

مذكرة الأنشطة التفاعلية

اسم المقرر:
مبادئ العلوم الصحية (١-٢)

اسم الطالب:

ورقة عمل (١-٢-١-١) ميكانيكا الجسم

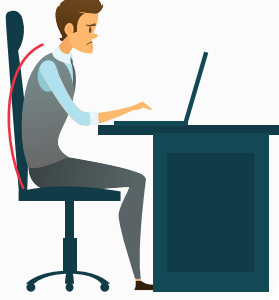
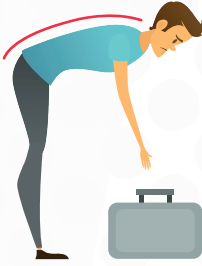
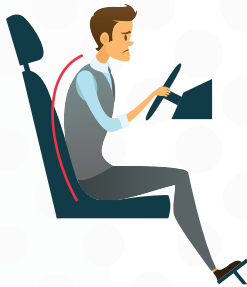
تعاون مع مجموعتك وادرس الأشكال التالية، ثم حدد القواعد الأساسية لاستخدام ميكانيكا الجسم بشكل صحيح.

أهم القواعد الأساسية لاستخدام ميكانيكا الجسم بشكل صحيح:

-
-
-
-
-
-

ورقة عمل (١-٢-٢) الوضعيات الصحيحة لحركة الجسم

تعاون مع مجموعتك ولاحظ الصور التالية وحدد أسفل كل صورة أي من الوضعيات التالية لحركة الجسم يعبر عن وضعية صحيحة أم خاطئة له:

الوضع ب	الوضع أ	
		١
		٢
		٣

الوضعية الخاطئة: أ-١ / أ-٢ / أ-٣

الوضعية التصحيحية: أ-١ / أ-٢ / أ-٣

ورقة عمل (١-٣-١-١) أمثلة للحوادث والإصابات

فيما يلي مجموعة من أمثلة الحوادث والإصابات، تعاون مع مجموعتك في تصنيفها في العمود المقابل لكل منها مع ذكر السبب:

الأمثلة	التصنيف	السبب
		
		
		
		
		

ورقة عمل (١-١-٣-٢) المبادئ التي يجب اتباعها لتجنب وقوع الحوادث والإصابات

ادرس مع مجموعتك الحالات الآتية ثم حدد المبادئ التي يجب اتباعها لتجنب وقوع الحوادث والإصابات:



من المبادئ التي يجب اتباعها لتجنب وقوع الحوادث والإصابات:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.

ورقة عمل (١-٢-٤-١) جدول التعلم

جدول التعلم

الموضوع: المخاطر الكيميائية وأنواعها

L	W	K
ماذا تعلمت عن المخاطر الكيميائية وأنواعها والأساليب المتبعة للتعامل معها؟	ماذا تريد أن تتعلم عن المخاطر الكيميائية وأنواعها والأساليب المتبعة للتعامل معها؟	ماذا تعرف عن المخاطر الكيميائية وأنواعها والأساليب المتبعة للتعامل معها؟
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		



ورقة عمل (١-٢-٤-١) جدول التعلم

مخاطر المواد الكيميائية

التعرف على مخاطر المواد الكيميائية باستكمال المخطط المبين باستخدام المدلولات التالية:

سريع الاشتعال

مادة متفجرة

مادة مضغوطة

البيئة على خطر

سام جدا

مادة مؤكسدة

مادة أكالة

مخاطر صحية

مادة مضرّة

			العلامة
			المدلول
			العلامة
			المدلول
			العلامة
			المدلول

ورقة عمل (١-٢-٥-١) أسباب الحرائق

اذكر أسباب حدوث الحرائق باستخدام الجدول التالي:

السبب	الحرائق
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

ورقة عمل (١-٥-١) طفايات الحرائق

من خلال دراستك لفئات طفايات الحريق أكمل الجدول التالي:

الفئة	الاستخدام
	
	
	
	
	

ورقة عمل (١-١-١-٢) أنواع العدوى

استكمل الخريطة التالية للتعرف على أنواع العدوى من خلال كتابتك داخل الشكل التالي:

