

الوحدة الثانية

٢

الحلول
مسكني
الحلول أون لاين
hulul.online



المسكن
الصحي

التهوية

الإضاءة

النظافة

مسكني

أهداف الوحدة

يتوقع من المتعلم في نهاية الوحدة:

- أن يشرح مواصفات المسكن الصحي .
- أن يستنبط النتائج المترتبة على وجود منزل دون نوافذ .
- أن يناقش أهمية الإضاءة في المنزل .
- أن يربط بين الصحة العامة ونظافة المسكن .
- أن يصف مراحل التنظيف في إحدى غرف المسكن .
- أن يلخص القواعد السليمة أثناء التنظيف .

المسكن الصحي

مسكني

● مواصفات المسكن الصحي :

- أن تكون له نوافذ مناسبة .. لماذا؟
- أن تتوفر فيه جميع المرافق الصحية، مثل : أنابيب لتوصيل المياه النقية وأنابيب أخرى للصرف .
- أن يتوفر فيه العزل الحراري والعزل المائي .
- أن تكون له مخارج للطوارئ .
- أن يكون معزولاً لتقليل وصول أصوات الضوضاء الخارجية داخل المسكن .



إتاحة فرصة تملك السكن الملائم للأسر السعودية .

المفاهيم الرئيسية

- الضوضاء
- المرافق

هو البناء الذي يأوي إليه الإنسان، ويشتمل على كل الضروريات والأدوات التي يحتاجها الفرد، ويوفر له حرته الشخصية، ويُتيح له مشاركة أفراد أسرته في شؤون حياتهم، والتفاعل معهم. ولقد اهتمت رؤية ٢٠٣٠ بتوفير المسكن الصحي للمواطن وتيسير الحصول عليه خلال فترة مناسبة.

المعلومة الإثرائية



أكد خبراء الصحة أن التهوية الجيدة والنظافة تمنع -بمشيئة الله- ٩٥٪ من الميكروبات والفايروسات المسببة للكثير من الأمراض المعدية ومنها فايروس كورونا .



أردت مشاركة والديك في التخطيط لبناء مسكن صحي للأسرة، برأيك ما المواصفات التي ينبغي توفرها في هذا المسكن؟

التهوية – النظافة – الإضاءة – المكان الجيد

● التهوية:

تم التهوية الصحية والسليمة بفتح الستائر والنوافذ والأبواب صباحاً لفترة مناسبة، ويمكن أيضاً استخدام المراوح والمكيفات، فهي عملية يتم من خلالها تجديد الهواء.

أنواعها

اصطناعية

تهوية

طبيعية

تهوية

منها استخدام المراوح و المكيفات

منها

منها فتح النوافذ و الابواب

منها

أهميتها:

الحفاظة على صحة الفرد من خلال إبدال الهواء الفاسد بالهواء الصحي.





إن مكيف الهواء يعمل على تهوية درجة حرارة المسكن وتلطيفها.

نشاط (٢)



ماذا لو كان المنزل بدون نوافذ؟

يؤدي إلى عدم تجديد الهواء وبالتالي يؤدي ذلك إلى الأمراض



الإضاءة:

شكل من أشكال الطاقة وحاجة أساسية لكل مسكن.

مصادر الإضاءة:

١. إضاءة طبيعية، منها:

الشمس:

أنا ضوء الشمس، أدخل كل مسكن من خلال الفتحات الموجودة، مثل: النوافذ والأبواب وغيرها.



لا تمنعوني من الدخول إلى مساكنكم لأهدي فائدتي لكم والتي منها:

١. الدفء.

٢. صحتي

٣. الإضاءة



٢. إضاءة صناعية، منها :

١. الإضاءة العامة : تستخدم لإضاءة المكان بشكل عام .
٢. الإضاءة المحلية أو الموجهة : تستخدم لإضاءة أماكن خاصة حسب الحاجة ونوع الاستخدام كالأباجورات

أهميتها :

لتتعرف على أهمية الإضاءة ضع كل كلمة من الكلمات الآتية في مكانها المناسب فيما يأتي :



١. تساعد الإضاءة على الرؤية بسهولة وتجنب إجهاد العين
٢. تحقق الأمان في البيت فهي تمنع وقوع الحوادث
٣. تجعل المنزل أكثر جاذبية وجمالاً

من مسؤولياتي في المنزل ، إغلاق مفتاح الإضاءة عند عدم الحاجة إليها .



نشاط (٣)



هل يمكن أن تسكن في منزل دون إضاءة؟ وضح إجابتك .

لا يمكن الاستغناء عن الإضاءة لأنها مصدر أساسي لدينا

الأرضيات :

تعتبر عنصراً مهماً في تجميل المسكن وإضفاء الرونق والبهجة في أرجائه .

