دليل المعلم

المحافظة على الصحة

45 دقيقة — مجموعات صغيرة من 3 إلى 4 طلاب

نواتج التعلم

- يذكر الطالب أربع عادات صحية تحافظ على سلامة الجسم
- يفسر الطالب أهمية غسل اليدين والنوم الكافي في الوقاية من الأمراض
- يصنف الطالب العادات إلى صحية وغير صحية
- يصمم الطالب جدولًا يوميًا بسيطًا يتضمن عادات صحية
- يقارن الطالب بين نتائج اتباع العادات الصحية وإهمالها

قبل الحصة

- تجهيز شرائح العرض والبطاقات المصورة للعادات الصحية
- تحضير أطباق الخبز للتجربة قبل الحصة بوقت كافٍ إن أمكن
- تجهيز أوراق العمل والأدوات للتحدي الهندسي

سير الحصة

المرحلة	الزمن	ما يحدث
التهيئة وطرح السؤال المثير	5 د	سؤال الطلاب عن تجاربهم مع المرض وربطه بأهمية الصحة
عرض وشرح محتوى الدرس	15 د	عرض الشرائح وشرح عناصر المحافظة على الصحة مع أمثلة من بيئة الطالب
التجربة العملية	10 د	بدء تجربة الجراثيم ومناقشة خطواتها وأهمية غسل اليدين
النشاط التطبيقي وورقة العمل	10 د	تصنيف العادات وحل بعض بنود ورقة العمل بشكل فردي أو جماعي
الختام والتلخيص	5 د	تلخيص أهم عادات الدرس وسؤال الطلاب عن العادة التي سيطبقونها اليوم

التجربة: تجربة أثر الجراثيم: لماذا نغسل أيدينا؟

الأدوات: طبقان بلاستيكيان شفافان بهما خبز رطب قليلًا · كيس بلاستيكي محكم لكل طبق · ملصقات أو أقلام للكتابة على الأطباق

1. اطلب من طالب لمس الطبق الأول بيد غير مغسولة
2. اطلب من طالب آخر غسل يديه جيدًا بالماء والصابون ثم لمس الطبق الثاني
3. أغلق الطبقين داخل الأكياس البلاستيكية وضعهما في مكان دافئ بعيدًا عن متناول اليد
4. راقب الطبقين يوميًا لمدة 3 إلى 5 أيام ودوّن الملاحظات
5. قارن بين شكل الخبز في الطبقين في نهاية المدة

السلامة: لا تفتح الأكياس بعد الإغلاق لتجنب استنشاق العفن · اغسل يديك جيدًا بعد التعامل مع الأطباق · تخلص من الأطباق في سلة مغلقة بإشراف المعلم

النتيجة المتوقعة: يظهر العفن في الطبق الذي لمسته يد غير مغسولة أسرع وأكثر من الطبق الآخر، مما يثبت أن غسل اليدين يقلل الجراثيم ويحمي صحتنا

دعم المتعثرين: تبسيط المفاهيم ببطاقات مصورة واضحة، وتكرار الأمثلة اليومية البسيطة، ومنح وقت إضافي لإكمال ورقة العمل مع المساعدة الفردية

إثراء المتميزين: تكليف الطلاب المتميزين بإعداد عرض تقديمي قصير عن أحد الأمراض الناتجة عن إهمال الصحة وطرق الوقاية منه

التقويم: ملاحظة مشاركة الطلاب أثناء النقاش والتجربة، وتصحيح ورقة العمل والاختبار القصير، وتقييم ملصق التحدي الهندسي وفق معايير الرابرك