



الصف الخامس هـ الأساسي



ملحق الأهل



يمكن تفادي ٩٠٪ من إصابات الدماغ والنخاع الشوكي.

للحفاظ على سلامة جميع أفراد العائلة، علينا أن:

- نستعمل حزام الأمان عند الركوب في المركبات دائماً.
- نستعمل خوذة الرأس ونرتديها على النحو الصحيح عند الحاجة.
- نطبق العادات السليمة والآمنة عند ممارسة أي نشاط داخل المنزل وخارجه.
- نطبق قواعد الأمن والسلامة العامة عند ركوب السيارة أو المركبة.

انتبهوا لما يأتي:

- أهمية الشواخص المرورية والإشارات الضوئية.
- ممارسة السلوكات السليمة لتحقيق المتعة عند القيام بالرياضات المائية.
- اتباع قواعد اللعب والحذر من خطورة السقوط على الرأس.
- التزام قواعد الأمن والسلامة العامة عند أداء الرياضات، وارتداء معدات السلامة الملائمة.
- حفظ الأسلحة في أماكن مقفلة بعيداً عن متناول أيدي الأطفال.
- اتباع حلول إبداعية لحل المشكلات.

كيفية تقييم تعلم أولادكم:

- لكل درس من دروس البرنامج أداة تقييم (سلم تقدير لفظي)، هدفها مساعدتكم على التقييم.
- يحدد مستوى الطالب لكل معيار من معايير الأداء في عمود مستوى الطالب (في الجدول)، حيث يكون: ٤ أو ٣ أو ٢ أو ١، وفق المحكمات الموصوفة لكل مستوى.
- يسجل تقدير الطالب على النحو الآتي:

◀ يحسب متوسط مستويات المعايير؛ بجمع الأعداد الدالة على المستويات (العمود الأخير في الجدول)، ثم قسمة الناتج على عددها.

◀ يصنف مستوى التقدير الناتج حسب الآتي:

- ممتاز: إذا كان المتوسط من ٣,٦ إلى ٤
- جيد: إذا كان المتوسط من ٣ إلى ٣,٥
- متوسط: إذا كان المتوسط من ٢,٥ إلى ٢,٩
- دون المتوسط: إذا كان المتوسط أقل من ٢,٥

عليكم مساعدة طفلكم على تعلم هذه القواعد وتطبيقها كل يوم.



الأهل الكرام، إن الدعم الذي ستقدمه لطفلك سيكون استثماراً للمعلومات التي تعلمها حتى "يفكر أولاً"، ويتبع قواعد الأمن والسلامة العامة لتصبح سلوكاً يعتمد في أثناء اللعب مع أقرانه في المدرسة، أو في البيت، أو الحديقة العامة، أو عند مزاوله أي نشاط يومي.

لقد تعلم طفلكم الحفاظ على سلامته من الإصابات الخطيرة، وأهمية "التفكير أولاً"، كما تلقى دروساً في الموضوعات الآتية:

- أهمية سلامة الدماغ والنخاع الشوكي.
- قواعد الأمن والسلامة العامة في المركبات، وسلامة المشاة.
- قواعد الأمن والسلامة العامة الواجب اتباعها عند ركوب الدراجة، أو (السكوتر)، أو استعمال لوح التزلج، أو حذاء التزلج؛ للمحافظة على سلامته، وتجنب إصابة الدماغ والنخاع الشوكي.
- قواعد الأمن والسلامة العامة في الحدائق العامة، ورياضات التسلية والاستجمام، والرياضات الجماعية المنظمة، والرياضات المائية.
- أخطار الإصابات، وأهمية اتباع الممارسات الآمنة، واعتماد معايير وقائية معينة.
- إيجاد حلول إبداعية للمشكلات، وإجراءات الأمن والسلامة العامة الواجب اتباعها في حال وجود سلاح أو أداة خطيرة، بحيث يمتلك المقدرة على اتخاذ القرارات الصائبة، وحماية النفس باتباع الخطوات الآتية: قف مكانك، لا تلمس، اترك المكان، ناد شخصاً بالغاً.
- أهمية وصول كمية كافية من الأكسجين إلى الدماغ، وإلا سوف تتعرض الخلايا للتلف، مما قد يؤدي إلى الموت.
- تعمل حالات التحسس الشديدة على إعاقة التنفس، أو الاختناق، وقد تؤدي إلى الموت.