العدوى الخارجية	العدوى الداخلية
عدوى المستشفيات	العدوى الانتهازية



ورقة عمل (٢-١-١-٢) سلسلة انتقال العدوى

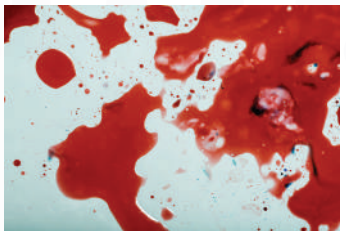
استكمل الخريطة التالية للتعرف على أجزاء سلسلة انتقال العدوى من خلال كتابتك داخل المخطط التالي:



المعرضين للإصابة	عامل العدوى
أماكن دخول مسبب العدوى	مخزن العدوى
طرق انتقال العدوى	أماكن خروج مسبب العدوى

ورقة عمل (١-٢-١-٢) الاحتياطات الوقائية اللازمة أثناء عمل مقدمي الرعاية الصحية

ادرس المواقع التالية مع زملائك ثم حدد الاحتياطات الوقائية اللازمة أثناء عمل مقدمي الرعاية الصحية في كل موقف منها.

الموقف	الاحتياطات الوقائية	الاجراء
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

ورقة عمل (١-٢-٣-١) الاحتياط المتبعة مع مرضى الأمراض المعدية

اقرأ الاحتياطات المتبعة مع مرضى الأمراض المعدية بالاستعانة بكتاب العلوم الصحية ١-٢، ثم
وضح ما المقصود من كل منها في المخطط التالي:

احتياطات الانتقال بالاتصال

.....

.....

.....

.....

.....

احتياطات الانتقال بالقطرات (الرذاذ)

.....

.....

الاحتياطات القياسية

.....

.....

.....

.....

.....

احتياطات الانتقال بالهواء

.....

.....

.....

.....

.....



