عند إضافة قطرات من صبغة اليود يتحول اللبن المغشوش إلي اللون

(الأزرق – الأحمر – الأصفر – الأبيض)

3- يجب التأكد من تاريخ اللبن .

(انتهاء صلاحية – تغليف – تعبئة – تطريز)

4- يدخل في صناعة العديد من المنتجات مثل الجبن .

(السمك – الخضار – اللبن – الجمبري)

5- يتم غش اللبن عن طريق إضافة بعد الحصول على القليل من اللبن من الأبقار .

(السكر – الماء – الجبن – السمن)

6- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتي

(يتبخر – يتخثر – يتجمد - ينضج)

7- يتم إضافة للألبان وهو يعتبر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة .

(النشا – الثلج – الفور مالين – الزبادي)

8- عند إضافة بعض القطرات من يتحول اللبن المضاف إلي النشا إلي اللون الأزرق .

(صبغة اليود – حمض الكبريتيك – الماء – العصير)

9- بعد تسخين اللبن إذا وجدت رواسب فهذا يعني أن اللبن غير طازج .

(بيضاء – دهنية – صفراء – متجبنة)

10- يتحول اللبن الفاسد للون عند إضافة القليل من (اليود) إلية .

(الأزرق - الأحمر - الأخضر - الأورانج)

11- يتم إضافة اللبن لتعديل قوامه بعد نزع المادة الدهنية منه .

(الثلج - الفور مالين - النشا - الخل)

12- يساعد على النمو وحماية الجهاز المناعي

(العصير المعبأ - اللبن - العصير الصناعي - الوجبات السريعة)

13- يحتوي اللبن على نسبة عالية من

(العناصر الغذائية - الدهون والفيتامينات - البروتينات - جميع ما سبق)

أكمل :-

(الفور مالين - اللبن - الأبقار - المادة الدهنية - الدجاج)

1- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع منه .

2- يعتبر من المنتجات التي يسهل غشها .

3- يحافظ على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية .

4- يمكن الحصول على اللبن من

عنوان الدرس:- (الموضوع السابع) (سلامة الطعام وحفظه)

حفظ الطعام بشكل سليم :-

- 1- تقوم المصانع والمنازل بطرق مختلفة لحفظ الطعام سليم .
- 2- تستخدم المواد الحافظة لجعل الطعام يدوم فترة أطول .

المواد الحافظة المستخدمة :-

- حمض الستريك - حمض الأس كوربيك - النتريت - الكبريتيك .

الأخطاء التي تحدث عند التصنيع :-

تتسبب الأخطاء عند حفظ الطعام في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام مما يؤدي إلى إصابة الناس بالأمراض .

طرق حفظ الطعام :-

التجفيف - التجميد - البسترة - التمليح - التعليب

ممارسات لسلامة الغذاء :-

- يكون المنتج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العبوة يحتوي على فقاعات ورائحة حادة .
- التحقق من تاريخ الصلاحية المدون على العبوة وأنه غير منتهي .

تاريخ انتهاء الصلاحية :-

- هو تاريخ استهلاك المنتج وبعده لا يمكن ضمان سلامة المنتج .

الإجراءات التي يجب اتباعها عند وجود عيب بالمنتج :-

- يجب التوجه للمتجر لإعادة هذا المنتج الذي به عيب .
- لو لم تحل المشكلة نتصل بخدمة حماية المستهلك لتقديم شكوي [حيث يرسل مفتشين للتأكد من صحة التاريخ والصلاحية وتوقيع عقوبات على المصنع لضمان عدم تكرار الخطأ] .

يوجد العديد من الطرق لحفظ الطعام مثل :-

1- المخللات السريعة :-

- يستخدم الملح والخل فقط لحفظ الخضروات و ممكن أن يكون جاهز للأكل خلال ساعات و يستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة .

للسلامة (غسل اليدين والخضروات جيدًا - كن حذرًا عند استخدام السكين - لا تترك البرطمان خارج الثلاجة أكثر من ساعة.

2- التجفيف :-

- يزيل التجفيف الرطوبة من الأطعمة حتى لا تنمو عليها البكتيريا والعفن ويحتاج الى (رطوبة منخفضة - درجة حرارة مرتفعة - دوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنب التلف للأطعمة أو الفساد

التجفيف باستخدام الهواء بالداخل :-

- تجفف بعض الخضروات والفطر والفلفل الحار والأعشاب بالهواء في الداخل و للسلامة (أغسل الفاكهة جيداً وصفها جيداً قبل التجفيف - ضعها بمكان دافئ وجاف أو تعليقها بخيط بمكان تتعرض به لدوران الهواء لتجف .

