تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج الكويتية
almanahj.com/kw
موقع المناهج الكويتية

| الملف تقرير تعليمي حول صحة وفسيولوجيا الجهاز العصبي |
| --- |
| موقع المناهج ⇦ ملفات الكويت التعليمية ⇦ الصف التاسع ⇦ علوم ⇦ الفصل الأول |

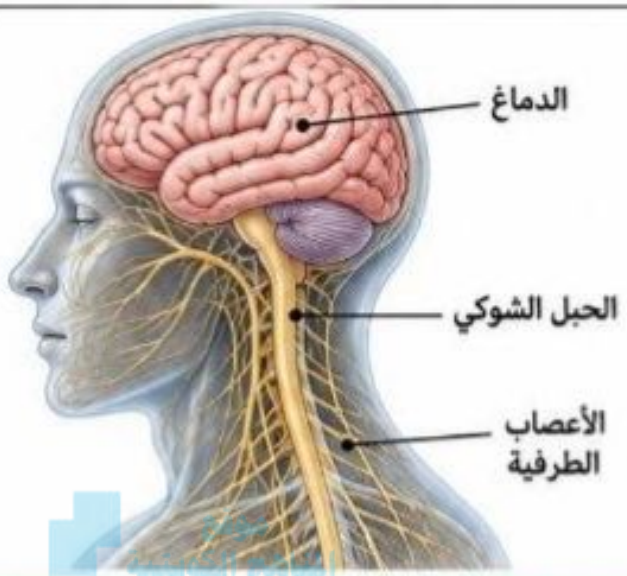
| روابط مواقع التواصل الاجتماعي بحسب الصف التاسع | | | |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| روابط مواد الصف التاسع على تلغرام | | | |
| التربية الاسلامية | اللغة العربية | اللغة الانجليزية | الرياضيات |

| المزيد من الملفات بحسب الصف التاسع والمادة علوم في الفصل الأول | |
| --- | --- |
| 1 | مسودة كتاب الطالب علوم لعام 2018 |
| 2 | تلخيص كورس اول في مادة العلوم |
| 3 | بنك اسئلة الوحدة الثانية في مادة العلوم |
| 4 | بنك اسئلة الوحدة الاولى في مادة العلوم |
| 5 | المواضيع المعلقة في مادة العلوم لعام |

| تحميل تطبيق المناهج للهواتف الذكية | |
| --- | --- |
| تطبيق المناهج على Store App (آبل) | تطبيق المناهج على Google Play (أندرويد) |

# تقرير عن صحة الجهاز العصبي

اسم الطالب/ة: ..... الصف: .....




## المقدمة

يُعد الجهاز العصبي من أهم أجهزة الجسم، فهو المسؤول عن استقبال المعلومات من البيئة المحيطة ومعالجتها وإصدار الأوامر المناسبة، مما يساعد على التحكم في الحركة والتفكير والتذكر وتنظيم وظائف الجسم المختلفة. لذا فإن الحفاظ على صحة الجهاز العصبي أمر ضروري للحصول على حياة سليمة ومتوازنة.

## ما المقصود بصحة الجهاز العصبي؟

صحة الجهاز العصبي تعني أن يعمل الدماغ والحبل الشوكي والأعصاب بكفاءة عالية، وخلوها من الأمراض والإصابات، مما يتيح للجسم أداء وظائفه الحسية والحركية والمعرفية بشكل سليم.

## العوامل التي تؤثر على صحة الجهاز العصبي

- التغذية غير السليمة ونقص الفيتامينات والمعادن.
- قلة النوم والإجهاد والتوتر المستمر.
- التعرض للمواد الضارة مثل التدخين والمخدرات.
- الإصابات الرأسية والعمود الفقري.
- التعرض المفرط للشاشات والأجهزة الإلكترونية.
- بعض الأمراض مثل السكري وارتفاع ضغط الدم.

## طرق الحفاظ على صحة الجهاز العصبي

- اتباع نظام غذائي متوازن غني بالفيتامينات مثل فيتامين ب والأحماض الدهنية أوميغا-3.
- الحصول على قسط كافي من النوم.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- إدارة التوتر والضغوط النفسية.
- تجنب التدخين والكحول والمخدرات.
- الحد من استخدام الأجهزة الإلكترونية لفترات طويلة.
- حماية الرأس واستخدام وسائل السلامة لتجنب الإصابات.

## الخاتمة

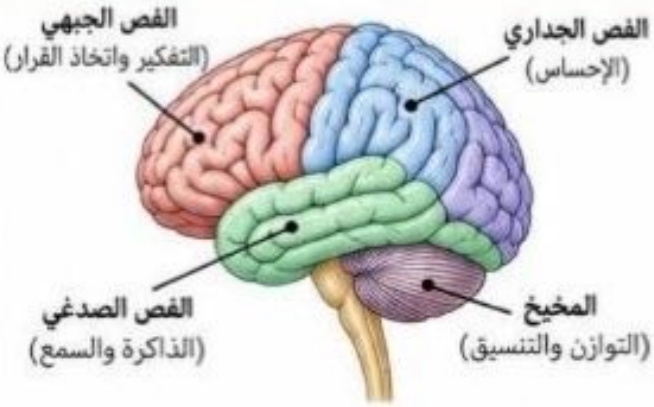
تعد صحة الجهاز العصبي أساساً لحياة الإنسان، فهي تؤثر على جميع جوانب حياته اليومية. ومن خلال اتباع العادات الصحية السليمة وتجنب العوامل الضارة، يمكن الحفاظ على سلامة الجهاز العصبي والوقاية من الأمراض والاضطرابات المختلفة.