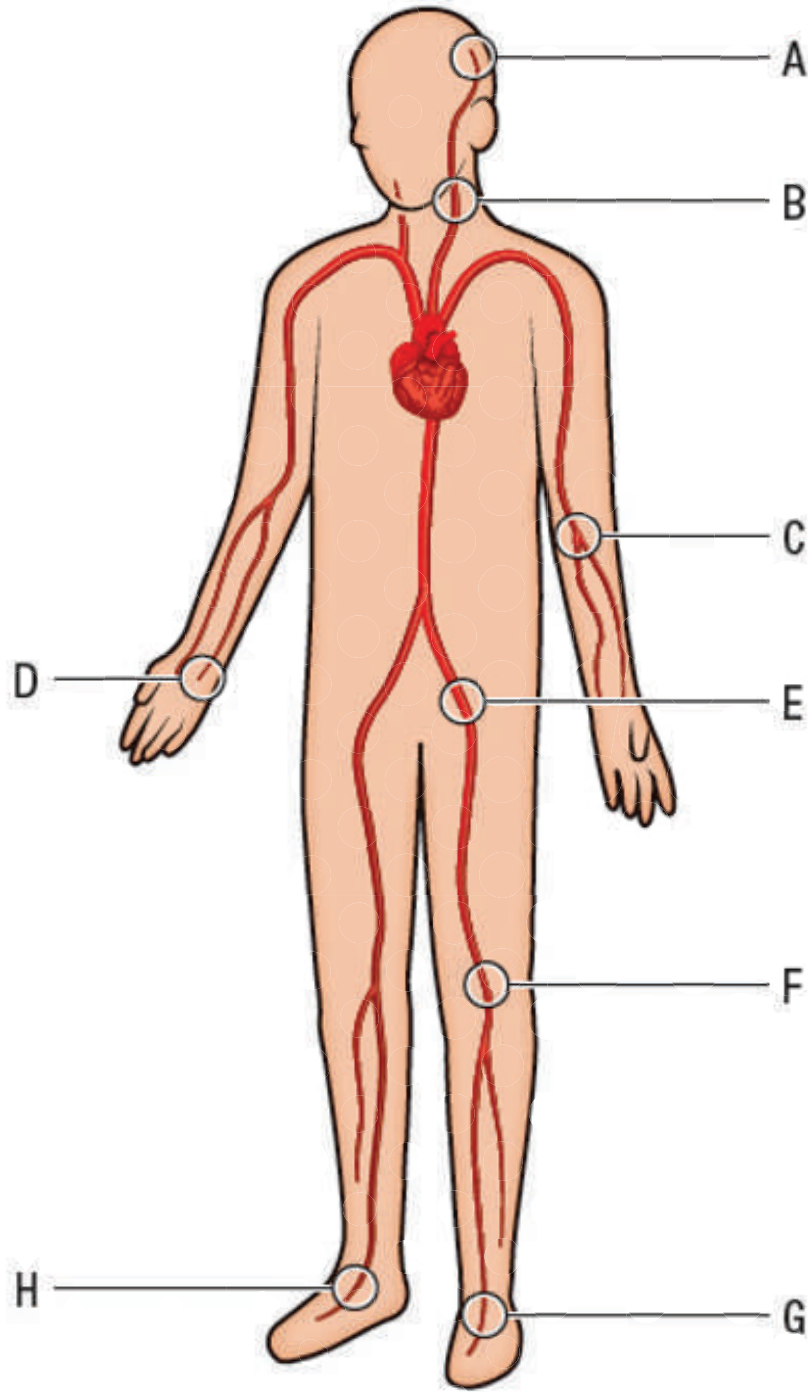
ورقة العمل (٢-٢-٤-١) العلامات الحيوية

أمامك مجموعة من العلامات الحيوية للجسم، حدد ما المقصود بها من خلال كتابتك داخل الشكل التالي:

الاجراء	العلامة الحيوية	التعريف	المعدل الطبيعي
			
			
			
			
			

ورقة عمل (٢-٢-٥-١) مواقع قياس النبض

عزيزي المتدرب، يوضح الشكل مجموعة من مواقع (مواضع) قياس النبض، حدد هذه المواقع تبعًا للرمز المكتوب:



الرمز	موقع القياس	الرمز	موقع القياس
A		E	
B		F	
C		G	
D		H	

الرمز	موقع القياس	الرمز	موقع القياس
A	على جانبي الجبهة.	E	الشریان السباتي: عند العنق على جانبي القصبة الهوائية.
B	الساعد الداخلي في الفضاء أمام الكوع.	F	عند الرسغ الداخلي، على نفس جانب الإبهام.
C	أعلى الفخذ حيث يلتقي الفخذ بجذع الجسم.	G	خلف الركبة.
D	في الجزء العلوي من قوس القدم.	H	أسفل وخلف الكعب الإنسي.

ورقة عمل (٢-٥-٢-٢) التنفس

عزيزي المتدرب، من خلال الاستعانة بكتاب المقرر مبادئ العلوم الصحية ٢-١ عرف ما المقصود بكل من المصطلحات التي تصف التنفس غير الطبيعي التالية من خلال كتابتك بالجدول التالي:

الرمز	موقع القياس
ضيق التنفس	
انقطاع التنفس	
تسرع التنفس	
التنفس البطيء	
ضيق التنفس الشديد	
الخرخرة	
الازيز	
الزرقة	

ورقة عمل (١-١-٣) نموذج فراير لمفهوم الإسعافات الأولية

بالتعاون مع أعضاء فريقك، أكمل نموذج فراير التالي لمفهوم الإسعافات الأولية:

المفهوم

التعريف

مثال دال

مثال غير دال

الخصائص

ورقة عمل (٢-١-١-٣) المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية

بالتعاون مع أعضاء فريقك ادرس الحالة الآتية ثم حدد المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية التي ينبغي القيام بها في هذه الحالة:

كان باسم يقود في طريق هادئ وفجأة رأى السيارة التي امامه تفقد سيطرتها وتنحرف عن الطريق وتصطدم بعمود الإنارة. كما لاحظ السائق ينحني على عجلة القيادة وذراعه ملتوية بزاوية غريبة كما كان هناك حريقا صغيرا في مؤخرة السيارة وفي المقعد الخلفي طفل صغير يبكي

وفي ضوء دراسة هذه الحالة يمكن توضيح مبادئ الإسعافات الأولية في الخطوات التالية:

- (١)
-
- (٢)
-
- (٣)
-
- (٤)
-
- (٥)
-
- (٦)
-
- (٧)
-

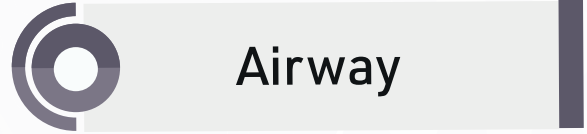
ورقة عمل (١-٢-١-٣) إدارة الإنعاش القلبي الرئوي

بالتعاون مع مجموعتك، عرف تسلسل مكونات عملية الإنعاش القلبي الرئوي بالمخطط التالي:

الدورة الدموية.....
.....



المجرى الهوائي.....
.....



التنفس.....
.....

