



رقم المعاملة: ٢٠٢٠-٤٤٠٠ تاريخ الإحالة: ١١-١-١٤٤٤



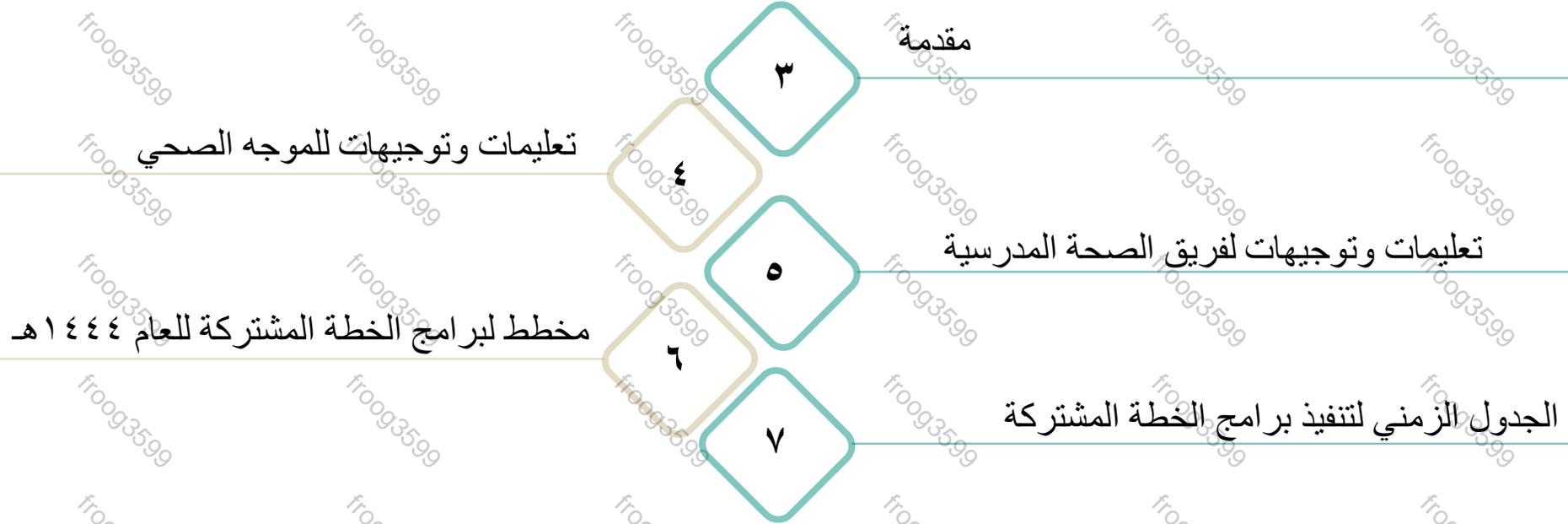
وزارة الصحة
Ministry of Health



وزارة التعليم
Ministry of Education

الخطة المشتركة للبرامج الصحية المدرسية للعام الدراسي ١٤٤٤ هـ

الشؤون
صحية
المدرسية



مقدمة

مجتمع حيوي؛ أحد المحاور الأساسية التي تركز عليها رؤية المملكة ٢٠٣٠، ولعل أبرز أهدافها العامة تمكين حياة عامرة وصحية، والذي يسعى إلى إنشاء نظام صحي شامل وفعال ومتكامل، يقوم على صحة الفرد والمجتمع. ولكون أبنائنا الطلبة أحد أهم ركائز المجتمع الأساسية سعت الحكومة الرشيدة على تمكين أنظمة الرعاية الصحية المتكاملة، وتحسين جودة الخدمات المقدمة إليهم. ومن منطلق مسؤولية وزارة التعليم ووزارة الصحة في تقديم أفضل الوسائل والسبل لنشر وعي صحي متكامل في المجتمع المدرسي، بما يحقق الأهداف والخطط المشتركة لتعزيز القيم والمهارات للطلبة في بيئة مدرسية معززة للصحة؛ تم إعداد الخطة المشتركة للبرامج الصحية المدرسية للعام الدراسي ١٤٤٤هـ متضمنة البرامج التوعوية والتثقيفية والصحية لكافة فئات المجتمع المدرسي.