أنواع الأرضيات :

ماذا يغطي أرضية المنزل؟



في الوقت الحاضر تغلب تغطية الأرضيات بأنواع عديدة منها الرخام والسيراميك ، فما الفرق بينهما؟



أنا الرخام ، حجر طبيعي ، منطري جميل ، وذو لمعة طبيعية ، ولذلك يفضلونني في أرضيات المداخل والصالات وغرف الاستقبال الرئيسة .

أنا السيراميك ، سهل التنظيف ، تجدونني عادةً على أغلب الأرضيات وهناك أنواع خاصة مني لدورات المياه والمطابخ .





أنا أقوى منك ، فأنت قد تنكسر بسهولة .

لنتفق يا صديقي أننا مكملان لبعضنا ، فالناس يستفيدون منا ، ولهذا فهم يعتنون بنا ويعملون على إزالة الأتربة عنا ، ثم يمسحوننا باستخدام الماء والمواد المطهرة .



نشاط (٤)



املأ المربعات حسب المطلوب أمامها ، ثم اجمع حروف المربعات المحددة ؛ لتتوصل إلى اسم نوع جيد تُغطى به الأرضيات ليس بالسيراميك ولا الرخام .

| | | | |
|---|----|---|---|
| ب | ا | ب | مفرد كلمة أبواب . |
| ت | هـ | و | عملية تجديد هواء المنزل . |
| ر | خ | ا | يُغطى به أرضيات المنازل ، وغالي الثمن . |
| م | س | ا | جمع كلمة مسكن . |
| ل | و | ح | تُعلق لتزيين جدران غرف المنزل . |
| س | ج | ا | يُفرش به أرضيات المنازل . |
| ن | ا | ف | تدخل منه أشعة الشمس للغرفة . |

الاسم : بورسلان



نشاط (٥)



بالتعاون مع زملائك في المجموعة؛ اذكر النواحي الإيجابية والسلبية من استخدام السجاد والموكيت، ثم قيم دورك في المجموعة.

نواحي الإيجابية: يعطي منظر جميل، ومانع للانزلاق والدفء في الشتاء
إما السلبية: تتجمع عليه الاتربة والغبار وسريع الاشتعال

أنواع السجاد:



السجاد حسب طريقة نسجه نوعان:

١. يدوي وهو غالي الثمن؛ لدقته ومئاته.



٢. آلي ويُنسج بواسطة آلات، ويُصمم برسوم ونقوش متنوعة وبألوان مختلفة.

العناية بالسجاد والموكيت:

أ. تهويته وعدم تعريضه لأشعة الشمس المباشرة أو الرطوبة.
 ب. إزالة البقع عنه حال حدوثها.
 ج. تنظيفه باستمرار.

نشاط (٦)



اقترح حلولاً مناسبة لتنظيف السجاد من القهوة.

رش الملح الخشن على السجادة قبل تنظيفه بالمكنسة الكهربائية

إن لنظافة المنزل أهمية كبرى في المحافظة على صحة أفراد الأسرة ولجمال منظره ورائحته؛ لذلك لابد من العناية به باتباع ما يأتي :



١ . تهوية الغرف .



٢ . ترتيب الأثاث وإزالة الغبار عنه .



٣ . كنس الأرضية .



٤ . مسح الأرضية .



٥ . إغلاق النوافذ وإسدال الستائر بعد مضي بعض الوقت .



القواعد السليمة أثناء التنظيف :

- عند كنس الأرضيات أو مسحها أو تلميعها ، تكون الأداة المستخدمة في التنظيف ذات طول يسمح بأن تبقى أجسامنا في وضع قائم وألا نضطر للانحناء .
- عند القيام بالأعمال المنزلية ، نعتمد على عضلات الفخذين والأرجل والأذرع بدلاً من عضلات الظهر ؛ لأن العضلات الكبيرة تتحمل مجهوداً أكبر .
- عند تلميع الأثاث والأرضيات ، نستعمل الحركات الدائرية والانسحابية بدلاً من الحركات السريعة المتقطعة .

نشاط (٧)

اذكر مهامك ومسؤولياتك التي تؤديها كفرد فعال في أسرتك ، تساهم بها في الحفاظ على منزلك نظيفاً ومرتباً .

تهوية الغرفة – ترتيب الغرف وإزالة الغبار منها – كنس ومسح الأرض



الحلول أون لاين

 hulul.online



أشهر بعلامة (✓) إلى الوضع السليم للجسم أثناء عملية التنظيف ، وعلامة (x) إلى الوضع غير السليم ثم برر إجابتك :



صح - استقامة الظهر جيدة

خطأ - انحنا الظهر يضر الجسم



صح - استقامة الظهر جيدة

خطأ - انحنا الظهر يضر الجسم

تطبيقات عامة

١ ضع الجمل الآتية في الحقول المناسبة حسب رقم كل جملة :

١ يعطي المكان منظرًا جميلًا وجذابًا ويضفي عليه بهجة .