التجفيف بالشمس خارجاً :-

- تجفف الفواكه والطماطم والفاصوليا بالشمس لاحتوائهم على نسبة عالية من السكريات والاملاح ويجب أن توضع بالشمس طول اليوم بفرشها علي مسطح من الخشب أو البلاستيك ويفضل بالأيام الحارة وتغطي ليلاً وتوضع بالداخل .

التجفيف بالفرن (لمعظم الخضروات على درجة 57-92 مع فتح باب الفرن أو تشغيل المروحة لان الدرجة المرتفعة تؤدي إلي طهي الطعام بدلاً من تجفيفه .

أسئلة الموضوع السابع (سلامة الطعام وحفظه)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- عملية حفظ الطعام تتم في المصانع فقط . ()
- 2- التجفيف والتجميد أحد طرق حفظ الطعام . ()
- 3- معامل التصنيع تقوم بإضافة المواد الحافظة عند تخزين الطعام . ()
- 4- المنتج الغذائي الصحي هو الذي له رائحة سيئة . ()
- 5- يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل شراء المنتجات . ()
- 6- يعد التجفيف في الشمس أحد طرق تجفيف الأطعمة في المنزل . ()
- 7- الخطأ الذي يحدث عند حفظ الطعام يتسبب في نمو العفن . ()
- 8- عند وجود عيوب في المنتج يجب التوجه للمتجر لإعادة هذا المنتج . ()
- 9- يقوم جهاز حماية المستهلك بمعاينة المصنع المخالف . ()
- 10- من أمثلة المواد الحافظة حمض الستريك وحمض الاسكوريك . ()

()

11- يستخدم الملح والخل في تحضير المخلاتات السريعة .

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس :-

1- عملية تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.

(السلق - الطهي - الغلي - التجفيف)

2- يكون المنتج الغذائي إذا احتوي السائل الموجود به على فقاعات .

(غير صحي - صحيًا - طازجًا - جيدًا)

3- الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في

(زيادة الجودة - تماسك القوام - نمو البكتيريا - زيادة الكمية)

4- يعد التمليح أحد طرق حفظ

(الكتب - الطعام - اللبن - الحلوى)

5- يقوم جهاز بإرسال مفتشين إلى المصنع للتحقق من سبب عدم سلامة المنتج الغذائي .

(الشرطة - حماية المستهلك - الدولة - البيئة)

6- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد عند حفظ الطعام .

(الحافظة - السكرية - الصلبة - المألحة)

7- عملية تجفيف الطعام تحتاج إلى درجة حرارة

(معتدلة - باردة - منخفضة - عالية)

8- يجب إضافة السكر إلى الشراب الصناعي عندما يكون

(باردًا - دافئًا - ساخنًا - معقمًا)

9- يتم تسخين الشراب إلى درجات حرارة مرتفعة للقضاء على

(الفيتامينات - البكتيريا - الماء - اللون)

10- تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل

(التجفيف والتجميد - التغليف والبسترة - التمليح - جميع ما سبق)

أكمل :-

(عالية - التعليب - البكتريا)

- 1- يعتبر من طرق حفظ الطعام .
 - 2- يتسبب حدوث أخطاء في حفظ الطعام في نمو أو عفن الطعام .
 - 3- عملية تجفيف الطعام في الفرن يحتاج إلى درجة حرارة
-

عنوان الدرس:- (الموضوع الثامن) (تفادي المخاطر أثناء العمل)

أحذر عند استخدام الأدوات :-

- يقوم الحرفيون في المصانع باستخدام الآلات الثقيلة والتعامل مع الأدوات الكهربائية وقد يسبب ذلك إصابتهم لذلك يجب اتباع مجموعة من الإرشادات للعمل بطريقة آمنة .

الإرشادات الواجب اتباعها عند ممارسة أعمال النجارة والطلاء :-

1- ارتداء نظارات واقية للعينين :-

- يجب ارتداء نظارات السلامة وحماية العين عند التعامل مع الخشب حيث يمكن أن تتطاير نشارة الخشب في كل مكان .

- يجب ارتداء نظارات السلامة عند القيام بعملية الطلاء تجنبًا لأي سوائل أو ألوان متناثرة .