تعليمات وتوجيهات للموجه الصحي

١. الالتزام بتنفيذ البرامج المحددة فقط في الخطة المشتركة دون إضافة برامج وأنشطة أخرى.
٢. الالتزام بالمهام والأدوار المحددة بين فريق الصحة المدرسية والموجه الصحي.
٣. اختيار أساليب تنفيذ البرامج وفق أساليب التعلم المبني على المخرجات، واستخدام آليات تقويم واضحة ومحددة لقياس مدى تحقق هذه المخرجات تتلاءم مع طبيعة البرامج المنفذة.
٤. تضمين البرامج التي يمكن تنفيذها على تنوع يناسب التنوع في مهارات الطلبة واتجاهاتهم كالمسابقات، واللقاءات، والبحوث، وإقامة المعارض، والألعاب التفاعلية وغيرها.
٥. تسهيل مهمة الفريق المنفذ لبرامج الخطة المشتركة من قبل وزارة الصحة.
٦. الالتزام بالمحتوى العلمي والتوعوي لبرامج الخطة المشتركة الوارد من الجهات المعتمدة.
٧. رفع تقارير تفصيلية عن كل برنامج وما تحقق من مخرجات ونتائج ومقارنتها بالمؤشرات المحددة.
٨. تأهيل الموجه الصحي وتدريبه على الإسعافات الأولية، وبرامج الخطة المشتركة وآلية تنفيذها والجهات المنفذة والداعمة لكل برنامج من خلال إعداد برنامج تدريبي في بداية العام الدراسي من قبل إدارة الشؤون الصحية المدرسية بإدارة التعليم.

تعليمات و توجيهات لفريق الصحة المدرسية

١. الالتزام بتنفيذ الزيارات التوعوية والأيام العالمية المحددة في الخطة المشتركة فقط دون إضافة موضوعات أو برامج أخرى.
٢. الالتزام بالمهام والأدوار المحددة بين فريق الصحة المدرسية والموجه الصحي.
٣. إدراج مكونات الخطة ضمن الجدول الزمني لزيارات الفرق المدرسية.
٤. التنسيق مع الموجه الصحي في المدرسة بوقت كافٍ قبل زيارة المدرسة لتقديم التوعية.
٥. الإعداد الجيد لتقديم الزيارة التوعوية مع الالتزام بالمحتوى التوعوي المعتمد من وزارة الصحة.
٦. التركيز على جودة التوعية المقدمة وابتكار الوسائل الداعمة لذلك.
٧. رفع مشهد التنفيذ وبيانات المدرسة وعدد الطلبة المتلقين للتوعية لإدارة الصحة المدرسية في مديرية الشؤون الصحية/التجمع الصحي.

برامج الخطة المشتركة لبرامج الصحة المدرسية ١٤٤٤ هـ

التوعية الصحية

الفحص الاستكشافي

فحص اللياقة الطبية

الزيارات التوعوية

الأيام الصحية الخليجية / العالمية

البرامج التوعوية

الحملة التوعوية
للعودة للدراسة

صحة الفم والأسنان

الأمراض المعدية
والوقاية منها

سرطان الثدي

اليوم العالمي لمكافحة
التدخين

الوعي في الغذاء

صحة البلوغ
والزواج الصحي

الصحة النفسية
والألعاب الإلكترونية

اليوم العالمي للسكري

اليوم الخليجي للصحة
المدرسية وصحة
الرياضيين والشباب

النوم الصحي

النشاط البدني
ومكافحة السمنة

الجدول الزمني لتنفيذ الخطة المشتركة للبرامج الصحية المدرسية للعام الدراسي ١٤٤٤ هـ

الفصل الدراسي الثالث												الفصل الدراسي الثاني												الفصل الدراسي الأول												الشهر الميلادي																				
يونيو				مايو				أبريل				مارس				فبراير				يناير				ديسمبر				نوفمبر				أكتوبر					سبتمبر				الشمس															
ذو الحجة				ذو القعدة				شوال				رمضان				شعبان				رجب				جمادى الآخر				جمادى الأول				ربيع الآخر				ربيع الأول				صفر																
١٤				١٣				١٢				١١				١٠				٩				٨				٧				٦				٥				٤				٣				٢				١				
البرامج																																																								
تأهيل وتدريب الموجه الصحي																																																								
التوعية الصحية																																																								
حملة العودة للدراسة																																																○								
اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين والشباب																																																								
شهر التوعية بسرطان الثدي																																																▲								
الأمراض المعدية والوقاية منها																																																▲								
النوم الصحي																																																○								
الصحة النفسية والألعاب الالكترونية																																																○								
اليوم العالمي للسكري																																																○								
الوعي في الغذاء																																																○								
فحص اللياقة																																																○								
النشاط البدني ومكافحة السمنة																																																○								
اليوم العالمي للتدخين																																																▲								
صحة الفم والأسنان																																																★								
الفحص الاستكشافي																																																								
صحة البلوغ والزواج الصحي																																																▲								