## السلامة تبدأ في المنزل.

كما تلقى طفلك عدداً من دروس الإسعافات الأولية المحوسبة التي تعرض الخطوات السليمة لعملية الإسعاف الأولي في حالات الإصابة بالحروق، والجروح الوخزية، والجروح القطعية، والجروح السحجية.

يتبع كل درس نشاط منزلي لتدعيم أهداف الدرس، بالإضافة إلى طريقة طفلك الخاصة في شرح ما تعلمه من الدرس، كما يجب توفير الوقت الكافي للتحدث مع طفلك، وتقييم فهمه الموضوع باستعمال التقييم المرفق لكل درس.



## نشاط لا منهجي:

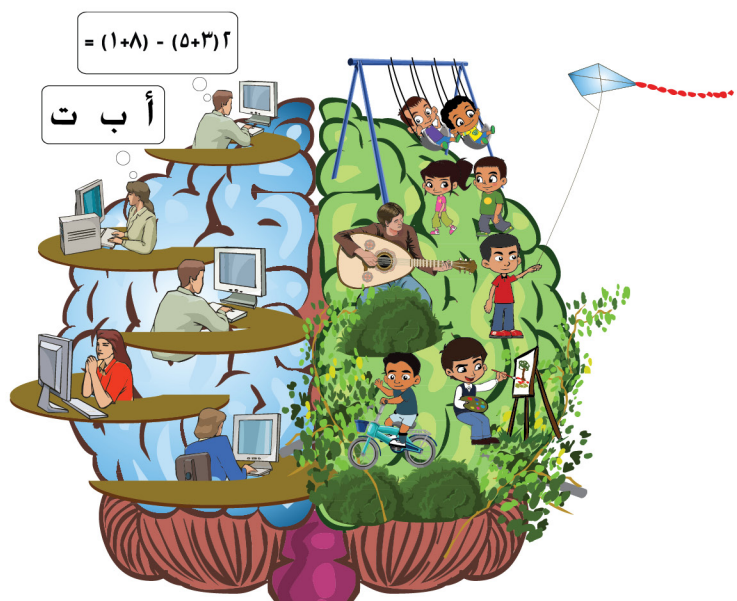


يتألف مخ الإنسان من جزأين، جزء أيمن، وأيسر. وكل جزء متخصص بأداء مهمات مختلفة. يمكن الاستعانة بالرسم المجاور لمناقشة طفلك في الوظائف المحددة لكل جزء منه. فضلاً عن المفردات الآتية: التفكير، الفن، الرسم، المنطق، البديهة، الخيال، الألوان، الأرقام، الكلمات، الأحرف، الموسيقى، العاطفة، التحليل، اللغة، الرياضيات.

## تقييم مدى التعلم:



اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.



## سلامة الدماغ والنخاع الشوكي



## للمعرفة:



- يتكون الدماغ من أنسجة رقيقة، ويبلغ متوسط عدد خلايا الدماغ مئة مليار خلية، تسمى الخلايا العصبية. أما متوسط كتلة دماغ الإنسان البالغ، فتساوي كيلوغراماً واحداً وأربعمئة غرام.
- سطح الدماغ مطوي، يشبه ثمرة الجوز، وهذه الطيات تزيد من مساحته السطحية، ولمسه يشبه الجيلاتين مما يجعله عرضة لإصابات خطيرة، ولهذا، فهو محمي بالجمجمة للتقليل من حدة الإصابات.
- لا توفر الجمجمة حماية كافية للدماغ عند التعرض لإصابات قوية، لذا علينا أن نفكر أولاً قبل الإقدام على أية أفعال قد تؤذي الدماغ والنخاع الشوكي.

يمكن تفادي إصابات الدماغ والنخاع الشوكي بتوخي الحذر والتفكير أولاً.