## أهمية صحة الجهاز العصبي

- تمكين الجسم من الاستجابة السريعة للمؤثرات.
- المساعدة على التفكير والتعلم والتذكر.
- التحكم في حركة العضلات وتنظيمها.
- تنظيم الوظائف اللإرادية مثل التنفس وضربات القلب.
- المحافظة على التوازن والتنسيق بين أعضاء الجسم.

## أمراض واضطرابات الجهاز العصبي

- **السكتة الدماغية:** تحدث نتيجة انقطاع تدفق الدم إلى جزء من الدماغ.
- **الصرع:** الضطراب في النشاط الكهربائي للدماغ.
- **مرض باركنسون:** يؤثر على الحركة والتوازن.
- **مرض الزهايمر:** يسبب تدهور الذاكرة والوظائف المعرفية.
- **التصلب المتعدد:** مرض مناعي يؤثر على الأعصاب.




Scanned with CamScanner

# تقرير عن فسيولوجيا الجهاز العصبي

اسم الطالب/ة : .....

الصف : ..... المادة : الأحياء

## ما المقصود بفسيولوجيا الجهاز العصبي؟

فسيولوجيا الجهاز العصبي هي العلم الذي يدرس كيفية عمل الجهاز العصبي، وطريقة انتقال الإشارات العصبية بين الخلايا العصبية، وكيفية استقبال المعلومات ومعالجتها وإصدار الأوامر المناسبة للاستجابة للمؤثرات المختلفة.

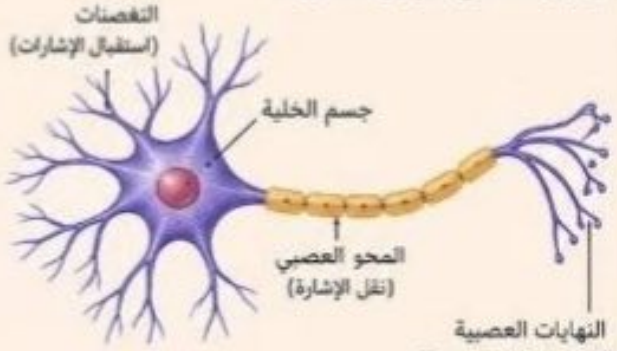
## المقدمة

يُعدّ الجهاز العصبي من أهم أجهزة جسم الإنسان، حيث يتحكم في معظم وظائف الجسم وينظم عمل الأعضاء المختلفة. كما يساعد الإنسان على الإحساس بالمؤثرات الخارجية والاستجابة لها، مثل الجرارة والبرودة والألم. ويعمل الجهاز العصبي على نقل الإشارات العصبية بسرعة ودقة لضمان أداء الجسم لوظائفه بصورة طبيعية.

## كيفية عمل الجهاز العصبي

يعمل الجهاز العصبي من خلال خلايا متخصصة تُسمى الخلايا العصبية، وهي المسؤولة عن نقل السيالات العصبية. عندما يتعرض الجسم لمؤثر معين، مثل لمس جسم ساخن، تستقبل المستقبلات الحسية هذا المؤثر وتحوله إلى إشارات عصبية تنتقل إلى الجهاز العصبي المركزي، حيث تتم معالجتها، ثم تُرسل أوامر إلى العضلات للاستجابة المناسبة.

وتنتقل الإشارات داخل الخلايا العصبية على شكل تغيرات كهربائية، بينما تنتقل بين معظم الخلايا العصبية عبر مواد كيميائية تُسمى النواقل العصبية.




تركيب الخلية العصبية

## مكونات الجهاز العصبي

ينقسم الجهاز العصبي إلى قسمين رئيسيين:

### 1. الجهاز العصبي المركزي

يتكون من الدماغ والحبل الشوكي، وهو المسؤول عن استقبال المعلومات ومعالجتها والتحكم في أنشطة الجسم المختلفة.




الجهاز العصبي المركزي

### 2. الجهاز العصبي الطرفي

يتكون من الأعصاب التي تربط الجهاز العصبي المركزي بقية أجزاء الجسم، ويعمل على نقل الإشارات الحسية والحركية.



الجهاز العصبي الطرفي

## وظائف الجهاز العصبي



- التحكم في حركة العضلات وتنسيقها.
- استقبال المؤثرات الحسية مثل الضوء والصوت والحرارة.
- تنظيم وظائف الجسم اللاإرادية مثل التنفس وضربات القلب.
- المساعدة على التفكير والتعلم والتذكر.
- المحافظة على توازن الجسم والتنسيق بين أعضائه.

## أهمية الجهاز العصبي

تكمن أهمية الجهاز العصبي في قدرته على تنظيم أنشطة الجسم وربط أجهزته المختلفة بعضها ببعض. كما يساعد الإنسان على التفاعل مع البيئة المحيطة، وحماية نفسه من الأخطار، والمحافظة على الاتزان الداخلي للجسم.

## الخاتمة

في الختام، تُعد فسيولوجيا الجهاز العصبي من الموضوعات المهمة في علم الأحياء، لأنها توضح كيفية عمل الجهاز العصبي ودوره الأساسي في حياة الإنسان. ومن خلال فهم وظائفه، نستطيع معرفة أهمية المحافظة على صحته عن طريق التغذية السليمة، والنوم الكافي، وممارسة الرياضة، وتجنب العادات الضارة.

## المراجع:


- كتاب الأحياء المدرسي.
- مراجع علم وظائف الأعضاء (الفسيولوجيا).
- المراجع العلمية المتخصصة في الجهاز العصبي.


Scanned with CamScanner