

م التحميل من موقع الأول التعليمي

الملخص الشامل في مادة

# التربية المدنية

م. مريم السرطاوي



الصف الخامس - الفصل الدراسي الأول

2019

## تلخيص منهاج أردني - سؤال وجواب

### أول وأكبر منصة تلخيص مطبوعة مجانية

- للانتفاع الشخصي من قبل الطالب أو المعلمين تأسست على يد معلمين ومتطوعين في عام ٢٠١٨ م
- تعنى بتوفير التلخيص لمختلف المواد بشكل مميز وتعنى بكل ما يخص العملية التعليمية للمنهاج الأردني فقط
- لتلخيص فقط حق النشر على الشبكة العالمية سواء ملفاتها المصورة pdf أو صور تلك الملفات ويسمح بمشاركتها أو نشرها من المواقع الأخرى بشرط حفظ حقوق الملكية للملخص (اسم المعلم + شعار الفريق)

تلخيص  
لـ



Amman , Jordan



المنسق الإعلامي أ.معاذ أمجد



talakheesjo@gmail.com



Under construction



تلخيص منهاج أردني - سؤال وجواب

## [سؤال و جواب]

### تلخيص التربية المهنية - الصف الخامس - الفصل الأول

#### الوحدة الأولى: الإسعافات الأولية

س: ما تعريف الإسعافات الأولية؟

ج: هي الإجراءات الأولية السريعة التي يقوم بها المسعف بصورة فورية لإنقاذ حياة المصاب ومنع حدوث المضاعفات الناجمة عن الاصابة حسب الامكانيات المتوافرة في مكان الحادث

س: ما هي أهداف (فوائد) الإسعافات الأولية؟

١. المحافظة على حياة المصاب

٢. منع تدهور حالة المصاب

٣. مساعدة المصاب على الشفاء وتخفيض الاصابة

٤. تمنية روح العون والمساعدة في الآخرين

س: ما هي الصفات الواجب توافرها في المسعف؟

١. التأهيل والتدريب

٢. امتلاك المهارات الالزمة لتقديم الاسعافات الأولية المطلوبة

٣. الاستعداد لبذل قصارى الجهد في إسعاف المصاب

٤. الثقة بالنفس

٥. سرعة البداهة

٦. الهدوء وضبط النفس والتأني

٧. الأمانة

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: كيف تنجح أو كيف تكون الإسعافات الأولية ناجحة؟

ج: ١- يجب على المسعف اتباع الأسس السليمة في إسعاف المصابين

٢- تحديد أولويات الإسعاف أي يبدأ بالحالات الحرجة الأكثر خطورة

س: ما الحالات التي تتطلب إجراء إسعاف أولي؟

ج: ١- الغصص (الاختناق) ٢- النزف ٣- الرعاف (نزيف الأنف)

٤- الكسور ٥- الحروق البسيطة

س: ما تعريف الغصص (الاختناق)؟

ج: هو الشعور بالاختناق وصعوبة في التنفس

س: ما هي طريقة أو خطوات الإسعاف الأولى للغصص (الاختناق)؟

١. يجب التأكد من سلامة المسالك التنفسية

٢. والعمل على إزالة ما يعيق التنفس

٣. ثم إجراء تنفس اصطناعي

س: ما تعريف النزف؟

ج: هو خروج الدم أو تدفقه من الأوعية الدموية كالأوردة أو الشرايين أو الشعيرات الدموية

س: ما هي طريقة الإسعاف الأولى للنزف؟

ج: يجب إيقاف النزف بالضغط على مكان الإصابة بضمادة أو قطعة شاش معقمة

س: ما هو مفهوم الرعاف؟ وسببه؟

ج: هو نزيف الأنف؛ بسبب:

١- تعرضه لصدمات خارجية ٢- أو ارتفاع ضغط الدم ٣- أو دخول أجسام غريبة للجسم

تنبيه: هذا المفهوم أو التعريف بالكامل، وأسباب الرعاف موجودة ضمن التعريف

# م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: ما هي طريقة الإسعاف الأولى للرعناف؟

١- يتم بالضغط المباشر على قاعدة الأنف

٢- أو وضع قطنة معقمة في الأنف مع مراعاة أن تكون وضعية الرأس إلى الأسفل

س: ما مفهوم الكسور؟

ج: هو انفصال أو قطع في النسيج العظمي

س: ما هي طريقة إسعاف الكسور؟

ج: يتم إسعاف المصاب حسب نوع الكسر وموقعه ووضع الجبائر الالازمة لثبيت الكسر

س: ما مفهوم الحروق البسيطة؟ وسبلها؟

ج: يتعرض الجلد للتلف؛ نتيجة تعرضه: ١- لدرجة حرارة مرتفعة

٢- أو مواد كيميائية

٣- أو سوائل ساخنة

تنبيه: هذا تعريف الحروق البسيطة، وأسباب الحروق مشتملة في التعريف، يعني إذا حفظ الطالب

التعريف فقد حفظ الأسباب

س: ما هي طريقة الإسعاف الأولى للحروق البسيطة؟

ج: يتم بوضع الماء البارد على مكان الحرق لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة

س: ما تعريف حقيقة الإسعافات الأولية؟

ج: هي حقيقة تحتوي أدوات طبية بهدف استعمالها عند وقوع إصابات وإجراء الإسعافات الأولية

س: ما (خصائص) صفات حقيقة الإسعافات الأولية؟

١- بسيطة الشكل ومتينة وسهلة الحمل والفتح

٢- حجمها مناسب حتى تستوعب عبوات المطهرات السائلة وغيرها من الأدوية

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: ما الإرشادات الواجب اتباعها عند حفظ الأدوية؟

- التأكد من وضوح أسماء الأدوية وغيرها من محتويات حقيقة الإسعافات
- أن تكون حقيقة الإسعافات بعيدة عن متناول أيدي الأطفال
- التخلص من المواد والأدوية التالفة التي يتم استخدامها في أماكن مناسبة

س: اذكر مواد وأدوات رئيسية تحتويها حقيقة الإسعافات الأولية؟

- المواد والأدوات الطبية: مثل ميزان حرارة طبي، شريط لاصق، ملقط
- المحاليل الطبية والمرادهم: مثل المطهرات والمرادهم
- الأدوية: مثل المسکنات ومحاليل الجفاف

س: استخدامات الأدواء والمواد في حقيقة الإسعافات الأولية

- ميزان حرارة طبي: يستخدم في قياس درجة الحرارة عن طريق الفم أو الشرج أو تحت الإبط
- شريط لاصق: يثبت الأربطة والضمادات الصغيرة
- الملقط: لإزالة الأجسام الصغيرة والشظايا من الجسم
- مرهم: للمساعدة على الالتصام السريع للجروح ولا يترك أثراً ظاهراً بعد التئام منطقة الجرح
- مطهر: يستخدم في قتل الجراثيم أو توقيف نموها على الأغشية الحية ويوضع على الجلد لمنع الإصابة

بالعدوى

- المسکنات: لتخفيض درجة الحرارة وتسكين الألم ويعطى عن طريق الفم
  - محلول الجفاف: يستخدم لتعويض الفاقد من جسم المصاب من السوائل والأملاح والجلوكوز
- س: علل: الانتباه إلى تاريخ انتهاء صلاحية الأدوية والمستلزمات الطبية الموجودة في حقيقة الإسعافات الأولية؟

ج: لأنّه تنتهي قوّة فعاليتها، وبعض الأدوية تحول إلى مواد سامة بعد انتهاء الصلاحية لذا يجب التخلص منها مباشرة

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: علٰى التأكٰد من وضوح أسماء الأدوية والمستلزمات الطبية الموجودة في حقيبة الإسعافات الأولية؟  
ج: لمعرفة أسماء الأدوية الخاصة بكل مرض أو مشكلة صحية ولعدم الخلط بينها.