## لمعلوماتكم:



أظهرت الدراسات أن تبعات إصابات الدماغ تختلف في شدتها ومدى تأثيرها في الطفل، فبعضها لا يتجاوز الكدمات البسيطة، أو الانتفاخ الذي يعالج بوضع كمادة من الثلج المسحوق والضغط بلطف لوقف التورم. وبعضها الآخر قد ينطوي على إصابات خطيرة يمتد أثرها مع الطفل مدى الحياة.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يصف سميتين، على الأكثر من سمات الدماغ ضمن الأنسجة، وعدد الخلايا، والملمس، والأجزاء، والكتلة، والحجم.	يصف ثلاثاً من سمات الدماغ ضمن الأنسجة، وعدد الخلايا، والملمس، والأجزاء، والكتلة، والحجم.	يصف أربعاً من سمات الدماغ ضمن الأنسجة، وعدد الخلايا، والملمس، والأجزاء، والكتلة، والحجم.	يصف الدماغ من حيث الأنسجة، والخلايا، والملمس، والأجزاء، والكتلة، والحجم وصفاً كاملاً ودقيقاً.	وصف الدماغ
	يحدد وظيفة واحدة من وظائف كل من جزأي المخ.	يحدد وظيفتين من وظائف كل من جزأي المخ.	يحدد ثلاث وظائف لكل من جزأي المخ.	يحدد أربع وظائف لكل من جزأي المخ.	تحديد وظائف جزأي المخ.
	يوضح أربع قواعد ينبغي الالتزام بها للمحافظة على الدماغ، والنخاع الشوكي.	يوضح خمس قواعد ينبغي الالتزام بها للمحافظة على الدماغ، والنخاع الشوكي.	يوضح ست قواعد ينبغي الالتزام بها للمحافظة على الدماغ، والنخاع الشوكي.	يوضح ثماني قواعد ينبغي الالتزام بها من قواعد الأمن والسلامة العامة للمحافظة على الدماغ، والنخاع الشوكي.	توضيح قواعد الأمن والسلامة العامة التي ينبغي الالتزام بها للمحافظة على الدماغ، والنخاع الشوكي.

## سلامة المشاة والسلامة في المركبات



### للمعرفة:

- انتبه للنقاط الآتية عند اصطحاب طفلك للعب في مضمار سيارات اللعب الصغيرة:
  - تأكد من ارتداء طفلك ملابس غير فضفاضة، وخالية من الأربطة والأوشحة، وربط شعر الفتيات جيداً حتى لا تعلق أو تتشابك مع أي من الأجزاء، في أثناء اللعب بالسيارة.
  - لا تضع طفلك في حضنك عند ركوب سيارة اللعب أبداً، بل دعه يجلس على مقعد السيارة بجوارك، أو وحده.
  - تأكد من تثبيت حزام الأمان بطريقة صحيحة وآمنة قبل الانطلاق في اللعب.
  - تأكد من ارتداء طفلك خوذة حماية الرأس على نحو صحيح.
  - اطلب إلى طفلك الابتعاد عن حدود مضمار اللعب مسافة كافية، في حال كان مشاهداً وغير راكب، لأن الكثير من الحوادث تقع للواقفين على حدود مكان اللعب كذلك.

### لمعلوماتكم:

- تغري سيارة اللعب الصغيرة ودراجة الدباب الصغار والكبار وتدفعهم إلى قيادتها، لما فيها من متعة ومغامرة، إلا أننا لا نرغب في قلب المتعة إلى مأساة وصراخ بحادث يمكن تجنبه، فالانتباه واتباع التعليمات بدقة ضرورة ملحة لتحقيق المتعة.
- من الخطأ أن يظن الأطفال أن هذه السيارة آمنة، لأنها صغيرة الحجم. فالكثير من الإصابات الخطيرة تحدث بسبب صغر حجم السيارة، فضلاً عن أنها مكشوفة، حيث يؤدي عدم اتباع قواعد الأمن والسلامة العامة، وعدم توخي الحذر عند اللعب بها إلى إصابة خطيرة، أو الموت على الطرقات.

