



التربية الصحية

إيهاب محمد عماد الدين

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

اعراض

ايهاب محمد عماد الدين



دكتور بقسم علوم الصحة الرياضية
بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي



تعريفات التربية الصحية

هي عملية تغيير أفكار وسلوك الأفراد فيما يتعلق بصحتهم .

هي عملية تمد المجتمع بالخبرات اللازمة بهدف التأثير في معلوماتهم واتجاهاتهم وممارساتهم فيما يتعلق بالصحة تأثيراً حميداً

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تعريفات التربية الصحية

هي عملية تعليم المجتمع كيفية حماية نفسه من الأمراض والمشاكل الصحية التي تظهر في هذا المجتمع .

هي ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع، وذلك باستخدام الأساليب التربوية الحديثة



الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تعريفات التربية الصحية

هي جزء من التربية العامة، ولا يقتصر دورها فقط على أن يتلائم الفرد مع بيئته، بل يتعدى ذلك إلى إكساب الأفراد تفهما أفضل للخدمات الصحية المتاحة في المجتمع والإستفادة منها على أكمل وجه، وكذلك تزويد أفراد المجتمع بالمعلومات والإرشادات الصحية المتعلقة بغرض التأثير الفعال على اتجاهاتهم والعمل على تعديل وتطوير سلوكهم الصحي لمساعدتهم على تحقيق السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية

[الصفحة التالية](#)

[الصفحة الرئيسية](#)

[الصفحة السابقة](#)

التربية الصحية في المجال الرياضي

أهداف التربية الصحية

1- العمل على تغيير مفاهيم الأفراد فيما يتعلق بالصحة والمرض .

2- العمل على تغيير اتجاهات وسلوك وعادات الأفراد لتحسين مستوى صحة الفرد والأسرة والمجتمع بشكل عام

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تابع : أهداف التربية الصحية

3- العمل على تنمية وإنجاح المشروعات الصحية
في المجتمع

4- نشر الوعي الصحي بين أفراد المجتمع

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تابع : أهداف التربية الصحية

5- تنمية وعي التلاميذ والأفراد في مواجهة المشكلات الحياتية في البيئة المدرسية

6- ترجمة الحقائق الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي



تعريفات الصحة

هي حالة السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية ، وليست مجرد خلو الجسم من المرض أو العجز 0 .

الصحة = تكامل بدني + تكامل نفسي + تكامل اجتماعي + تكامل عقلي

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تعريفات الصحة

هي علم تشخيص وعلاج المجتمع O .

هي علم وفن ، ليتمكن كل مواطن من الحصول
على حقه المشروع في الصحة والحياة

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

تعريفات الصحة

هو كل من كان صحيح البدن ، خاليا من المرض أو العجز ، قادرا على التعلم واكتساب الخبرات والعمل والانتاج ، وفي نفس الوقت متمعا بالاستقرار النفسى ، ويستطيع أن يتحمل تبعات الحياة ويواجه مصاعبها ، ويكون قادرا على اكتساب الآخرين وكسب صدقاتهم ومحبتهم والتأثير فيهم

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

الثقافة الصحية

هي تقديم المعلومات والبيانات والحقائق الصحية التي ترتبط بالصحة والمرض لكافة المواطنين .

ومن هنا يمكن أن تتحول الممارسات الصحية إلى عادة تؤدي بلاشعور نتيجة كثر التكرار .

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

أهداف الثقافة الصحية

- 1- حث أفراد المجتمع لحماية أنفسهم من الأوبئة .
- 2- تقديم كافة المعلومات للتعرف على الأمراض المنتشرة في البيئة .
- 3- حث أفراد المجتمع للامتناع عن أى عمل يضر بالصحة .

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

الوعي الصحي

هو إلمام المواطنين بالمعلومات والحقائق الصحية ، وأيضاً إحساسهم بالمسئولية نحو صحتهم وصحة الآخرين .

الوعي الصحي هو الهدف الذي يجب أن نسعى إليه ، ونتوصل إليه لا أن تبقى المعلومة الصحية كثقافة صحية فقط .

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

مكونات الصحة العامة

- 1- الصحة الشخصية .
- 2- صحة البيئة
- 3- الطب الوقائي للفرد
- 4- الطب الوقائي للمجتمع

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

أولاً : مكونات الصحة الشخصية

- التغذية
- النظافة
- النوم
- الراحة
- الرياضة
- العناية بالأسنان
- العناية بالعينين
- الكشف الطبى

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

ثانيا : صحة البيئة :

- مياة الشرب
- تصريف الفضلات
- التهوية
- الضوضاء
- الإضاءة
- جمع القمامة

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

ثالثا : الطب الوقائي للفرد :

- الصحة الشخصية

+

- استعمال الأدوية للوقاية والعلاج

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

التربية الصحية في المجال الرياضي

رابعاً : الطب الوقائي للمجتمع :

- صحة البيئة
- +
- الطب الوقائي للفرد
- عمل احصاءات
- التفتيش الصحى
- خدمات الصحة العامة

الصفحة التالية

الصفحة الرئيسية

الصفحة السابقة

شکر اجزی پالا

