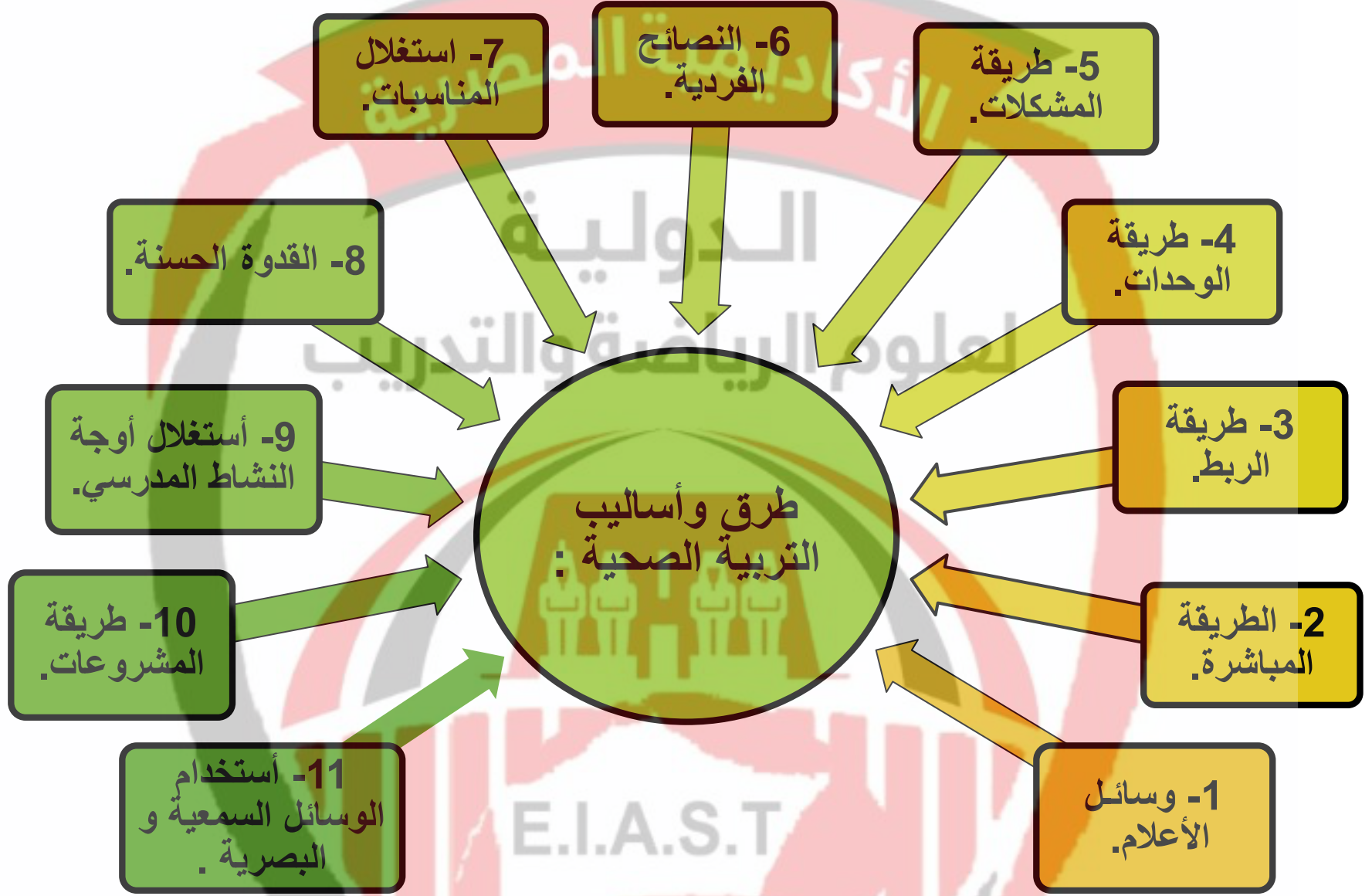


طرق وأساليب التربية الصحية  
لمعلمي التربية البدنية



E.I.A.S.T

# 1- وسائل الاعلام



هي وسائل مستخدمة لتوصيل المعلومات و الخبرات في وقت واحد .