### نشاط لا منهجي:

- ساعد طفلك على تدوين قواعد الأمن والسلامة العامة، المتعلقة بكل من دراجة الدباب وسيارة اللعب الصغيرة، على لوحة من تصميمه، بحيث يلونها، ويعرضها في الصف.
- حاول أن تأخذ طفلك إلى مكان يمكن أن يقود فيه سيارة اللعب الصغيرة، ودعه يطبق ما تعلمه في أثناء اللعب.

### تقييم مدى التعلم:

اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.

درهم وقاية خير من قنطار علاج.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يوضح قاعدتين من قواعد الأمن والسلامة المتعلقة بركوب دراجة الدباب.	يوضح ثلاث قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب دراجة الدباب.	يوضح أربع قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب دراجة الدباب.	يوضح خمس قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب دراجة الدباب.	توضيح قواعد الأمن والسلامة العامة المتعلقة بركوب دراجة الدباب.
	يوضح قاعدتين من قواعد الأمن والسلامة المتعلقة بركوب سيارات اللعب.	يوضح ثلاث قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب سيارات اللعب.	يوضح أربع قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب سيارات اللعب.	يوضح خمس قواعد أمن وسلامة تتعلق بركوب سيارات اللعب.	توضيح قواعد الأمن والسلامة العامة المتعلقة بركوب سيارات اللعب.
	يوضح قاعدة واحدة من القواعد التي تتعلق بوجود الشخص حول منطقة سير دراجة الدباب، أو سيارة اللعب.	يوضح قاعدتين من القواعد المتعلقة بوجود الشخص حول منطقة سير دراجة الدباب، أو سيارة اللعب.	يوضح ثلاث قواعد تتعلق بوجود الشخص حول منطقة سير دراجة الدباب، أو سيارة اللعب.	يوضح أربع قواعد تتعلق بوجود الشخص حول منطقة سير دراجة الدباب، أو سيارة اللعب.	توضيح قواعد الأمن والسلامة العامة المتعلقة بوجود الشخص حول منطقة سير دراجة الدباب، أو سيارة اللعب.

## السلامة عند ركوب الدراجة



### للمعرفة:

إن ارتداء المعدات الواقية عند ركوب الدراجة، و(السكوتر)، ولوح التزلج، أو حذاء التزلج، ومعرفةنا بجميع قواعد الأمن والسلامة العامة ليس كافياً، ولا مانعاً لتعرضنا للمخاطر، بل يجب الانتباه إلى اختيار المكان الآمن لممارسة الرياضات المتنوعة، وهذا أمر مهم للغاية، لأن مخاطر الطريق وعدم صلاحيتها تعد سبباً من أسباب حوادث اللعب، فالأرصقة والشوارع غير الممهدة، أو الجبلية، أو المليئة بالحصى، والرمل، والبرك الصغيرة، تعرض الأشخاص لمخاطر تؤدي إلى إصابات في الدماغ والنخاع الشوكي. ومن الأفضل ممارسة ركوب الدراجة و(السكوتر) وحذاء التزلج، أو لوح التزلج في المناطق المخصصة، مثل الحدائق، أو في المدينة الرياضية، أو في حدائق الملك حسين، وغيرها.

### معلوماتكم:

- هل تعلم أن هناك شروطاً يجب الانتباه لها عند شراء خوذة لطفلك؟
- انتبه للملاحظات الآتية:
- يجب أن تكون الخوذة ملونة بألوان زاهية يراها السائقون وراكبوا الدراجات الأخرى بسهولة، أو أن تتضمن أشرطة ملونة.
- يجب أن تكون تهويتها جيدة، ولا تتسبب في تعرق رأس الطفل وإزعاجه.
- يجب أن تتناسب مع حجم رأس الطفل، وتثبت على نحو جيد.
- على كل من يقود الدراجة استعمال عينيه وأذنيه طوال الوقت:
- عينيك؛ لترى الطريق، والعقبات، والمطبات، والمشاة، والمركبات، والمخاطر التي قد تعترض طريقك وأنت تقود دراجتك.
- أذنيك لتسمع أصوات السيارات أو الأشخاص من حولك؛ لذا، لا تستعمل سماعات الأذنين لسماع الموسيقى.