تبيهات:

- من متطلبات الصحة والسلامة العامة توافر حقيبة الإسعافات الأولية في المدرسة والمُنْزَل ومكان العمل.
- يستخدم الشريط اللاصق لثبيت الأربطة والضمادات الصغيرة
- يستخدم محلول معالجة الجفاف لتعويض الفاقد من جسم المصاب من السوائل والأملاح والجلوكوز بشكل متوازن
- من محتويات حقيبة الإسعافات الأولية المحاليل الطبية ومنها: المطهرات كالليود والمراهم الطبية

## الوحدة الثانية: الأدوات اليدوية الزراعية البسيطة

س: ما المقصود بالأدوات الزراعية اليدوية؟

ج: هي أدوات بسيطة نحتاجها للقيام بالعمليات الزراعية في حديقة المنزل أو المدرسة أو غيرها وهي كثيرة ومتنوعة.

س: اذكر أدوات زراعية بسيطة

ج: ١- الفأس ٢- المحرفة ٣- المشط ٤- المنكاش ٥- المرّ  
٦- القُفَّة ٧- العربة ذات العجل  
٨- مرش الماء

س: فِيم تُستعمل الأدوات السابقة؟

الفأس:

- ١- يستخدم في تهيئة الأرض للزراعة بالحفر العميق للتربة وقلبها وإزالة الكدر (الكل الترابية الكبيرة)
- ٢- ويستخدم في شق قنوات الري

المحرفة:

- ١- تُستخدم في الحفر السطحي وتقليل التربة وتجمعها
- ٢- عمل خطوط زراعية أو أحواض لازمة لزراعة النباتات وشق القنوات الزراعية
- ٣- يستخدم في عملية العرق

المشط:

- ١- يستخدم في تنظيف التربة من الحجارة الصغيرة والأعشاب وبقايا المحاصيل
- ٢- يستخدم في تسوية سطح التربة بعد قلبها
- ٣- تكسير الكدر وتنعيم التربة

# م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

المنكاش:

- يستخدم في نكس التربة حول النباتات بهدف العزق وإزالة الأعشاب
- ويستخدم في قلع الخضراوات الجذرية والدرنية بعد نضجها

المرّ

١ - يستخدم في حفر الأرضي الزراعية غير الصلبة حيث يغرس في التربة عن طريق الضغط بالقدم على نصله

٢ - ويقلع الخضراوات الجذرية والدرنية بعد نضجها

القفّة: لنقل التربة والسماد من مكان آخر قريب منه  
العربة ذات العجل: لنقل التربة والسماد والتجهيزات الزراعية والمخلفات من مكان آخر داخل الحديقة أو المزرعة.

رش الماء: يستخدم في ري البذور والنباتات رياً هادئاً

س: ما المقصود بـ (الكدر)؟

ج: هي الكلمة التراثية الكبيرة

س: ما المقصود بـ (العزق)؟

ج: هي عملية نكس التربة حول النباتات بالمنكاش أو المحرفة أو الفأس بهدف تفكيك التربة وإزالة الأعشاب الضارة

س: ما الأدوات المستخدمة في العزق؟

ج: المنكاش أو المحرفة أو الفأس

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: ما أهمية عملية العزق؟

- تفكيك التربة وتهويتها
- إزالة الأعشاب الضارة
- تغطية الشقوق الموجودة في التربة لمحافظة على الرطوبة
- ردم التراب حول جذور النباتات وسيقانها

س: ما هي أنواع المجارف؟

ج: نوعان: ١- المحرفة مثلثة الشكل    ٢- المحرفة مربعة الشكل (الطورية)

تنبيه: نختار المحرفة المناسبة للعملية الزراعية

س: علّي: المحافظة على الأدوات الزراعية نظيفة وسليمة بعد استعمالها وصيانتها باستمرار والتأكد من جاهزيتها وعدم تبعثرها؟ أو ما فائدة استخدام الأدوات اليدوية الزراعية بطريقة صحيحة؟

- لتبقى جاهزة للعمل وهذا يوفر الوقت والجهد وسرعة في الانجاز
- وحتى لا تسبب بحوادث نتيجة أي خلل فيها

س: اذكر الطرق الصحيحة لاستخدام الأدوات اليدوية الزراعية بطريقة صحيحة وآمنة

- صيانتها باستمرار والتأكد أنها سليمة (غير متخلخلة)
- ترك مسافة بيني وبين زميلى أثناء العمل
- تركيز النظر على النقطة التي ستتصبى بها الأداة مع الانتباه لمن حولي
- لبس حذاء مناسب وبخاصة عند استعمال المطر
- عدم بعثرة الأدوات في مكان العمل ووضع كل منها في مكانه المناسب
- تنظيف الأدوات بعد الانتهاء من العمل وإعادتها لمكانها المخصص