أمثلة (الأفلام السينمائية – الأفلام التلفزيونية – النشرات – الملصقات – الراديو – التلفزيون – الكتب).

E.I.A.S.T

ما يقلل من وسائل الأعلام في التربية  
الصحية :-

1- أحتمال عدم سماع أو  
رؤية أو قراءة الوسيلة  
وعدم وصولها لاسباب  
فنية .

2- بعض الأحيان تكون  
وسيلة الأعلام لا تساعد  
علي جذب الانتباه .

4- في بعض العائلات لا  
تجيد القراءة .

3- عدم رغبة الفرد في  
بعض الأحيان الي  
الأستماع للراديو .

E.I.A.S.T

## 2- الطريقة المباشرة :-

- تكون بين الطبيب و المريض أو بين المدرس و التلميذ .

1- المحادثة  
الشخصية:

- يكون في هذه الفصول فاعلية كبيرة بشرط تأخذ اسلوب المناقشة وأتخاذ القرارات الجماعية.

2- الفصول  
الصحية:

- فيها حلقات المناقشة و المحاضرات و اللجان الصحية و الندوات .

3-  
الاجتماعات:

الأكاديمية المصرية

المشاركة  
الإيجابية.

وضوح التجاوب  
و الانفعال من  
جانب المتعلم  
للمعلم.

زيادة التوافق مع  
الحاجات  
الشخصية.

مميزات الطريقة  
المباشرة :-

المرونة.

تكيف الطريقة  
طبقاً  
للظروف.

E.I.A.S.T

### 3- طريقة الربط :-

1- عند تدريس مادة (العلوم) يمكن ربطها بموضوعات مختلفة بالنمو مثل (أنواع الغذاء التي تتناسب مع النمو ونوع العمل).

2- عند تدريس مادة (الطبيعة) يمكن ربطها بموضوع الضوء بالعين من حيث (العناية بها – تركيبها).

3- عند تدريس مادة (اللغة العربية) يمكن ربطها بموضوعات (الإنشاء – المحادثة – الأناشيد).

4- عند تدريس مادة (الجوغرافيا) يمكن ربطها بموضوعات (المناخ – حرارة – رطوبة).

5- عند تدريس مادة (الدين) يمكن ربطها بموضوعات (النظافة بالأيمان – آداب الزيارة – المحافظة علي الصوم و الصلاة).

#### 4- طريق الوحدات:-

1- اختيار  
موضوع  
الوحدة بحيث  
يتفق مع  
حاجات  
التلاميذ.

2- تحليل و  
دراسة أهداف  
الوحدة.

3- مرحلة  
الإعداد و  
التحضير  
للوحدة  
وأستخدام  
وسائل سمعية  
و بصرية .

4- السير في  
الوحدة و يبدأ  
العمل بمقدمة  
مشوقة تثير  
أهتمام التلاميذ.

5- تقويم العمل  
لمعرفة القدر  
الذي اكتسبه  
التلاميذ.

E.I.A.S.T

الأكاديمية المصرية

أنواع  
الوحدات:

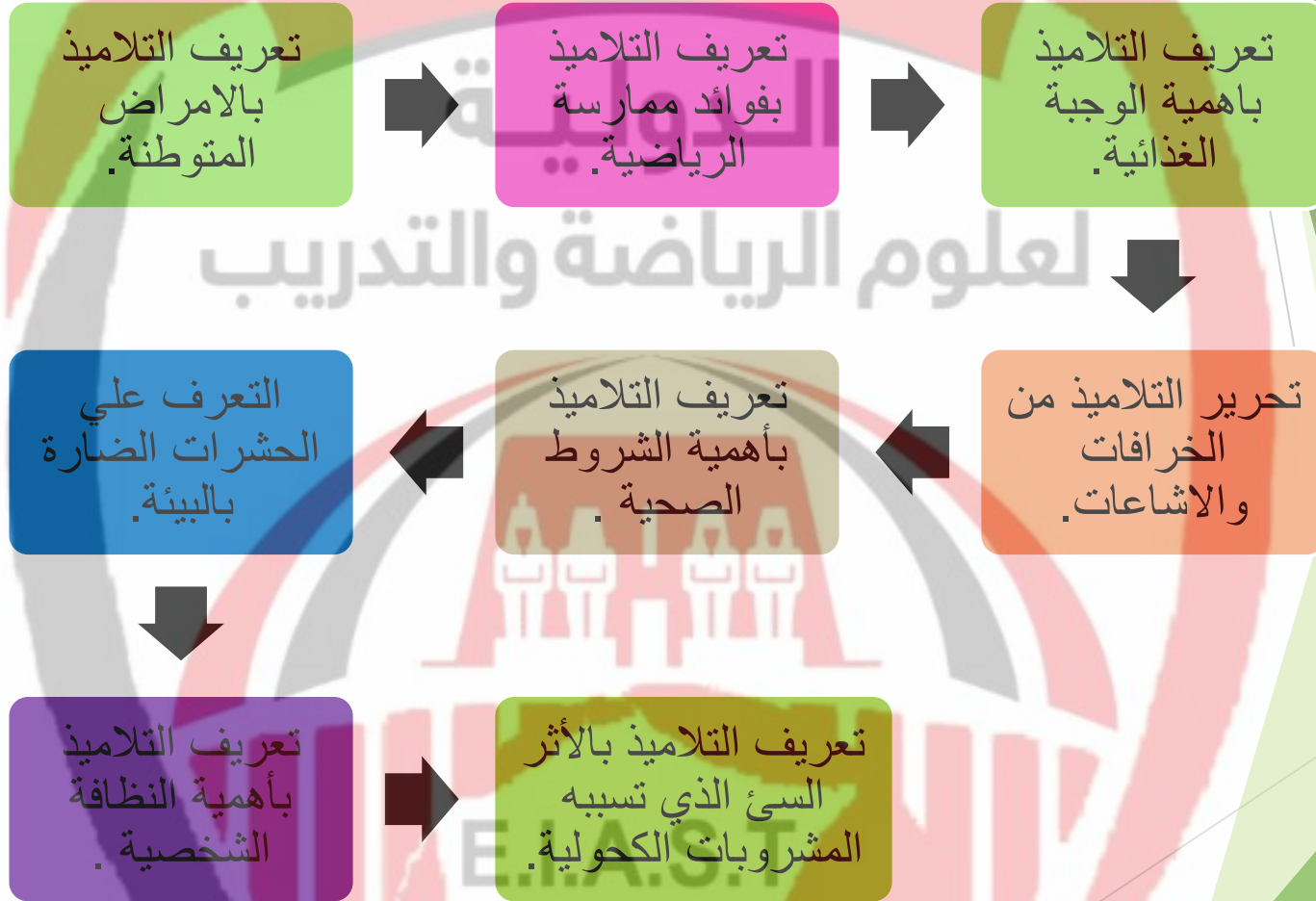
لعلوم الرياضة والتدريب

2- وحدات طويلة المدى :  
مدتها (فصل دراسي -  
عام دراسي).

1- وحدات قصيرة المدى :  
مدتها (اسبوع -  
أسبوعين).

E.I.A.S.T

## الغرض من الوحدات طويلة المدى :-



## 5- طريقة حل المشكلات :-



## 6- النصائح الفردية :-



- هي النصائح التي توجه لكل تلميذ في مشكلة صحيه خاصة به .
- عندما يلاحظ المدرس أي أعراض علي أحدي التلاميذ يجب أن يقدم النصح و الارشاد له .

