

أوراق عمل الفصل الأول

مبادئ علوم صحية

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1. الطرائق التي يتحرك بها الجسم ويحافظ على توازنه:			
أ- ميكانيكا الجسم	ب- السلامة	ج- التمثيل الغذائي	د- التغذية
2. من المبادئ التي تعتمد عليها ميكانيكا الجسم			
أ- تحسين أداء العضلات	ب- تسهيل عمليات الرفع والسحب	ج- الحد من الإرهاق	د- جميع ما سبق
3. أقوى العضلات وأكبرها تتوزع عند			
أ- الكتفين	ب- الوركين	ج- الفخذين	د- جميع ما سبق
4. لا يستحسن الحمل على عضلات الظهر لأنها			
أ- ضعيفة	ب- قوية	ج- صلبة	د- ب و ج
5. يجب أبقى الأشياء الثقيلة التي تحملها عن جسمك			
أ- بعيدة	ب- قريبة	ج- فوق	د- أسفل

السؤال الثاني: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة و علامة (x) أمام العبارة الخاطئة

1- يجب ان تترك مسافة تتراوح بين 30 – 35 سم بين قدميك للمحافظة على ميكانيكا الجسم	
2- من أقوى وأكبر العضلات في الجسم الموجودة عند الكتفين وأعلى الذراعين.	
3- أقوى عضلات الجسم هي عضلات الظهر.	
4- عندما يستقيم الجسم بشكل صحيح ينخفض الضغط الذي تتحمله العضلات	
5- من صور الوضعيه الجيده الوقف مستقيماً مع شد عضلات البطن إلى الداخل	

السؤال الثالث: ماذا تمثل الصورة المجاورة؟



السؤال الأول: اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1. علم تطبيقي يسعى إلى تعزيز سلامة الأشخاص ورفاهيتهم من خلال تكييفهم مع البيئة واستخدام أساليب تجنبهم الإصابات	أ- بيئة العمل	ب- السلامة	ج- الصحة	د- الدعم الصحي
2. المخاطر التي قد تحدث في بيئة العمل ويجب على مقدم الرعاية الصحية التعامل معها	أ- الأسلاك الكهربائية	ب- الأرضيات المتكسرة	ج- الإنارة التالفة	د- جميع ما سبق
3. لتجنب مخاطر غرفه الاشعة لابد من	أ- عدم استخدام الأشعة	ب- عمل اشعه مرتين في السنة	ج- فحص أجهزه الأشعة	د- التوعية
4. يستخدم اليود المشع في علاج أمراض	أ- الغده التيموسيه	ب- الغده الدرقية	ج- الغده التناسلية	د- الغده الكظرية
5- يستخدم الزئبق في	أ- عيادات الاسنان	ب- اجهزه قياس الحرارة	ج- اجهزه قياس الضغط	د- جميع ماسبق

السؤال الثاني: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

1-يجب التبليغ عن المعدات المتضررة أو التي تعمل بشكل سيئ فوراً، ولا تستخدمها.	
2-يجب عدم استخدام المعدات الكهربائية أبداً بيدين مبللتين أو بجوار الماء	
3-لا يجب قراءة التحذيرات والاحتياطات قبل استخدام المحاليل الكيميائية.	
4- يجب قرأه ملصقات عبوات المحاليل ما لا يقل عن مرتين مرات فقط.	
5- بعض المحاليل تحفظ بدرجة حرارة الغرفة، بينما يجب حفظ محاليل أخرى في مكان بارد.	
6- إذا لامست بشرتك أو عيناك أي محاليل، فاغسل المنطقة فوراً بالماء الساخن ولا تبغ المسؤول.	

السؤال الثالث: وضح الإجراءات التي يفعلها الطبيب قبل الدخول على المريض؟

.....

.....

.....

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1. مفاهيم أساسية ذات صلة بالحرائق	أ- كيفية اندلاعها	ب- كيفية تفاديها	ج- كيفية التصرف عند حدوثها	د- جميع ما سبق
2. هناك ثلاث عناصر يحتاجها الحريق ليندلع	أ-الاكسجين	ب-الماء	ج- ماده قابله للاشتعال	د- أ و ج
3. ماهي أكثر اسباب الحرائق شيوعاً	أ- الطبخ	ب- توصيلات الكهرباء	ج-التدخين	د- استخدام الشموع
4. هي عبوات معدنية أسطوانية تحتوي على الماء أو على مواد كيميائية، وتستخدم لإخماد الحرائق	أ-طفاية الحريق	ت- خرطوم الماء	ج- مكافحه الحرائق	د- عبوات الغاز
5- طفايات تستخدم لإطفاء الحرائق الناتجة عن مواد قابلة للاشتعال كالورق والبلاستيك:	أ-الفئة أ	ب-الفئة ب	ج- الفئة ج	د- الفئة د

السؤال الثاني: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

1- الفئة د تُستخدم لإطفاء المعادن المشتعلة، وغالباً ما تكون خاصة بنوع المعدن المستخدم	
2- من أنواع الطفايات طفاية الهالون	
3- جميع أنواع الطفايات تخلف مخلفات ضارة	
4- يجب إغلاق جميع الأبواب والنوافذ عند حدوث الحريق من أجل تجنب التيارات الهوائية	
5- طفاية الهالون هي تقوم بإطفاء حرائق المعدات الكهربائية	
6- طفاية ثاني أكسيد الكربون تترك بقايا على شكل مسحوق بسبب تهيج العينين	

السؤال الثالث: اربط كل رمز بالتعريف المناسب له:

1-		أ. تُستخدم لإطفاء الحرائق الناتجة عن مواد قابلة للاشتعال كالورق والقماش والبلاستيك والخشب.
2-		ب. تُستخدم لإطفاء المعادن المشتعلة أو القابلة للاشتعال مثل المغنيسيوم والتيتانيوم والصوديوم، وغالباً ما تكون خاصة بنوع المعدن المعني ولا يمكن استخدامها لإطفاء أنواع أخرى من الحرائق.
3-		ج. تُستخدم لإطفاء الحرائق الناتجة عن سوائل وغازات قابلة للاشتعال مثل البنزين والنفط والدهان والشحم ودهون الطبخ.
4-		د. تُستخدم لإطفاء مواد الطبخ المشتعلة كالدّهون والشحوم والزيوت في مراكز الطبخ التجارية.
5-		هـ. تُستخدم لإطفاء الحرائق الكهربائية مثل الحرائق التي تندلع في صناديق الصمامات والمخارج الكهربائية والأجهزة.

السؤال الخامس: وضح سبب كلّ مما يلي؟

1- تجنب لمس البقايا الناجمة عن الطفايات التي تحتوي على مواد كيميائية.

.....

2- عند اندلاع حريق يجب اغلاق جميع الأبواب والنوافذ؟

.....

3- يجب فصل التيار الكهربائي قبل استخدام طفاية الحريق لإخماد حريق كهربائي؟

.....

السؤال السادس: توضح الصورة المجاورة؟