### نشاط لا منهجي:



- دع طفلك يقوم بجولة تفقدية لمناطق اللعب حول البيت، ويسجل مدى ملاءمتها للعب بالدراجة أو (السكوتر)، إضافة إلى رصد الأخطار الكامنة في المناطق غير المناسبة.
- دع طفلك يُحضّر خطة عمل لتصويب الوضع، مثل: عمل حملة تنظيف لإزالة العوائق من الطريق والتأكد من خلوها من الحصى والتراب والحفر، كما يمكنك مساعدته على ردم ما يحتاج إلى ردم، وتهيئة الطريق أو مكان اللعب بصورة مناسبة.
- ناقش طفلك في قواعد الأمن والسلامة العامة التي يجب عليه معرفتها.

### تقييم مدى التعلم:



اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يوضح أحد المخاطر التي تُعزى إلى طبيعة المكان، وتواجه راكب كل من: الدراجة، أو (السكوتر)، أو لوح التزلج، أو حذاء التزلج، ثم تحديد الإجراءات المناسبة بشأنها.	يوضح اثنين من المخاطر التي تُعزى إلى طبيعة المكان، وتواجه راكب كل من: الدراجة، أو (السكوتر)، أو لوح التزلج، أو حذاء التزلج، ثم تحديد الإجراءات المناسبة بشأنها.	يوضح ثلاثة مخاطر تُعزى إلى طبيعة المكان، وتواجه راكب كل من: الدراجة، أو (السكوتر)، أو لوح التزلج، أو حذاء التزلج، ثم تحديد الإجراءات المناسبة بشأنها.	يوضح أربعة مخاطر تُعزى إلى طبيعة المكان، وتواجه راكب كل من: الدراجة، أو (السكوتر)، أو لوح التزلج، أو حذاء التزلج، ثم تحديد الإجراءات المناسبة بشأنها.	توضيح المخاطر التي تُعزى إلى طبيعة المكان والتي تواجه راكب كل من: الدراجة، أو (السكوتر)، أو لوح التزلج، أو حذاء التزلج، ثم تحديد الإجراءات المناسبة بشأنها.

## السلامة في الحداثق العامة والرياضات المتنوّعة



### نشاط لا منهجي:

- شارك أطفالك في بعض الأعمال التي تهدف إلى تعليمهم حقائق جديدة عن السباحة وعن ممارسة الألعاب بصورة آمنة.
- خذ أطفالك إلى أقرب الحداثق العامة إلى منزلك، ثم ألق وإياهم نظرة على المعدات الآمنة، والمعدات الخطرة.
- شاركهم اللعب وتبادل الأدوار التي توضح كيفية الاتصال بالطوارئ عند الحاجة.
- نبههم لعدم السباحة إلا بمرافقة شخص بالغ، وارتداء سترة النجاة.
- ساعد طفلك في إعداد ورقة عمل يكتب فيها المواقف الآمنة التي عليه اتباعها والمواقف غير الآمنة التي يجب تجنبها، عند ممارسة الرياضات الترفيهية والمنظمة، وألعاب الحداثق والسباحة في برك السباحة.

### تقييم مدى التعلم:

اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يوضح ثلاثة مخاطر، على الأكثر، تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح أربعة مخاطر تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح خمسة مخاطر تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح ستة مخاطر تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	توضح المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.
	يوضح ثلاثة إجراءات مناسبة بشأن المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح أربعة إجراءات مناسبة بشأن المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح خمسة إجراءات مناسبة بشأن المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	يوضح ستة إجراءات مناسبة بشأن المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.	اتخاذ الإجراءات المناسبة بشأن المخاطر التي تواجه اللاعبين عند ممارسة ألعاب الحداثق، أو رياضات التسلية والتي تتعلق بالعوائق في مكان اللعب أو التجهيزات.
	يوضح أحد المخاطر الناجمة عن السباحة في مياه غير معروفة، أو في مياه السدود.	يوضح اثنين من المخاطر الناجمة عن السباحة في مياه غير معروفة، أو في مياه السدود.	يوضح ثلاثة مخاطر ناجمة عن السباحة في مياه غير معروفة، أو في مياه السدود.	يوضح أربعة مخاطر ناجمة عن السباحة في مياه غير معروفة، أو في مياه السدود.	توضح المخاطر الناجمة عن السباحة في مياه غير معروفة، أو في مياه السدود.