2- إبقاء اليد بعيدًا عن الشفرة أو الحواف الحادة :-

- يجب الحرص علي عدم وضع اليد بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب .

- عند تقطيع الخشب أو ثقبه تستخدم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة .

- في حالة عدم وجود مسامير يتم إمساك الأشياء بثبات مع إبقاء اليدين بعيدة عن الأجزاء الحادة .

- إذا كانت الأدوات ثقيلة فيجب طلب المساعدة من شخص آخر .

3 - استخدام الشاكوش يتأن (حرص) :-

- يجب الحرص عند استخدام الشاكوش فيتم مسك المسمار ثم الدق عليه دقًا خفيفًا جدًا في البداية ثم دق باقي المسار واليد بعيدة .

- يجب عدم تحريك الشاكوش إلى أعلى وأسفل حتي لا يصيب اليد أو الوجه .

4- الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية :-

- يجب الحذر عند استخدام المثقب وأدوات الصنفرة وأي أدوات كهربائية أخرى .

- لا يتم استخدام هذه الأدوات بالقرب من الماء .

- عند تغيير ريشة المثقب او ورقة الصنفرة لابد من التأكد من أن الأدوات غير موصلة بالكهرباء وأن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممر .

5- الحرص على تهوية مكان العمل :-

- عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي يجب الحرص على فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان فالأبخرة المتصاعدة من الطلاء يمكن أن تكون مضرّة بالصحة .

المخاطر عند العمل في النجارة :-

- الدق بالشاكوش بالقرب من اليد . - ارتداء نظارات العين .
- استخدام المثقب بالقرب من الماء .
- تغيير ريشة المثقب بدون توصيلها بالكهرباء.

أسئلة الموضوع الثامن (تفادي المخاطر أثناء العمل)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- ارتداء نظارات السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب . ()
- 2- لا بد من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء . ()
- 3- عند استخدام الشاكوش يجب أن نحرض على عدم إيذاء أيدينا . ()
- 4- يمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيلة بالكهرباء . ()
- 5- أثناء ثقب قطعة من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة . ()
- 6- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء . ()
- 7- يجب استخدام الشاكوش عند دق المسامير بعيداً عن اليد . ()
- 8- يجب على العمال التعامل مع الأجهزة الكهربائية بطريقة آمنة . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس :-

- 1- يتم استخدام النظارات الواقية عند القيام ب.....
(شرب الماء - عمل العصير - أعمال النجارة - إعداد الطعام)
- 2- عند تغيير ريشة المثقاب يجب أن نقوم ب.....
(فصل الكهرباء - تشغيل الكهرباء - وضعة بجانب الماء - ألقائه)
- 3- يجب وضع في الغرفة للتهوية عند القيام بالطلاء .
(سخان - مروحة - مدفئة - مكواه)
- 4- يجب اتباع ما يلي عند تغيير ريشة المثقب ما عدا
(تقريبه من الماء - عدم توصيلة بالكهرباء - عدم امرار السلك في الكهرباء - إبعاده عن الماء)
- 5- يجب ارتداء نظارات واقية عند الطلاء لتجنب المتناثرة .

(بقايا الطعام - نشارة الخشب - السوائل والألوان - بقايا الحديد)

6- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة ب.....

(طفل صغير - شخص بالغ - نظارات واقية - مسامير)

7- جميع ما يلي من إرشادات السلامة عند العمل بالنجارة ما عدا.....

(استخدام النظارات - دق المسامير والشاكوش بعيد عن اليد - تغيير ريشة المثقاب بالكهرباء -

استخدام المثقب بعيدا عن الماء)

8- يجب ان تكون النوافذ عند القيام بعملية الطلاء .

(مغطاه - مفتوحة - مغلقة - مظلمة)

9- من الأدوات الكهربائية التي تستخدمها بالنجارة وأدوات الصنفرة .

(المثقب - الشاكوش - الكماشة - المفك)

عنوان الدرس:- (الموضوع التاسع) (الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ)

الخطوات الأساسية اللازمة لتقديم الإسعافات الأولية :-

1- تقييم الوضع :-

- التحقق من نوع الإصابة التي أصيب بها الشخص بمعنى هل هو في وعيه ويستجيب ؟ هل يتنفس ؟ هل ينزف ؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له ؟ .