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

- س: هل ممكن الزراعة دون عمل تجهيزات للترابة ولماذا؟  
أو علل أهمية الأدوات الزراعية اليدوية لإنجاز الأعمال الزراعية؟  
ج: لا يمكن الزراعة دون تجهيزات للترابة، لأنه لا ينمو النبات بشكل سليم فلا بد من عمل تجهيزات للتربة من عمليات: الحفر والقلب والعزق والتشعيب والتنعيم وعمل الأحواض وغيرها وهذه يلزمها أدوات يدوية زراعية  
س: ما هي عمليات تجهيز التربة أو العمليات الزراعية الالزمة قبل زراعة النباتات؟  
ج: ١- الحفر ٢- القلب ٣- العزق ٤- التنعيم ٥- التشعيب ٦- التسوية ٧- شق الأتلام ٨- عمل الأحواض

## الوحدة الثالثة: تكثير النباتات

س: ما مفهوم تكثير النباتات؟

ج: هو عملية مهمة عن طريقها يمكن الحصول على نباتات جديدة ومتعددة

س: اذكر طرائق تكثير النباتات

ج: طرائقين رئيسيتين: ١- التكثير البذري ٢- التكثير الخضري

س: ما المقصود بالتكثير البذري؟

ج: هو إنتاج نبات جديد عن طريق جنين البذرة الناتج من عملية التلقيح والأخشاب

س: ما النباتات التي تستخدم فيها طريقة التكثير البذري؟ وأذكر أمثلة عليها

ج: ١- الخضروات ٢- نباتات الزينة ٣- المحاصيل الحقلية، وقليلاً ما تستخدم في تكثير أشجار الفاكهة

س: ما هي طرائق زراعة البذور؟

ج: ١- الزراعة بالخطوط (الأثلام) ٢- الزراعة

بالأحواض، ولكن النباتات

الحساسة تحتاج رعاية خاصة

قتزاع في صواني التشتيل في

البداية (مع خلطة زراعية خاصة

لها) وبعد نمو الأشجار تنقل لمكان دائم للزراعة

### طرائق زراعة البذور

#### زراعة البذور في أحواض

السبانخ- الفجل- الجرجير

العناع- القدونس

#### زراعة البذور في خطوط (أثلام)

البندورة - البازنجان - البطاطا- الخيار-

الكوسا- البصل-البامية

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: على أي عمق تزرع البذور؟

ج: عمق يعادل ٣-٢ أضعاف طولها

س: اذكر ميزات الزراعة في خطوط (أثلام)

ج: ١- التحكم في الري وتنظيمه

٢- سهولة إجراء العمليات الزراعية

س: كيفية الزراعة في أحواض (طرق الأحواض)؟

وما ميزات طريقة الزراعة بالسطور في الأحواض؟ ج:

ج: ١- طريقة النثر ٢- طريقة السطور

ويفضل السطور والسبب: ١- منتظمة ٢- توفر كمية البذور ٣- سهولة التعشيب

س: ما مفهوم التكثير الخضري؟

ج: هو الحصول على نبات كامل جديد باستخدام أي جزء من النبات الأم عدا البذرة

س: ما أسباب استخدام التكثير الخضري؟ أو علل يستخدم التكثير الخضري

١- إنتاج نبات يحمل صفات النبات الأم نفسها

٢- تكثير نباتات لا تحوي ثمارها على بذور كبعض أصناف العنب والبرتقال

٣- سرعة الحصول على الثمار

س: عدد أنواع التكثير الخضري؟

ج: ١- العقل ٢- الترقيد ٣- التطعيم ٤- الأبصال والدرنات

س: ما تعريف التطعيم؟

ج: هو عملية نقل جزء من الساق من نبات إلى نبات آخر فينمو الأول على الثاني، يسمى الأول: الطعم

والثاني: الأصل

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: ما أنواع العقل؟

- العقل الورقية: البيجونيا، نبات جلد النمر
- العقل الساقية: العنبر، الزيتون، الورد، السجاد
- العقل الجذرية: الرمان

س: ما تعرف العقل الساقية؟

ج: هو قطع جزء من الساق ووضعه في التربة لينمو نبات جديد.