### للمعرفة:

- ناقش طفلك في مسألة تلوث مياه السدود في الأردن، وعدم صلاحيتها للشرب أو للسباحة، خاصة أن تربتها طينية، وتكثر فيها الدوامات.
- علم طفلك ضرورة تفحص الأجهزة قبل اللعب في أماكن غير مألوفة، والتأكد من صلاحيتها للاستعمال، مثل تفحص حبال التسلق. فإذا كانت مهترئة، فإنها تؤدي إلى السقوط على الأرض، وإصابة الدماغ أو النخاع الشوكي.
- حمل طفلك مسؤولية تفحص أرضية الملعب والتأكد من خلوها من الأشياء الخطرة، مثل الزجاج المكسور، والمسامير، والأدوات الحادة، وتبليغ إدارة الملعب عنها، مؤكداً أهمية استعمال الأجهزة بصورة صحيحة وآمنة في أثناء اللعب.
- أكد أهمية اختيار المكان المناسب لتحليق الطائرة الورقية، إذ يجب أن يكون في مكان فسيح وليس في الشارع حيث تسير السيارات بسرعة مما يؤدي إلى كثير من حوادث الدهس.

### الضربات الخفيفة أو المتوسطة والمتتالية بكثرة تؤدي الدماغ.

### لعلو ماتكم:

- تُعدّ كرة القدم من أكثر الألعاب شعبية، لكننا نادراً ما ندرك أن ضرب الكرة أو صدها بالرأس، وهي تنطلق بسرعات عالية، قد يؤدي الدماغ كثيراً، حيث سجلت العديد من إصابات الرأس بين اللاعبين، سواء بصد الكرة، أو بارتطام رؤوسهم ببعضها البعض أو بالأرض عند السقوط في أثناء اللعب. وقد تبين أن هؤلاء الأشخاص هم عرضة للإصابات المستقبلية التي تستهدف الدماغ مع مرور الوقت، لذا، ينصح الأطفال بتجنب استقبال الكرة أو ضربها برؤوسهم باستمرار.

## حلول إبداعية للمشكلات



### للمعرفة:

- بعض الأدوات، مثل: السكاكين، وقاطعات الورق، والمقصات، والنقيفات، قد تؤدي إلى إصابات خطيرة؛ لذا، علم أطفالك الحذر منها، وعدم المزاح باستعمالها.
- النزاع أمر وارد في العلاقات بين الناس، لكن المهم هو الإستجابة، وردود الأفعال. وعند النزاع، احرص على اتباع الخطوات الآتية: الاستماع إلى قضية الطرف الثاني، واحترام وجهة نظره، ومناقشة الحلول، ومن ثم اختيار أحد الحلول المقترحة.
- هناك ثلاثة خيارات لمواجهة النزاع، وهي: الغضب، أو المشي بعيداً، أو محاولة التفاوض للوصول إلى حل إيجابي؛ بشرط أن يكون التفكير أولاً هو الخيار الأول.
- درّب طفلك على مواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء؛ بقول «لا»، خاصة إذا أدى ذلك إلى مواقف سلبية.
- عوّد طفلك على استعمال رسالة «أنا» للتعبير عن مشاعره بشجاعة، عوضاً عن رسالة «أنت» التي تتصف بالإساءة.

### لمعلوماتكم:

لقد وجدت الدراسات العديدة الخاصة بسلوك الأطفال أن العدوانية ظاهرة طبيعية تنتشر بين الأطفال، خاصة أصحاب النشاط المفرط وقد تصبح العدوانية المجال الوحيد أمامهم لتبديده. ويقول الخبراء: «إن طفلاً من كل ثلاثة أطفال يتصف بالعدوانية»، لكن المهم هو كيفية التعامل مع الطفل العدواني. ولا شك أن الضرب ليس طريقة تربوية سليمة للحد من عدوانيته، فهناك العديد من الطرائق التي قد تساعدك على التعامل مع هذه الظاهرة.