2- التخطيط للتدخل :-

- في حالة الخطورة الإصابة يجب الاتصال بالرقم 123 لاستدعاء سيارة الإسعاف .
- يجب التفكير في طريقة المساعدة حتى يصل المسعفون .

3- تقدير الوضع :-

- إعادة فحص الشخص هل يحتاج إلي المزيد من الإجراءات والتدابير .

4- تقديم الإسعافات الأولية :-

- استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة .

الخطوات التي يجب اتباعها لوقف نزيف حدث عند إصابة شخص ما :-

1- أضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة .

2- ارفع الطرف المجرع إلى أعلى . 3- نظف الجرح .

4- ضمد الجرح .

وضعية الإفاقة :-

إذا كان الشخص فاقدًا للوعي ولكمه يتنفس فيجب اتباع الوضعية الآتية لمساعدته على التنفس حتى

وصول المسعفين .

1- ضع ذراعة التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة .

2- أثني الركبة والذراع البعيدين عنك وضع يده الأخرى على خده المعاكس .

3- استخدم الركبة البعيدة عنك لتدوير المصاب في اتجاهك مع دعم رأسه باستخدام يدك الأخرى فالركبة المثنية تمنع الجسم من التدرج .

4- قم بإمالة الرأس بلطف قليلاً إلي الخلف وأرفع الذقن لفتح مجري الهواء واستمر في حبس نبضه وتنفسه حتى وصول المساعدة .

أسئلة الموضوع التاسع (الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأولية للشخص المصاب . ()
- 2- يجب مساعدة الشخص المصاب مهما كانت خطورة إصابته دون انتظار سيارة الإسعاف ()
- 3- تستخدم حقيبة الإسعافات الأولية لعلاج الجروح البسيطة . ()
- 4- وضعية الإفاقة مناسبة للأشخاص المصابة بنزيف . ()
- 5- يجب الاتصال برقم 123 لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة . ()
- 6- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة . ()
- 7- لا يمكن مساعدة شخص فاقد للوعي ويتنفس . ()
- 8- لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلا بالذهاب إلى المستشفى . ()
- 9- تنظيف الجرح من أساسيات وقف النزيف . ()
- 10- يجب التخطيط للتدخل عند إصابة شخص بإصابة خطيرة . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الأقواس :-

- 1- يجب استخدام عند إصابة شخص ما .
(الأطباق – الإسعافات الأولية – الشاحن – المسطرة)
- 2- يجب الاتصال برقم 123 لاستدعاء سيارة عند إصابة شخص إصابة خطيرة
(الأجرة – الرش – الإسعاف – النقل)
- 3- يتم وضع الشخص في وضعية الإفاقة .
(المصاب بالنزيف – فاقد الوعي – المصاب بالصداع – المصاب بالقيء)
- 4- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات
(علاج الصداع – علاج القيء – إيقاف النزيف – إفاقة المريض)
- 5- يمكن مساعدة شخص مصاب عن طريق كل ما يلي ما عدا

(الاتصال برقم الإسعاف 123- استخدام حقيبة الإسعافات الأولية - مساعدته على التنفس - عدم الاتصال بسيارة الإسعاف)

6- يتم وضع الشخص في وضعية الإفاقة .

(فاقد الوعي ولكنه يتنفس - فاقد الوعي ولا يتنفس - المصاب بنزيف - المصاب بجرح طفيف)

7- أي العبارات الآتية لا تعتبر من الخطوات اللازمة عند تقديم الإسعافات الأولية

(الضغط بقوة على الجرح عند حدوث نزيف - تضميد الجرح - عدم التحقق من نوع الإصابة -

مساعدة الشخص على التنفس)

8- أستمر في المصاب وتنفسه حتى تأتي المساعدة .

(قياس الحرارة - الضغط على الجرح - جس النبض - وضع ضمادة)

9- اذا كان الشخص فاقدًا للوعي ولكنه يتنفس فوضعية ستساعده على التنفس .

(نصف جلوس - الافاقة - الجانبية - الوقوف)

أكمل :-

(الجروح - الإسعاف - صحية)

1- يجب الاتصال برقم 123 لاستدعاء سيارة عند الإصابات الخطيرة .

2- يجب القيام بالإسعافات الأولية عند حدوث حالة طوارئ

3- علاج الإصابات و..... الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية.