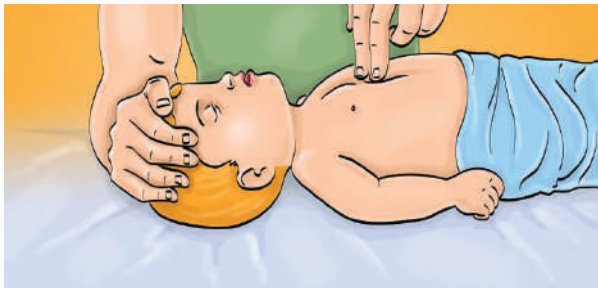


إزالة الرجفان.....
.....



ورقة عمل (٣-١-٢-٢) خطوات الإنعاش القلبي الرئوي

حدد خطوات الإنعاش القلبي الرئوي لكل من الحالات الموضحة بالجدول التالي:

الخطوات	الاجراء
.....	
.....	
.....	
.....	

ورقة عمل (٣-٢-٣) النزيف وطرق السيطرة عليه

بالتعاون مع أعضاء فريقك، استكمل الجدول التالي حول النزيف والطرق الرئيسية للسيطرة عليه:

الخطوات	مكان النشأة
.....	الشرايين
.....	الأوردة
.....	الشعيرات الدموية
طرق السيطرة على النزيف	
.....	
.....	
.....	
وينتج عنه فقدان شديد للدم، ويكون لونه أحمر فاتح. نزيف الشرايين مهدد للحياة ويجب السيطرة عليه بسرعة	الشرايين
الدم الوريدي يكون أبطأ وثباتاً ولونه أحمر داكن أو كستنائي. النزيف الوريدي مستمر ويمكن أن يؤدي إلى فقدان كمية كبيرة من الدم، ولكن من السهل السيطرة عليه	الأوردة
ينزف الدم الشعري من الجرح ببطء، ويكون أقل احمراراً من الدم الشرياني، ويسهل تخثره.	الشعيرات الدموية

❖ ورقة عمل (٣-٢-٣-٢) الحروق

بالتعاون مع أفراد مجموعتك. ادرس الحروق الآتية ثم حدد درجة وخصائص كل منها بالجدول التالي:



الخصائص	الدرجة	الحرق
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

ورقة عمل (٣-٢-٤-١) الكسر والخلع والالتواء والإجهاد

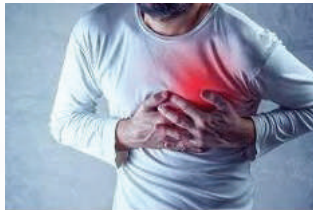
بالتعاون مع مجموعتك بين الفرق بين كلا من حالات الكسر والخلع والالتواءات والإجهادات باستكمال الجدول التالي

الحالة	مسمى الحالة	التعريف	العلامات والأعراض	الإسعافات الأولية
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

:

ورقة عمل (٣-٢-٤-٢) الأمراض المفاجئة

بالتعاون مع مجموعتك: حدد المرض المفاجئ من الأمراض المفاجئة التالية (الإغماء- السكتة الدماغية- التشنجات- مضاعفات السكري - النوبات القلبية) أمام كل حالة ثم حدد الإسعافات الأولية لها.

الحالة	مسمى المرض	التعريف	الإسعافات الأولية
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

ورقة عمل (٤-١-١-١) مهارات الاحتفاظ بالوظيفة

بالتعاون مع أعضاء فريقك، حدد المهارات الهامة للاحتفاظ بالوظيفة بوضع علامة أمام المهارة المطلوبة:

المهارة	
١	استخدم القواعد الصحيحة في وقت ضغط العمل
٢	تقديم تقرير العمل في الوقت المحدد وفي الموعد المحدد.
٣	التفكير السلبي
٤	ممارسة العمل الجماعي
٥	تعزيز السلوك الإيجابي
٦	افتعال المشاكل بشكل دائم
٧	الاستعداد للتعلم والتدريب
٨	التفرد في العمل
٩	الاستسلام عند أول مشكلة
١٠	تقبل المسؤولية عن أفعالك

ورقة عمل (٢-١-١-٤) الاستقالة من الوظيفة

بالتعاون مع أعضاء فريقك، أجب عن الأسئلة الآتية:

ما هي أسباب الاستقالة من العمل؟

.....

.....

متى يجب عليك الاستقالة؟

.....

.....

.....

.....

هل يجب ذكر سبب الاستقالة؟

.....

.....

.....

.....