س: عدد أنواع الترقيد

ج: ١- الترقيد الأرضي: الياسمين، العنبر

٢- الترقيد الهوائي: الورد الجوري

س: اذكر نباتات نستخدم فيها التطعيم

ج: نباتات الفاكهة: التفاح، المشمش، التين، العنبر

س: ما تعرف الدرنات؟

ج: هي ساق أرضية مخزون فيها الغذاء توجد عليها عيون تحتوي كل منها على براعم وهذه البراعم

مسؤولة عن الإنبات

س: ما تعرف الأبصال؟

ج: هي أوراق منتفخة مخزون فيها الغذاء توجد في قاعدتها ساق قرصية تتصل بها من أسفل بقایا الجذور

س: ما أقسام الأبصال من حيث موعد الزراعة والإزهار؟ وأمثلة عليها

ج: ١- أبصال شتوية: البصل / الثوم / النرجس

٢- أبصال صيفية: الزنبق / الجلاديولا

تنبيه: في تكثير البصل: نستخدم البصلة كاملة، أما في الثوم ممكن تجزئها لأجزاء صغيرة وكما في الدرنات يمكن استخدامها كاملة أو تقسيمها إلى قطع بحيث تحوي القطعة على عين أو أكثر

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: هل يمكن تقسيم رأس البصل عند زراعته؟

ج: لا، بل نستخدمها كاملة (الكتار)، أما في الثوم فممكن التجزئة إلى بصيلات، البصيلة: سن الثوم

س: اذ كر نباتات تتكاثر بالدرنات

ج: البطاطا، الأضاليا، البيجونيا، شقائق النعمان

س: هل يمكن تقسيم الدرنة عند زراعتها؟

ج: نعم يمكن

س: ما شروط زراعة الدرنات؟

١- تحوي كل قطعة على عين أو أكثر

٢- تكون سليمة وخلالية من العيوب

٣- توضع في التربة بحيث يكون اتجاه الجزء المقطوع للأسفل واتجاه البراعم إلى الأعلى

س: ما هو المبيد الفطري؟

ج: مادة أو خليط من المواد يستخدم في الوقاية من آفة ما أو القضاء عليها والحد من تأثيرها

س: علل لا تؤكل الأجزاء الخضراء من البطاطا، وكيف تتشكل؟

ج: لاحتوائها على مادة السولانين السامة، وهي تتشكل عند انكشاف البطاطا للشمس ولا تكون

الدرنات مغطاة جيداً بالتربة

س: علل: أحسن أنواع التربة لإنتاج البطاطا هي التربة الرملية الخفيفة

ج: لأنها يدخلها الهواء بسهولة وجيدة الصرف، فتتسم: ١- بنو الدرنات داخلها بسهولة

٢- شكل الدرنات منتظم ٣- يسهل حصادها أيضاً

س: متى تنضج درنات البطاطا؟

ج: تنضج أو يحصد لها بعد ٤ أشهر من الزراعة

تنبيه: تعد درنات البطاطا متخصصة في تخزين المواد النشوية

## الوحدة الرابعة: العناية بالملابس

س: ما أهمية العناية بالملابس؟ أو علل من الضروري العناية بالملابس

ج: لأن الاهتمام المستمر بها يجعل المظهر أنيقاً ومنظماً دائماً

س: اذكر طرق تصنيف الملابس داخل الخزانة؟ واستخدامات (فائدة) كل جزئية

ج: ١- الأرفف:

أ- علوية: لتخزين الحقائب

ب- الوسطى: لتخزين الملابس المطوية: النوم، الرياضة، اليومية

ج- السفلية: لتخزين الملابس

٢- الأدراج: لحفظ الملابس الداخلية، الجوارب والمحافظ، أدوات الزينة، الأكسسوارات، العطور

٣- أماكن تعليق الملابس: لحفظ الأحزمة والشالات والبناطيل والستر والفساتين والتنانير