صل من (أ) ما يناسبه من (ب)

(أ)	(ب)
1- الاتصال برقم 123	- إذا كان الشخص فاقدًا للوعي ولكنه يتنفس ()
2- نستخدم وضع الإفاقة	- الضغط بقوة على الجرح بقماش نظيف . ()
3- لإيقاف نزيف المصاب	- لاستدعاء سيارة الإسعاف . ()

عنوان الدرس: (الموضوع العاشر) (شخصيات مصرية مؤثرة)

د . محمد أحمد غنيم أستاذ في طب الجراحة .

نشأته :-

- عالم مصري ولد 1939/3/17م كان متفوقاً بالدراسة وأحب دراسة الطب وتخرج عام 1960 من ج القاهرة .
- تخصص في جراحة المسالك البولية .
- تلقى التدريب في الجراحة العامة وجراحة المسالك البولية في مستشفيات جامعة القاهرة .
- قرر توسيع نطاق خبرته من خلال الدراسة والعمل في مراكز طبية وجامعات مختلفة في المملكة المتحدة والولايات المتحدة وكندا .
- عمل عند عودته إلي مصر كأستاذ في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة .

أهم انجازاته :-

- أسس مركز الكلى والمسالك البولية بجامعة المنصورة عام 1983م وهو اول مركز في الشرق الأوسط .
- تعاون المركز مع منظمة الصحة العالمية وقدم خدمات جراحية وطبية مجانية لألاف المرضى وزراعة الكلى .
- قد المركز التدريب العلمي للممرضين والأطباء على الصعيد المحلي والعالمي .
- أجري بحوثاً متقدمة في العلوم الجراحية وقدم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة .
- قام بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلي والعالمي .
- قام بإجراء أول زراعة للكلى في مصر عام 1976م .
- قام مؤخراً بإجراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية .
- عضو في كثير من الجمعيات الطبية .
- عمل أستاذاً زائراً في العديد من الجامعات حول العالم .

الجوائز التي حصل عليها :-

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد .
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام 1997م .
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام 1993م .

- جائزة الملك فيصل العالمية عام 1999م .
- جائزة مبارك في مجال الطب عام 2001م .

أسئلة على الدرس العاشر: (شخصيات مصرية مؤثرة)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- تخصص د محمد غنيم في جراحة المسالك البولية . ()
- 2- دراسة د محمد غنيم الطب وتخرج عام 1960 من جامعة عين شمس . ()
- 3- عمل د محمد عند عودته إلى مصر كأستاذ في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة ()
- 4- أسس د محمد غنيم مركز الكلى والمسالك البولية بجامعة القاهرة . ()
- 5- قام د محمد غنيم بإجراء أول زراعة للكلى في مصر عام 1976م . ()
- 6- حصل د محمد غنيم على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام 1997م . ()
- 7- حصل على جائزة مبارك في مجال الطب عام 2001م . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الاقواس :-

- 1- تخرج الدكتور محمد غنيم من جامعة
(عين شمس - المنصورة - القاهرة - أسيوط)
- 2- حص على جائزة الملك العالمية عام 1999م .
(مبارك - فيصل - محمد - سعودي)
- 3- أسس مركز بجامعة المنصورة عام 1983م وهو اول مركز في الشرق الأوسط.
(القلب - المخ والأعصاب - الكلى والمسالك البولية - المنظار)
- 4- حصل د محمد على جائزة الدولة التقديرية في العلوم في مصر عام 1997م .
(الرياضية - الفنية - العلمية - الطبية)
- 5- تعاون المركز الطبي مع منظمة الصحة العالمية وقدم خدمات جراحية وطبية
لألاف المرضى وزراعة الكلى . (بتكلفة قليلة - بتكلفة عالية - مجانية - بالتقسيت)
- 6- هي فروع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي .
(جراحة المسالك البولية - جراحة القلب - جراحة الكبد)

عنوان الدرس: (الموضوع الحادي عشر) (المستكشف النشيط)