- أظهرت كثير من الدراسات وجود علاقة بين بعض برامج التلفاز وألعاب الحاسوب، واستخدام العنف لدى الأطفال؛ فالأطفال يقلدون السلوكات العنيفة التي يشاهدونها أمامهم؛ لذا، احترس من التلفاز.

- امدح طفلك إذا حل نزاعاً مع طفل آخر دون اللجوء إلى العنف.
- الطعام الصحي يقلل من العدوانية؛ أبعّد طفلك عن تناول الأغذية غير الصحية، خاصة تلك المليئة بالسكر، والألوان الصناعية، والمواد الحافظة.
- عدم أخذ طفلك قسطاً وافياً من النوم قد يكون من أحد الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى عدوانيته.

### نشاط لا منهجي:

بينت كثير من الدراسات أن الأطفال يتأثرون بالعنف الذي يشاهدونه في التلفاز، أو الأفلام الكرتونية المصورة. أو في المجتمع وحتى في المدرسة، وهذا يشعرهم بالخوف وعدم الأمان. يمكنكم مشاركة أولادكم في مشاهدة برنامج معين تختارونه عن العنف والعدوانية، ثم مناقشتهم فيه بطرح الأسئلة الآتية: ما رأيكم في هذا البرنامج؟ هل توافقون على سلوك هؤلاء الأفراد؟ لو كنتم مكانهم، فكيف تتصرفون؟ ما الحلول الممكنة لتفادي النزاع أصلاً بحيث لا يؤدي إلى العنف؟

### تقييم مدى التعلم:

اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يوضح خطوة واحدة من الخطوات الواجب اتباعها لمواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء تجاه تصرفات سلبية.	يوضح خطوتين من الخطوات الواجب اتباعها لمواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء تجاه تصرفات سلبية.	يوضح ثلاثة من الخطوات الواجب اتباعها لمواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء تجاه تصرفات سلبية.	يوضح الخطوات الأربع الواجب اتباعها لمواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء تجاه تصرفات سلبية.	توضيح الخطوات الواجب اتباعها لمواجهة ضغوط الزملاء أو الأصدقاء تجاه تصرفات سلبية.
	توضيح حالة على الأكثر، تبين المخاطر الناجمة عن العبث أو اللعب بالأدوات الحادة، والإجراءات الواجب اتخاذها تجاه هذه المخاطر.	توضيح اثنين من المخاطر الناجمة عن العبث أو اللعب بالأدوات الحادة، والإجراءات الواجب اتخاذها تجاه هذه المخاطر.	توضيح ثلاثة من المخاطر الناجمة عن العبث أو اللعب بالأدوات الحادة، والإجراءات الواجب اتخاذها تجاه هذه المخاطر.	توضيح أربعة من المخاطر الناجمة عن العبث أو اللعب بالأدوات الحادة، والإجراءات الواجب اتخاذها تجاه هذه المخاطر.	توضيح المخاطر الناجمة عن العبث أو اللعب بالأدوات الحادة، والإجراءات الواجب اتخاذها تجاه هذه المخاطر.



## التسمم



### نشاط لا منهجي:



- ممدودتين إلى الأمام، و اجلس منحنياً عند أحد جانبي المصاب بحيث يقابل وجهك وجهه، ثم حرك اليد القريبة إليك بحيث تصبح عمودية على جسم المصاب، مع مراعاة أن يبقى المرفق مثنياً (على نحو عمودي).
- حرك اليد البعيدة عنك عبر جسد المصاب من جانب لآخر؛ بحيث تستقر اليد على جانب وجه المصاب، ثم اثن رجل المصاب البعيدة عنك، بحيث تصبح ركبته مثنية إلى أعلى.
- اقبض بيدك على الجهة المقابلة لركبة المصاب من الداخل، ثم اسحب فخذه باتجاهك. وفي الوقت ذاته، استعمل الذراع لسحب الكتف البعيدة عنك.
- لف جسد المصاب باتجاهك، و اترك رجله العليا مثنية، و احرص على إرخاء قدمه لتثبيت جسده.
- ادفع ذقنه للأعلى بحيث يصبح الرأس مائلاً إلى الخلف؛ حتى تفتح القصبة الهوائية. تأكد أنه يتنفس بصورة طبيعية.