٢ يعزّل برودة الأرضية .

٣ تساعد على الرؤية بسهولة وتجنب إجهاد العين .

٤ يخفف من حدة الأصوات التي تحدث نتيجة المشي وغيره .

٥ تحقق الأمان في البيت فهي تقلل وقوع الحوادث .

٦ تحافظ على صحة أفراد الأسرة .

٧ تُكسب جمال المنظر والرائحة الطيبة .

السجاد

النظافة

الإضاءة

2

4

1

6

7

3

5

٢ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- أ من شروط التهوية الصحية للمسكن توفر حركة الهواء المصحوبة بتيارات باردة. **خطأ**
- ب تتم تهوية المنزل بفتح الستائر والنوافذ والأبواب كل صباح. **صح**
- ج الإضاءة لا تساعدنا على الرؤية. **خطأ**
- د من مظاهر الإسراف كثرة إضاءة المصابيح في جميع أماكن المسكن. **صح**

٣ اختر الإجابة الصحيحة:

- أ ترجع أهمية الإضاءة إلى:
- ١ تجليد الهواء في المسكن. **٢** استخدامها في تزيين المسكن. **٤** لا شيء مما سبق. **٢** المساعدة في وضوح الرؤية. **ب** تتم التهوية الصناعية عن طريق:
- ١ استخدام المراوح وأجهزة التكييف. **٣** إغلاق جميع الفتحات التي في الجدران. **٤** لا شيء مما سبق. **٢** فتح النوافذ والأبواب.

٤ علّل ما يأتي:

- أ الاعتماد على عضلات الرجلين واليدين بدلاً من عضلات الظهر أثناء التنظيف. **كي لا يتأذى الظهر**
- ب وجود نوافذ في البيت. **من أجل تهوية البيت ودخول الشمس عليه**



٥ ماذا يحدث في الحالات الآتية :

إذا لم تُنظَّف الأرضية .

إلى تجمع الأوساخ

إذا لم تدخل أشعة الشمس إلى المنزل .

يصبح مكان للجراثيم

إذا كانت إضاءة المنزل خافتة .

إلى عدم الرؤية

٦ أكمل البناء الآتي بنقل الحجارة من الأسفل إلى مكانها المناسب المنقط ؛
على غرار المثال الأول مع البدء من الجانب الأيمن في كل مرة حتى تتكون
لديك مواصفات المسكن الصحي :

| | | |
|----------------------|--------------------|--------------------------------|
| أن يكون جيداً من حيث | الموقع والتهوية | ولا يسمح بمرور |
| الرطوبة من السقف | والجدران والأرضية | ويسمح لأشعة الشمس بالدخول إليه |
| وجيد الإضاءة | مزود بشبكة | مياه وصرف صحي |
| شبكة الكهرباء | مع توفر | خزانات حفظ الماء |
| وعدد غرف | مناسب لحجم العائلة | وأن يكون بعيداً |
| | | عن الضوضاء |
| | | السلامة العامة |
| | | وتوفر وسائل |
| | | ووجود به |

خزانات لحفظ الماء

مناسب لحجم العائلة

السلامة العامة

الشمس بالدخول إليه

شبكة الكهرباء

عن الضوضاء

الرطوبة من السقف

٧ أجب عما يأتي :

أ . ما الدولة التي تمثلها هذه الخريطة ؟

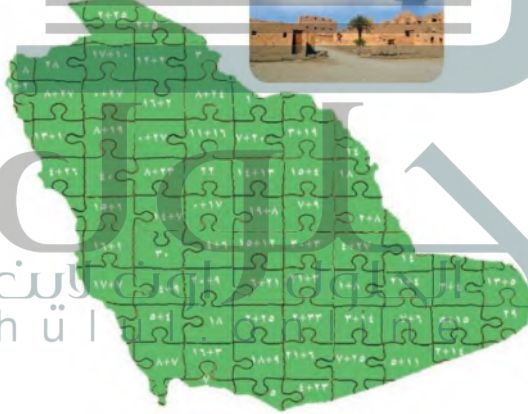
المملكة العربية السعودية

ب . اعبّر الخريطة من خلال القطع التي يمثل مجموعها العدد سبعة وعشرين لتكتشف إلى أي المساكن تصل .

ج . من يناسب هذا المسكن الذي وصلت إليه ؟

سكان المدن

البداية





وحدة مسكني

* أتعلم لغة الإشارة بشغف؛ حتى أتواصل مع زملائي / زميلاتي من الصم،
 وأنا قادرٌ - بتوفيق الله - على إتقانها بكفاءة عالية.



المصدر: الجمعية السعودية للإعاقات السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.



الحلول

 الحلول اون لاين

 hulul.online

المصدر: الجمعية السعودية للإعاقات السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.