اسم البرنامج: فحص اللياقة الطبية للطلاب المستجدين

الهدف الاستراتيجي: تعزيز الوقاية ضد المخاطر الصحية

الهدف العام للبرنامج: تقييم الحالة الصحية الإجمالية للطلبة وتحديد المسار التعليمي المناسب من خلال اكتشاف المشكلات الصحية وتسهيل علاجها مما يرفع من المستوى الصحي.

الاهداف التفصيلية:

١. الاكتشاف المبكر لحالات الإعاقة السمعية أو البصرية أو العقلية أو البدنية.
٢. الاكتشاف المبكر لحالات الأمراض المعدية أو المزمنة.
٣. التأكد من استكمال التطعيمات الأساسية وفق جدول التطعيمات الوطني.
٤. تقديم التوعية الصحية.

مؤشرات الأداء الرئيسية للبرنامج:

١. عدد الطلبة المفحوصين.

وصف البرنامج: هو برنامج فحوصات طبية تجرى للطلبة المستجدين قبل دخولهم للمدرسة لاكتشاف المشكلات الصحية التي قد تعوق دون انتظامهم في التعليم العام.

يتم تنفيذ البرنامج وفق ما يلي:

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	إجراءات التنفيذ
الموجه الصحي	<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية) جميع المنشآت الصحية الأخرى 	الطلبة المستجدين بالصف الأول الابتدائي	<ul style="list-style-type: none"> حجز موعد للطالب عن طريق تطبيق صحي. يراجع الطالب/ة مركز الرعاية الصحية الأولية برفقة ولي أمره/ا ومعهم كافة الأوراق المطلوبة للتسجيل والتي تشمل سجل الأسرة الطالب/ة أو الإقامة وشهادة التطعيم الأصلية. يتم فحص الطالب/ة وفق مكونات الفحص. تسجيل بيانات الطالب/ة ونتائج الفحوصات في النظام الإلكتروني (منصة صحة). يتم توجيه الطالب/ة حسب نتيجة الفحص. يتم تحويل الطالب/ة إلى الجهة المختصة إن لزم الأمر . تسلم نسخة من نتيجة الفحص إلى ولي أمر الطالب/ة. يسلم ولي الأمر نتيجة الفحص متضمناً التاريخ المرضي إلى المدرسة لاتخاذ اللازم والمتابعة. <p>دور الموجه الصحي في البرنامج:</p> <ul style="list-style-type: none"> عمل سجل للطلبة المطعمين والغير مطعمين لمتابعتهم والتأكد من استكمالهم لتطعيماتهم الأساسية.

اسم البرنامج: الفحص الاستكشافي لطلبة المدارس.

الهدف الاستراتيجي: تعزيز الوقاية ضد المخاطر الصحية.

الهدف العام للبرنامج : تعزيز صحة الطلبة.

الاهداف التفصيلية :

١. الاكتشاف المبكر للمشاكل الصحية المستهدفة بالفحص.
٢. التوعية الصحية اللازمة للطلبة وفق المشكلات الصحية المكتشفة.
٣. بناء قاعدة بيانات صحية للطلبة الذين تم فحصهم.
٤. التأكد من إحالة الحالات المكتشفة للجهات الصحية المعنية.

مؤشرات الأداء الرئيسية للبرنامج :

١. نسبة الطلبة المفحوصين من إجمالي الفئة المستهدفة

وصف البرنامج: هو برنامج تقوم به فرق طبية مدربة بإجراء فحوص طبية للطلبة المستهدفين للكشف المبكر عن جملة من المشكلات الصحية و إحالتها لجهة الاختصاص لتلقي الرعاية الصحية اللازمة.