## 7- أستغلال المناسبات :-



- هي أستغلال مناسبة معينة في تحقيق هدف صحي معين سواء في المدرسة أو البيئة المحيطة.
- عند أنتشار مرض معين في المدرسة أو المجتمع يجب علي هيئة المدرأو المسؤولين عن الصحة استغلال هذه الفرصة لتقديم النصح و الارشاد للتلاميذ.

## 8- القدوة الحسنة :-

الدولية

ان التلاميذ في المراحل الابتدائية و الاعدادية بصفة خاصة يرون في مدرسيهم القدوة .

في هذا السن يقلدون التلاميذ الالباء و المدرسين في معظم تصرفاتهم وكلما كان المدرس يتمتع بصحة جيدة و يمارس العادات الصحية السليمة فإن التلاميذ تتخذه قدوة لهم .

E.I.A.S.T



## 10- طريقة المشروعات:-

المشروع في الحياة العلمية : هو تصميم لعمل يزمع الانسان للقيام به لتحقيق عرض معين .

2- ضرورة احتواء  
المشروع علي مشكلة  
يدور حولها العمل.

3- ضرورة أن  
يجري العمل في  
بيئة الطبيعة.

عناصر رئيسية  
لطريقة  
المشروعات:

1- ان  
المشروع  
يجري تنفيذه  
حتي إتمامه.

ما يميز العناصر الآتية في المشروعات :-

1- حل

المشكلات.

2- القيام بالنشاط في محيط  
اجتماعي.

3- البدء بالمشكلات الواقعية.

4- النشاط الموجه لتحقيق غرض يثير في التلاميذ  
اهتماماً.

5- الاهتمام باثر المعلومات في السلوك أكثر من الاهتمام بالمعلومات  
في حد ذاتها.

الأكاديمية المصرية

خطوات السير في المشروع علي  
مستوي المدرسة:



## أنواع المشروعات :-

### 1- مشروعات فردية:

- يقوم بها التلميذ بمفرده لأشباع هوايته ويقوم المدرس بالتوجيه له المستمر.

### 2- مشروعات جماعية:

- يشترك في العمل عدة فصول أو يكون العمل موزع علي لجان و جماعات.

E.I.A.S.T

2- ان يكون  
للتلاميذ دور  
إيجابي.

1- ان يدور  
الموضوع مع  
ميول التلميذ.

صفات المشروع  
الناجح:

3- ان يكون جو  
العمل بالمشروع  
ديمقراطي  
تعاوني.

4- ان يحتوي  
الواناً متعددة متفقة  
مع موضوع  
المشروع.

## فوائد طريقة المشروعات:-

# الأكاديمية المصرية الدولية لعلوم الرياضة والتدريب

1- أكتساب التلاميذ القدرة علي المثابرة وبذل جهد .

2- التدريب علي العمل الجماعي.

3- تنمية القدرة علي القراءة و البحث والاطلاع.

E.I.A.S.T

1- تحديد المشاكل الصحية  
للمجتمع.

2- وضع أولويات لحل هذه  
المشاكل.