السيدة لويز إيمانويل ما بولو :-

- هي طاهية ومزارعة ورائدة أعمال وتستضيف فعاليات مختصة بعملية الطهي و والتي تتميز بطعام صحي ولذيذ.
- هدفها تثقيف الناس فيما يتعلق بالطهي من خلال استخدام مكونات طازجة ومغذية وطبيعية .
- تفضل الحصول علي مكونات طعامها من المنتجات والمصادر المحلية حيث يضمن لها المكونات الطازجة كما يساعد على دعم الاقتصاد المحلي .
- أسست مشروع الكاكو في الفلبين وأهم أهدافه هي مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية وأيضًا ضمان وجود غذاء كاف للسكان في المستقبل .
- علمت المزارعين كيفية زراعة النباتات التي يمكنها تحمل التغيرات المناخية والكوارث الطبيعية .
- زودت المزارعين بشتلات الكاكو كما تشجعهم على زراعة البامية واليقطين للحفاظ على خصوبة التربة .
- ساعد مشروع الكاكو 300 مزارع على زراعة ثمانين ألف شجرة .
- حصلت بسبب مشروع الكاكو على جائزة أبطال الأرض الشباب في إطار برنامج الأمم المتحدة ومنحت لقب أفضل مزارع شاب لعام 2018م .

نمط الحياه الصحي يشمل :-

- 1- **الطعام الصحي** :- ويعتبر أمرًا مهمًا حدًا لصحة الانسان لذلك يجب اتباع نظام صحي لوقاية الجسم من الأمراض ولتوفير الطاقة .ويشمل التقليل من (الملح والسكر والدهون) لان عدم تناول العناصر الغذائية يؤدي الى سوء التغذية والافراط في تناول الطعام يؤدي للسمنة.
- 2- **النشاط البدني (ممارسة الرياضة)** :-
- يجب ممارسة الرياضة للأطفال لمدة ساعة يوميًا بينما يحتاج البالغون إلي نصف ساعة يوميًا .
- دور مصر لتحقيق الاكتفاء الذاتي وضمان الامن الغذائي :-

- تعمل مصر علي زيادة مساحة الأراضي الزراعية لتوفير الامن الغذائي والاكتفاء الذاتي و خفض الاستراد .

- استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري وغازات الاحتباس الحرارى .

فحص الأغذية والتأكد من سلامتها :-

امرا مهما للصحة ويتم بالمصانع من خلال الهيئة القومية لسلامة الغذاء .

يوجد معايير وقوانين للتفتيش علي المنتجات ثم تحليل وفحص المنتجات داخل المختبرات للتأكد من سلامتها ويجب على المستهلك الفحص من خلال (البصر و اللمس والشم والسمع والتذوق) وقراءة ملصق المنتج جيداً فهو يتضمن معلومات غذائية خاصة بالمنتج مثل المكونات والتأكد من التاريخ وان المنتج أمناً للاستخدام وطرق التخزين قبل وبعد فتح العبوة .

أسئلة على الدرس الحادي عشر : (المستكشف النشيط)

ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية :-

- 1- تناول القليل جداً من العناصر الغذائية يتسبب في سوء التغذية . ()
- 2- تحرص السيدة لويز على استخدام مصادر محلية عند طهي الطعام . ()
- 3- يتطلب نمط الحياة الصحي ممارسة الرياضة والطعام الصحي . ()
- 4- يجب استخدام مكونات طازجة عند تحضير الطعام . ()
- 5- تشجع السيدة لويز المزارعين على زراعة البامية للحفاظ على خصوبة التربة . ()
- 6- تحقيق الأمن الغذائي يقلل من عملية الاستيراد . ()
- 7- كثرة تناول الدهون يسبب النحافة . ()
- 8- تهدف السيدة لويز لتثقيف الناس بما يتعلق بالطهي . ()
- 9- تناول طعام صحي يفيد الفرد والوطن والبيئة . ()

أختر الإجابة الصحيحة مما بين الاقواس :-

- 1- الإفراط في تناول الملح قد يتسبب في حدوث جميع ما يلي ما عدا

- (ارتفاع ضغط الدم - أمراض القلب - السكتة الدماغية - المساعدة على عملية الهضم)
- 2- يجب استخدام للحصول على طعام صحي ولذيذ .
- (مكونات طازجة - الكثير من الملح - الكثير من الدهون - كمية كبيرة من السكر)
- 3- يجب ممارسة للحصول على نمط غذائي صحي .
- (الرياضة - الكتابة - القراءة - ركوب السيارة)
- 4- يتسبب الإفراط في تناول الطعام في
- (تقليل الوزن - زيادة الوزن - النحافة - الصحة الجيدة)
- 5- تشجع السيدة ما بولو المجتمع على استخدام مصادر محلية عند
- (إنتاج الخشب - صناعة البلاستيك - طهي الطعام - صناعة الورق)
- 6- الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة
- (أمراض السكر - أمراض القلب - أمراض العظام - أمراض المريء)
-