يتم تنفيذ البرنامج وفق ما يلي:

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	إجراءات التنفيذ
الموجه الصحي	وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية).	<ul style="list-style-type: none"> • طلبة الصفوف التالية: الأول الابتدائي. - الرابع الابتدائي. الأول متوسط. - الأول ثانوي. 	من الأسبوع الثالث في الفصل الدراسي الأول إلى نهاية العام الدراسي	<p>في مركز الرعاية الصحية الأولية:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. يتم حجز موعد للطالب/ة في عيادة الصحة المدرسية عن طريق تطبيق صحي. 2. يراجع الطالب/ة مركز الرعاية الصحية الأولية برفقة ولي الأمر مع إحضار كافة الأوراق المطلوبة للتسجيل. 3. يتم فحص الطالب/ة وفق مكونات الفحص. 4. تسجيل بيانات الطالب/ة ونتائج الفحوصات في النظام الإلكتروني (منصة صحة). 5. ترسل النتيجة إلى ولي أمر الطالب/ة لمتابعة حالته. 6. يتم إحالة الحالات المكتشفة إلى الجهات المختصة لتقديم الرعاية الصحية الملائمة. <p>في المدرسة:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. تحديد يوم الكشف بالتنسيق مع الموجه الصحي. 2. تزويد المدرسة بالاستمارات الخاصة بالفحص لتوزيعها على الطلبة المستهدفين. 3. يقوم الموجه الصحي بتجهيز مكان الفحص وجمع الاستمارات من الطلبة بعد تعبئتها. 4. يزور الفريق الطبي المدرسة في الموعد المحدد ويقوم بإجراء الكشف وفق الفحوص المحددة لكل صف. 5. تسجيل بيانات الطالب/ة ونتائج الفحوصات في النظام الإلكتروني (منصة صحة). 6. ترسل النتيجة إلى ولي أمر الطالب لمتابعة حالته. 7. يتم إحالة الحالات المكتشفة إلى الجهات المختصة لتقديم الرعاية الصحية الملائمة.

اسم البرنامج: برنامج التوعية الصحية.

الهدف الاستراتيجي: تعزيز الوقاية ضد المخاطر الصحية

الهدف العام للبرنامج: تعزيز الوعي الصحي لدى الطلبة .

الأهداف التفصيلية :

١. رفع الوعي الصحي لدى الطلبة بالمواضيع الصحية
٢. تزويد الطلبة ببعض المهارات العلمية والعملية التي يحتاجونها في حياتهم.
٣. تعريف الطلبة بمشاكلهم الصحية وتطوير تعاملهم الذاتي معها.
٤. إكساب المجتمع المدرسي السلوك الصحي السليم.

مؤشرات الأداء الرئيسية للبرنامج:

١. نسبة الزيارات التوعوية المقدمة للمدارس من إجمالي الزيارات المستهدفة
٢. نسبة الطلبة المقدم لهم التوعية الصحية من إجمالي الطلبة المستهدفين.

تعريف البرنامج: هو برنامج يعنى بتقديم مجموعة من الأنشطة والمبادرات التوعوية التي تهدف إلى الارتقاء بالمعارف الصحية وبناء الاتجاهات وغرس السلوكيات الصحية في المجتمع المدرسي.

حملة العودة للدراسة

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
<ul style="list-style-type: none"> إدارات الصحة المدرسية في الشؤون الصحية والتجمعات الصحية إدارة الشؤون الصحية المدرسية بإدارة التعليم 	<ul style="list-style-type: none"> الطلبة في جميع المراحل الدراسية أولياء الأمور 	<ul style="list-style-type: none"> ١/٢٣ - ١٤٤٤/٢/٧ هـ ٨/٢١ - ٢٠٢٢/٩/٣ م (الفصل الدراسي الأول) 	<p>حملة العودة للدراسة</p> <p>الوصف: حملة توعوية تستهدف جميع طلبة المدارس وأولياء أمورهم للتوعية برسائل صحية محددة.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> تهيئة الطلبة للعودة للمدارس. إشراك فرق الصحة المدرسية بحملات مجتمعية. إبراز جهود الصحة المدرسية والتوعية بالخدمات الصحية المقدمة. استغلال قنوات جديدة لإيصال المعلومات الصحية للمجتمع المدرسي. تفعيل دور الشراكات الاستراتيجية في نشر المعلومة الصحية.