س: اذكر طريقة العناية بالملابس الصوفية

ج: لا تعلق على علاقة الملابس، بل تحفظ مطوية في أكياس النايلون

س: علل: أهمية طي الملابس بطريقة صحيحة

١. للحفاظ على شكل الملابس مرتب

٢. لتسهيل عملية اختيارها

٣. يعطي منظراً جيداً للخزانة

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: ماذا نراعي عند ترتيب الملابس في الخزانة لجعل الملابس بحالة جيدة؟

- تجنب وضع الملابس بشكل متراص حتى لا تتبعد
- يكون ارتفاع العلاقة مناسباً للملابس الطويلة
- إزالة البقع عن الملابس المتسخة ثم غسلها وتجفيفها ثم حفظها في الخزانة
- تعلق البناطيل على علاقة سميكه
- تعريض الملابس للهواء بعد خلعها وقبل وضعها في الخزانة

س: علل: تهوية الملابس عند خلعها قبل وضعها في الخزانة

ج: ١- للتخلص من الروائح العالقة بها ٢- وتجنب انتقال الروائح للخزانة

س: علل: عدم وضع الملابس بشكل متراص في الخزانة

ج: حتى لا تتبعد وللحافظة على شكلها ورونقها

س: اذكر الأخطاء التي تلاحظ عند ترتيب الخزانة

- وضع الملابس بشكل متراص
- عدم تهوية الملابس عند وضعها في الخزانة
- عدم مراعاة الطول عند التعليق

## الوحدة الخامسة: التعامل مع الأجهزة الكهربائية

س: ما تعريف المكنسة الكهربائية؟

ج: هو جهاز كهربائي يعمل على تنظيف أرضيات المنزل بطريقة السطح، لإزالة الأتربة والغبار عن السجاد والموكيت وأرضيات المنزل (ال بلاط )

س: ما هي مكونات المكنسة الكهربائية؟

ج: ١- هيكل المكنسة وفيه المحرك ٢- فرشاة المكنسة ٣- خرطوم المكنسة

س: ما خطوات اختيار المكنسة الكهربائية عند الشراء؟

- ١- التأكد من توافر قطع غيار للمكنسة
- ٢- اختيار النوع ذي الملحقات التي تستخدم في التنظيف
- ٣- توافر مركز معتمد لصيانتها إذا استدعي الأمر
- ٤- اختيار المكنسة الكهربائية التي تتناسب مع الوظائف والأعمال المطلوبة
- ٥- اختيار المكنسة الكهربائية ذات الثمن المناسب لدخل الأسرة وذات جودة عالية

س: كيف نراعي الصحة والسلامة عند استخدام المكنسة الكهربائية؟

- ١- قراءة التعليمات المرفقة بعناية قبل التشغيل
- ٢- التأكد أن الجهد الكهربائي في المكنسة يناسب الجهد الكهربائي المستخدم في المنزل
- ٣- عدم وضع القابس الخاص بالم肯سة الكهربائية في الكهرباء واليدان مبللتان
- ٤- فصل التيار الكهربائي عن الجهاز عند انتهاء الاستعمال
- ٥- سحب القابس بلطف عند فصل التيار

# م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

**س: ما الأمور الواجب اتباعها عند تشغيل المكنسة الكهربائية؟**

- ١- قراءة التعليمات المرفقة من دليل الشركة وللتتأكد من الجهد الكهربائي المناسب للمكنسة
- ٢- تفريغ كيس الغبار وتنظيفه بعد كل استعمال لضمان عمل المكنسة بكفاءة
- ٣- تغيير الإطار المطاطي إذا فقد مثانته لعدم تسرب الغبار
- ٤- عدم استعمال المكنسة الكهربائية لتنظيف المناطق المحتوية على الزيوت
- ٥- مراعاة عدم اصطدام المكنسة بقطع الأثاث للمحافظة على ديمومتها

**تبنيه: يفرق الطالب بين تلك التقسيمات الخاصة بالم肯سة الكهربائية، عند الشراء، عند الاستخدام، عند التشغيل، ويحفظ أسهل ٣ نقاط عليه إلا إن طلب أستاذ المادة أكثر.**