ماذا يقال عند الاستقالة؟

.....

.....

ورقة عمل (١-٢-١-٤) الخطاب التعريفي

بالتعاون مع مجموعتك، ادرس الخطاب التعريفي الذي أمامك ثم قم بتحديد الأخطاء الواردة به:

إلى من يهمه الأمر:

قرأت إعلانك عن وظيفة مساعد وأود التقديم. كما تظهر لك سيرتي الذاتية، لدي الكثير من الخبرة الرائعة التي يمكنك الاستعانة بها. وهذه الوظيفة هي بالضبط ما أريده !!!

يرجى مراجعة سيرتي الذاتية والاتصال بي قريباً لتحديد موعد مقابلة. أنا متحمس جداً لمقابلتك. نأمل في رؤيتك قريباً!!!

المخلص،

ديبي جوبهوتتر

الأخطاء الواردة الخطاب التعريفي:

عتك، ادرس الخطاب التعريفي الذي أمامك ثم قم بتحديد الأخطاء الواردة به:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

❖ ورقة عمل (٤-١-٢-٢) نموذج طلب وظيفة

بالتعاون مع مجموعتك، ادرس نموذج طلب وظيفة ثم حدد المبادئ التي يجب مراعاتها عند ملئ نموذج طلب الوظيفة.

العنوان.....:

رقم الهاتف.....:

إلى السيد المحترم.....:

وظيفية طلب :الموضوع

المرجع :إعلان وظيفة.....

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته وبعد..

تبعاً للموضوع والمرجع المشار إليهما أعلاه، يسعدني أن أتقدم إلى سيادتكم بكل احترام وتقدير، أملاً أن تعطونه قسطاً من رعايتكم الكريمة وأن يحظى طلبي بكامل القبول والرضا، وذلك لشغل وظيفة..... في مؤسستكم المحترمة والمعلنة في.....

وأحيطكم علماً أن تاريخ الميلاد .../.../... :وحامل لبطاقة إثبات هوية رقم

و أحمل الجنسيةوحاصل على شهادة في.....

وخلال مسيرتي المهنية حصلت على العديد من الدورات والخبرات والتجارب المهنية مكنتني من تعزيز تكويني العلمي والعملية، وأملك تجربة لا بأس بها اكتسبتها من مجال عملي..... خلال الفترة

ولمزيد من المعلومات والتفاصيل أرفق بطلبي هذا بطاقة معلوماتي وسيرتي الذاتية والشهادات الخاصة بي.

المبادئ التي يجب مراعاتها عند ملئ نموذج طلب الوظيفة:

.....

.....

.....

.....

ورقة عمل (٤-٢-٣-١) المقابلة الوظيفية

عزيزي المتدرب، بالتعاون مع مجموعتك قم بتصميم استمارة لعدد من أسئلة المقابلة الوظيفية.



المهارة	
١	؟
٢	؟
٣	؟
٤	؟
٥	؟
٦	؟
٧	؟
٨	؟
٩	؟
١٠	؟

ورقة عمل (٤-٢-٤-٢) الدخل الإجمالي والدخل الصافي

عزيزي المتدرب، افحص البيانات التالية للدخل الإجمالي والدخل الصافي والاستقطاعات، ثم استكمل الجدول التالي بالبيانات الصحيحة ثم استنتج العلاقة بين الاستقطاعات والدخل الصافي للفرد.

الحالة	الدخل الإجمالي	الاستقطاعات	الدخل الصافي
١	٩٠٠٠ ريال سعودي شهريا	المؤسسة ٨٪ التأمينات ٠,٧٥٪	
٢	١٢٠٠٠ ريال سعودي شهريا	المؤسسة ٩٪ التأمينات ٠,٩٪ أخرى ٠,٢٥٪	
٣	٩٠٠٠ ريال سعودي شهريا	المؤسسة ٩٪ التأمينات ٠,٩٪ أخرى ٠,٢٥٪	
٣	١٢٠٠٠ ريال سعودي شهريا	المؤسسة ٨٪ التأمينات ٠,٧٥٪	

ورقة عمل (٣-٤-٢-٤) تحديد الميزانية

عزيزي المتدرب، احسب ميزانيتك الشهرية إذا كنت تعمل فني اشعة بدوام كامل وراتب ٦٠٠٠ ريال سعودي شهريا مع حساب المصاريف الثابتة والمتغيرة.

.....

.....

.....

.....

.....

.....