الأيام الصحية الخليجية / العالمية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية)	الطلبة من الصف الخامس الابتدائي إلى الصف الثالث ثانوي (الطالب من عمر ١١-١٨ سنة)	٢٠٢٩ - ٣/٣/١٤٤٤ هـ ٩/٢٥ - ٩/٢٩/٢٠٢٢ م (ينفذ في الأسبوع الخامس من الفصل الدراسي الأول)	<p>(١) اليوم الخليجي للصحة المدرسية وصحة اليافعين والشباب. الوصف: هو يوم توعوي خليجي يُعنى بتقديم التوعية الصحية المدرسية وصحة اليافعين والشباب تحت شعارات دورية.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> • تعزيز المفاهيم والمعارف الخليجية في مجال الصحة المدرسية / صحة اليافعين والشباب. • رفع الوعي بالصحة المدرسية وصحة اليافعين والشباب ومكوناتها.

الأيام الصحية الخليجية / العالمية

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف و الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة - (الإدارة العامة للصحة المدرسية) - (البرنامج الوطني للكشف المبكر عن سرطان الثدي). 	<p>الموجهات الصحيات</p>	<ul style="list-style-type: none"> الطالبات (المرحلة المتوسطة والثانوية) المعلمات 	<p>٣/٥-٤/٤/١٤٤٤ هـ الموافق ١٠/١-٣١/١٠/٢٠٢٢ م (الفصل الدراسي الأول)</p>	<p>(٢) شهر التوعية بسرطان الثدي</p> <p>أهداف شهر التوعية بسرطان الثدي :</p> <ul style="list-style-type: none"> رفع الوعي وتعزيز المفاهيم في تفعيل برنامج التوعية ضد سرطان الثدي خلال شهر أكتوبر عام ٢٠٢٢ م. رفع مستوى الوعي بأسباب الإصابة بسرطان الثدي وطرق الوقاية منه. رفع مستوى الوعي بأهمية إجراء الفحوصات المبكرة كفحص الماموجرام؛ لاكتشاف التغيرات غير الطبيعية للفئة المستهدفة وإجراء الفحص الذاتي للثدي.

الزيارات التوعوية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية) 	الطلبة في المرحلة المتوسطة والثانوية	١٤٤٤/٤/١٥-٣/١٣ هـ ١٠/٩-١١/٩ / ٢٠٢٢ م (الفصل الدراسي الأول)	<p>(١) الزيارة التوعوية بالأمراض المعدية والوقاية منها</p> <p>الوصف: هي زيارة تُعنى بتقديم التوعية الصحية للطلبة عن الأمراض المعدية الشائعة والإجراءات المتبعة للوقاية منها.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> رفع وعي الطلبة بالفيروسات الشائعة و اللقاحات الخاصة بمكافحتها. رفع وعي الطلبة بالإجراءات الوقائية الواجب اتباعها للوقاية من الأمراض المعدية.

البرامج التوعوية

اسم البرنامج: النوم الصحي

الهدف الاستراتيجي : تعزيز القيم و المهارات للطلبة

الهدف العام للبرنامج : تعزيز الثقافة الصحية للنوم الصحي السليم لدى الطلبة.

الاهداف التفصيلية :

١. بناء ثقافة صحية سليمة للنوم الصحي للطلبة و أثره على التحصيل الدراسي.
٢. تعديل السلوكيات الخاطئة في النوم لدى الطلبة .

مؤشرات الأداء الرئيسية للبرنامج :

١. نسبة المدارس المنفذة لبرنامج النوم الصحي في جميع المدارس في المناطق والمحافظات لا تقل عن ٩٠%.
٢. نسبة الطلبة المستفيدين من البرنامج لا تقل عن ٩٠%.

وصف البرنامج: يلعب النوم دوراً رئيسياً في صحة الطالب وعلمياً أن أكثر الطلبة يحتاجون إلى نحو (٩) ساعات من النوم ليلاً، كما تفيد الدراسات الحديثة أن السهر يضعف مستوى ذكائهم وقدراتهم الذهنية، ونظراً لذلك كان من الواجب إيجاد برامج لتعزيز النوم الصحي لدى الطلبة والمساهمة في تعديل السلوكيات الخاطئة في النوم .