**س: ما أهمية المكنسة الكهربائية؟**

**ج: تعمل على تنظيف الأرضيات في المنزل بطريقة الشفط وتزيل الاتربة والغبار عن السجاد والستائر والكراسي وغيرها فتوفر الوقت والجهد**

**س: ما أهمية قراءة دليل الشركة الصانعة المرفق مع المكنسة قبل التشغيل؟**

**ج: لتجنب الاستعمال غير الصحيح للمكنسة وللتتأكد من الجهد الكهربائي المناسب لها**

**س: علل: تفريغ كيس الغبار كلما امتلأ للنصف**

**ج: لضمان عمل المكنسة الكهربائية بكفاءة**

**س: علل: تغيير الحزام المطاطي إذا فقد مثانته**

**ج: لعدم تسرب الغبار**

**س: علل: شفط الغبار ضعيف في المكنسة الكهربائية**

**ج: بسبب ملء الكيس الداخلي للمكنسة بالغبار، أو وجود ثقب في الخرطوم**

## الوحدة السادسة: تحضير الطعام

س: ما المقصود بالشطيرة؟

ج: هي وجبة خفيفة سريعة التحضير يمكن تناولها كفطور أو عشاء أو بين الوجبات ويمكن تناولها في العمل أو المدرسة

س: ما الذي يحدد القيمة الغذائية للشطائر؟ ولماذا؟

ج: الحشواد داخل الشطائر، حيث يفضل أن تحتوي على العناصر الغذائية من الكربوهيدرات والألياف وقليل من البروتين والدهون

س: ما المقصود بالخشوة؟

ج: هي أي نوع من الطعام يوجد داخل الخبز يصلح لإعداد الشطائر

س: ما تتكون الشطيرة؟ (مكونات الشطيرة)

١- الخبز: وهو المكون الأساسي وهو نوعين: أسمر وأبيض

٢- الخشوة: وهي الجزء المهم داخل الشطيرة

س: ما تتكون الخشوة؟ (مكونات الخشوة أو أنواعها)

١- مواد الدهن مثل: الزبدة، اللبن، الجبنة والمربيات

٢- مواد الخشو الأخرى مثل: البيض المسلوق، اللحوم البيضاء والحمراء المطبوخة، الحبوب المطبوخة

مثل الحمص، خضروات مثل خس وخلات

س: ما أقسام الخبز أو أنواعه؟

١- الخبز الأبيض: يصنع من دقيق القمح المقشور النحالي من النخالة

٢- الخبز الأسمر: يصنع من دقيق القمح الكامل وميزته الغذائية أعلى من الخبز الأبيض حيث قشرة

القمح تحوي الفيتامينات والعناصر الغذائية والبروتين.

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: اذكر ثلاثة من الأمور الواجب مراعاتها عند إعداد الشطائر للحافظة على الصحة والسلامة العامة

- ١- غسل اليدين جيدا قبل اعداد الشطيرة وبعده
- ٢- غسل الأدوات المستخدمة جيدا قبل الإعداد وبعده
- ٣- استخدام خضروات ومواد غذائية طازجة وغير تالفة
- ٤- التقيد بمتطلبات الصحة والسلامة العامة عند اعداد الشطيرة مثل الحذر من الأدوات الحادة والزيت الساخن

٥- تنظيف الخضروات المستخدمة ولا سيمه الورقية بنقعها بمحلول مائي أو ماء وخل والسبب: للقضاء على بيوص الديدان التي لا ترى بالعين المجردة.

س: ما أقسام الشطائر؟ مع ذكر أمثلة عليها

١. شطائر ساخنة: حيث في حشوتها مواد غذائية مطبوخة، كبيض مسلوق، بطاطا مسلوقة، دجاج
  ٢. شطائر باردة: حيث في حشوتها لبنة مع خيار، جبنة بيضاء، جبنة صفراء
- س: عدد أمثلة من أنواع الشطائر، مع ذكر مكوناتها
- ١- شطيرة البيض المسلوق: تتكون من بيض مسلوق وخبز وبندوره وخس
  - ٢- شطيرة اللبنة مع شرائح الخيار: تتكون من اللبنة والخبز وشرائح الخيار والحس
  - ٣- شطيرة الزيت والزعتر: تتكون من الزيت والزعتر والخبز
  - ٤- شطيرة البطاطا المسلوقة: تتكون من البطاطا المسلوقة والخبز وقليل من زيت الزيتون