يمكن عمل بعض الأنشطة أمام طفلك لتظهر له تأثير مواد التنظيف، وسبب حفظها في أماكن مغلقة وبعيدة عن متناول أيديهم، مثل: توضيح أثر المنظفات وبعض الكيماويات في الملابس أو الحجارة، بحيث يصب قليل من منظف التكلس على قطع صغيرة من الحجارة، أو يصب قليل من مبيض الملابس على قطعة قماش ملونة، ثم يلاحظ الطفل أثرها.

### تقييم مدى التعلم:



اتبع الإرشادات الواردة في رسالة الأهل لتقييم تعلم طفلكم.

مستوى الطالب	المستويات				معايير الأداء
	١	٢	٣	٤	
	يوضح حالة تمثل المخاطر الناجمة عن التعرض للخطأ للأدوية، أو السموم.	يوضح حالتين مختلفتين تمثلان المخاطر الناجمة عن التعرض للخطأ للأدوية، أو السموم.	يوضح ثلاث حالات متنوعة تمثل المخاطر الناجمة عن التعرض للخطأ للأدوية، أو السموم.	يوضح أربع حالات متنوعة تمثل المخاطر الناجمة عن التعرض للخطأ للأدوية، أو السموم.	توضيح المخاطر الناجمة عن التعرض للخطأ للأدوية، أو السموم.
	يوضح إجراء واحداً من الإجراءات الواجب اتخاذها لدى التعامل مع إصابة، نتيجة تناول مواد سامة، أو أدوية غير مناسبة.	يوضح اثنين من الإجراءات الواجب اتخاذها لدى التعامل مع إصابة، نتيجة تناول مواد سامة، أو أدوية غير مناسبة.	يوضح ثلاث إجراءات من الواجب اتخاذها لدى التعامل مع إصابة، نتيجة تناول مواد سامة، أو أدوية غير مناسبة.	يوضح أربعة إجراءات من الواجب اتخاذها لدى التعامل مع إصابة، نتيجة تناول مواد سامة، أو أدوية غير مناسبة.	توضيح الإجراءات الواجب اتخاذها لدى التعامل مع إصابة، نتيجة تناول مواد سامة، أو أدوية غير مناسبة.

### للمعرفة:



- تنجم الكثير من المخاطر عن تناول مواد سامة بالبلع، أو الاستنشاق، أو تناول أدوية الآخرين بالخطأ؛ لذا، يجب الحرص على تلافي وقوع مثل هذه الحوادث.
- ضع جميع أنواع الأدوية بمنأى عن أيدي الأطفال، وتجنب وضعها حتى على المنضدة المجاورة للسرير.
- لا تطلق أسماء أخرى على الدواء، مثل: الحلوى، والعصير. وأعلم الطفل أن هذا دواء للعلاج ويجب تناوله تحت إشراف شخص بالغ.
- تأكد من وضع جميع مواد التنظيف والمبيدات أو أي من المواد المستعملة للحديقة، مثل الأسمدة وغيرها، في مكان آمن بعيداً عن متناول أيدي الأطفال أو في خزائن مغلقة، إن لم يكن بالفتح فيمزلاج يصعب عليهم فتحه.
- حذرهم من خطورة التعامل مع المواد الكيميائية.
- هناك بعض الأمور التي يجب اتباعها من قبل الجميع، في حال تناول أحدهم مادة سامة، مثل طلب الإسعاف، وإخبار المسعفين عن عمر المريض، ووزنه، وحالته، وتحديد - إذا أمكن - اسم المادة التي تناولها، ووقت ابتلاعها، والكمية التي تم تناولها، وتحديد عنوان البيت؛ بذكر اسم الحي، والشارع، ورقم البناية، وأي معلّم معروف بجانبها.

مسؤولية رفع الخطر وإبعاده  
عن الأطفال يقع على عاتق  
أولياء الأمور والكبار.

### معلوماًتكم:



- تعرف إلى كيفية جعل المصاب في وضعية الإنعاش.
- اجعل المصاب يستلقي على ظهره، مع مراعاة أن تكون رجلاه