البرامج التوعوية

(١) النوم الصحي :

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	إجراءات التنفيذ
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الإدارة العامة للصحة المدرسية) الجهات ذات العلاقة 	الموجه الصحي	الطلبة في جميع المراحل الدراسية	(الفصل الدراسي الثاني)	<p>تنفيذ البرنامج وفق المحاور التالية:</p> <ol style="list-style-type: none"> ١. احتياج الطلبة للنوم : التعريف بعدد ساعات النوم في كل مرحلة دراسية و الأثار المترتبة على ذلك . ٢. أهمية النوم الجيد للطلبة : نشر ثقافة النوم الصحي الجيد. ٣. نصائح للنوم الهادئ المبكر : أثر النوم الصحي الهادئ على صحة الطالب خلال اليوم الدراسي . ٤. سلوكيات خاطئة في النوم : عرض السلوكيات الخاطئة في النوم و معالجتها.

الزيارات التوعوية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية) 	الطلبة في جميع المراحل الدراسية	١٧/٥/٢٥ - ١٧/٧/٢٥ هـ ٢٢/٢/١١ - ٢٣/٢/١٦ م (الفصل الدراسي الثاني)	<p>(٢) الزيارة التوعوية بالصحة النفسية والألعاب الإلكترونية</p> <p>الوصف: هي زيارة تُعنى بتقديم التوعية الصحية للطلبة عن أضرار الألعاب الإلكترونية وأثرها على صحتهم النفسية.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> رفع الوعي لدى الطلبة بوسائل تعزيز صحتهم النفسية وتعاملهم مع الضغوطات. رفع وعي الطلبة بأضرار الأجهزة الإلكترونية وألعاب الفيديو وكيفية تجنبها.

الأيام الصحية الخليجية / العالمية

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الإدارة العامة للصحة المدرسية) 	الموجه الصحي	<ul style="list-style-type: none"> الطلبة (جميع المراحل الدراسية) المعلمين والمعلمات 	<p>١٤٤٤/٤/٢٠ هـ الموافق ٢٠٢٢/١١/١٤ م (ينفذ في الأسبوع الأول من الفصل الدراسي الثاني)</p>	<p>(٣) اليوم العالمي للسكري أهداف اليوم العالمي للسكري :</p> <ul style="list-style-type: none"> رفع مستوى الوعي حول تأثير داء السكري في المجتمع، وتشجيع التشخيص المبكر، ودعم المتضررين. التوعية بطرق الوقاية من داء السكري أو تأخير ظهوره، من خلال اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة النشاط البدني. تعزيز دور الأسرة في التقفيم الصحي في علاج داء السكري. الوقاية من مضاعفاته، وزيادة الوعي حول العلامات التحذيرية للإصابة به.

البرامج التوعوية

اسم البرنامج: الوعي في الغذاء.

الهدف الاستراتيجي : تعزيز القيم والمهارات للطلبة.

الهدف العام للبرامج : رفع مستوى الوعي الغذائي السليم لدى الطلبة.

الأهداف التفصيلية :

١. تعزيز جانب الوعي لدى الطلبة في تعديل السلوك الغذائي الصحي.
٢. خفض معدل الإصابة بالأمراض ذات العلاقة بالتغذية.

مؤشرات الأداء الرئيسية للبرنامج:

١. نسبة المدارس المنفذة لبرنامج الوعي في الغذاء في إدارات التعليم في المناطق والمحافظات لا تقل عن ٩٠%.
٢. نسبة الطلبة المستفيدين من البرنامج لا يقل عن ٩٠%.

وصف البرنامج: يهدف برنامج الوعي في الغذاء إلى التوعية بالبطاقة الغذائية الموجودة على المنتجات وما تحتويه من معلومات، والأغذية التي قد تسبب الحساسية، والفرق بين المنتجات العضوية وغير العضوية والقيمة الغذائية لشرب الحليب وإبراز مدى أهمية تعديل السلوك الغذائي.