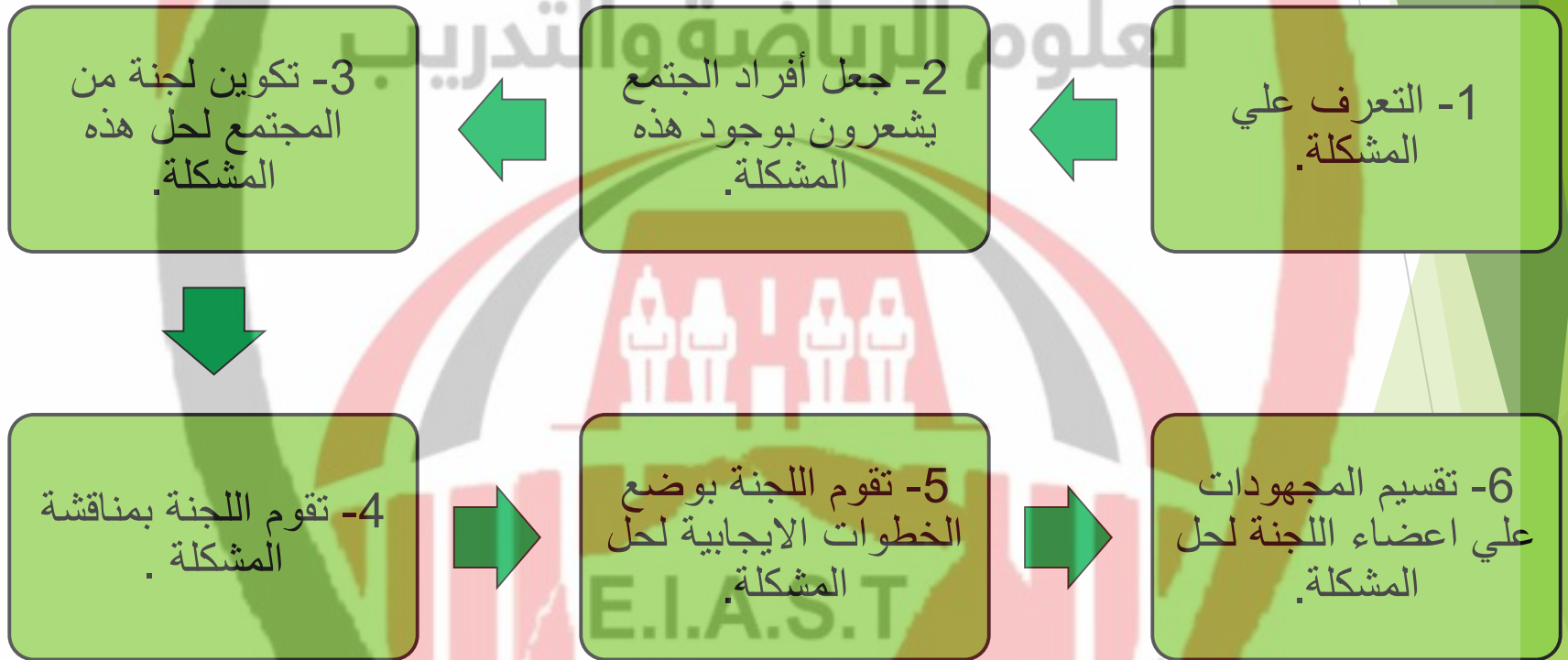
3- اثارة الوعي في المجتمع  
لحل هذه المشاكل.

4- إيجاد الامكانيات لحل هذه  
المشاكل.

5- قيام الاتجاهات التعاونية  
لحل هذه المشاكل.

خطوات السير في  
المشروع علي مستوي  
المجمع :-

خطوات السير في المشروع علي  
مستوي المجتمع :-



10- استخدام الوسائل السمعية والبصرية في  
التربية الصحية :-

- هي ليست طريقة من طرق و اساليب التربية الصحية .

- هي عوامل مساعدة لهذه الطرق لتوضيح الرسالة التعليمية التي تهدف الي طريقة التعليم .

- هي وسائل تستخدم في بداية الدرس أو في بداية عرض الموضوع و تعتبر مقدمة للموضوع.  
مميزاتها: ( توفير الوقت – تثير أنتباه المتعلمين ) .

## أنواع الوسائل المستخدمة :

### 1- وسائل سمعية :

- هي التي يتأثر بها  
الشخص عن طريق حاسة  
السمع مثل ( الراديو -  
الاستماع الي التسجيلات ).

### 2- وسائل بصرية :

- هي التي يتأثر بها  
الشخص عن طريق النظر  
مثل ( المجلات - الكتب -  
الملصقات - المنشورات -  
النماذج ).

### 3- وسائل سمعية بصرية:

- هي التي تؤثر علي  
حاستي السمع و البصر  
مثل ( التلفزيون - المسرح  
- السينما - المؤتمرات -  
الحفلات ).