س: ما أهمية إضافة الدهن إلى الشطيرة؟ أو الهدف من إضافة الدهن للشطيرة؟

ج: ١- زيادة القيمة الغذائية ٢- وإكسابها الطعم الأفضل

## م التحميل من موقع الأوائل التعليمي

س: اذكر أنواع السلطات مع ذكر مكوناتها؟

- ١- السلطة العربية: تكون من الخضراوات الموسمية كالخيار والبندورة والخل ووالبقدونس والعنع والبصل بالإضافة للملح وزيت الزيتون
- ٢- سلطة الفواكه: تكون من أنواع الفواكه المتوفرة في المنزل كالتفاح والموز والعنب والبرتقال مضافا لها الكر بما والمكسرات للزينة
- ٣- السلطة اليونانية: تكون من جبنة الفيتا والبصل والبندورة والخل والفلفل الحلو والخيار والجرجير والزيتون الاسود مضافا لها الملح وزيت الزيتون والخل وعصير الليمون
- ٤- السلطة الروسية: تكون من قطع البطاطا المقليه أو المطبوخة على شكل مكعبات والجزر والبازيلاء وشرائح البصل وتخليط بالمايونيز مع اضافة الملح وقليل من الزيت سلطات أخرى مثل: سلطة الذرة، سلطة التبولة، سلطة خيار ولين

س: ما أهمية الألياف الغذائية للجسم وما مصادرها؟

ج: ١- تقي الجسم من الإمساك

٢- تحافظ على صحة وسلامة الجهاز الهضمي للإنسان  
مصدرها الخضار والفواكه والحبوب الكاملة

س: لماذا تعد الخضراوات والفواكه من الأطعمة الضرورية لجسم الإنسان؟

ج: لفائدة الرئيسية في وقاية الجسم من الأمراض

س: ما الخطوات الواجب اتباعها عند تحضير الخضراوات والفواكه لإعداد السلطات؟

- ١- غسل الخضراوات لإزالة الأتربة والأوساخ العالقة، باستخدام محلول الملح أو الماء والخل
- ٢- تقشير بعض أنواع الخضراوات للتخلص من القشور غير الصالحة للأكل
- ٣- تقطيع الخضراوات لتشكيلها بطرق متعددة وتسهيل طهيها وتناولها

تنبيه: جملة رابط ذهني لحفظ: (غسل - تقشير - تقطيع)

نبهات:

- سلطة تتكون من الخضراوات الموسمية والملح وزيت الزيتون هي السلطة العربية
- نصيف الخل بمعدل ملعقة واحدة للسلطة
- أحد أنواع السلطات يضاف إليها سكر بحسب الرغبة، يمكن أن يكون فيها موز وتفاح وإجاص وجوافة هي سلطة الفواكه
- يضاف ملح بحسب الرغبة لمعظم أنواع السلطات، ويمكن أن نعمل محلولا منه لغسل الخضراوات
- السلطة التي تتكون من جبنة الفيتا والخس والفلفل الحلو والخيار والبندورة والزيتون الأسود هي السلطة اليونانية
- الطبق الذي يتكون منه الكثير من البقدونس المفروم والبرغل والبندورة وزيت الزيتون والملح هو طبق التبولة
- نصيف زيت الزيتون لمعظم أنواع السلطات
- يضاف عصير ليمون لإكساب السلطات الطعم الحامض
- السلطة التي تتكون من مكعبات البطاطا والجزر والبازيلاء مخلوطة بالمايونيز مع قليل من الملح والزيت هي السلطة الروسية

## تم بحمد الله

التلخيص شامل لمادة الكتاب ويشمل حل أسئلة الدروس  
ويستثنى منه التمارين العملية  
يُفضل الرجوع للكتاب ولاختيارات أستاذ المادة وما يحدده من المادة النظرية

# الدروز الدريسي

تابعونا على صفحتنا على الفيس بوك

للاختصار أردني - سؤال وجواب