البرامج التوعوية

(٢) الوعي في الغذاء:

تنفيذ البرنامج خلال الفصل الدراسي الثالث وفق المحاور التالية :

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	إجراءات التنفيذ
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الإدارة العامة للصحة المدرسية) الجهات ذات العلاقة 	الموجه الصحي	<ul style="list-style-type: none"> الطلبة في جميع المراحل الدراسية أولياء الأمور 	١٤٤٤/٩/١-٨/٢٠ هـ	١. البطاقة الغذائية : التعريف بالبطاقة الغذائية، ومكوناتها (حجم الحصاة الغذائية ، كمية السعرات الحرارية ، القيمة الغذائية اليومية ، معلومات الحساسية ، طريقة حفظ المنتج ، بلد المنشأ ، تاريخ الصلاحية ، المواد الحافظة ... الخ).
			١٤٤٤/٩/١٥-٤ هـ	٢. الحساسية لبعض الأغذية : التعريف بالأغذية التي قد تسبب الحساسية لدى الطلبة وآثارها.
			١٤٤٤/١٠/٢١-١٠ هـ	٣. الغذاء العضوي وغير العضوي: نشر ثقافة الغذاء العضوي وغير العضوي في المجتمع المدرسي.
			١٤٤٤/١١/٥-١٠/٢٤ هـ	٤. أهمية شرب الحليب : توعية الطلبة بأهمية شرب الحليب وقيمه الغذائية التي لا تتوافر في أي مشروب آخر، وهو يعد غذاء شبه متكامل في حد ذاته لاحتوائه على عدد من العناصر الغذائية مثل: الكالسيوم، والبروتين العالي الجودة، والبوتاسيوم، والفسفور، والريبوفلافين، وهو مهم جداً لجميع شرائح المجتمع.

الزيارات التوعوية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف و الأهداف
وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية)	الطلبة في جميع المراحل الدراسية	٨/٢٧-١١/١٩ / ١٤٤٤ هـ ٣/١٩-٦/٨ / ٢٠٢٣ م (الفصل الدراسي الثالث)	<p>(٣) الزيارة التوعوية (النشاط البدني ومكافحة السمنة)</p> <p>الوصف: سمنة الأطفال حالة طبية خطيرة، ومشكلة عالمية، فهي تعرض الأطفال لخطر المشكلات الطبية التي يمكن أن تؤثر في صحتهم فوراً وفي المستقبل. وفي هذه الزيارة التوعوية سيتم التركيز على الجوانب التوعوية للوقاية من السمنة وتعزيز نشاط الطلبة بديناً. كما ستزامن فترة الزيارة مع تفعيل اليوم العالمي للسمنة في الرابع من شهر مارس.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> • رفع الوعي بالسلوك الغذائي الصحي لدى الطلبة. • تحسين النشاط البدني عند الطلبة.

الأيام الصحية الخليجية / العالمية

الجهة الداعمة	الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف و الأهداف
<ul style="list-style-type: none"> وزارة الصحة (الإدارة العامة للصحة المدرسية) اللجنة الوطنية لمكافحة التبغ 	الموجه الصحي	<ul style="list-style-type: none"> الطالبة (المرحلة المتوسطة والثانوية) المعلمين والمعلمات 	<p>١٤٤٤/١١/١١ هـ الموافق ٢٠٢٣/٥/٣١ م</p> <p>(الفصل الدراسي الثالث)</p>	<p>(٤) اليوم العالمي لمكافحة التدخين</p> <p>أهداف اليوم العالمي لمكافحة التدخين :</p> <ul style="list-style-type: none"> التوعية بمخاطر التدخين على الصحة العامة. تزويد الطلبة بالمعرفة اللازمة للتصدي لمخططات التسويق التي تستهدفهم.

الزيارات التوعوية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف و الأهداف
وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية)	الطلبة في المرحلة المتوسطة والثانوية	٢٠٢٢/٩/١١ - ٢٠٢٣/٦/١٨ م (من الفصل الدراسي الأول إلى الفصل الدراسي الثالث)	<p>(٤) الزيارة التوعوية (صحة البلوغ والزواج الصحي)</p> <p>الوصف: زيارة توعوية تُعنى بتقديم رسائل توعوية للطلبة في مرحلة البلوغ تتناسب مع التغيرات الجسدية والنفسية والفسولوجية التي يمرون بها.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> رفع الوعي الصحي بالتغيرات الجسدية والنفسية لطلبة هذه المرحلة وكيفية التعامل معها. زيادة الوعي بالاحتياجات الصحية وتبني مفاهيم تعزيز الصحة والوقاية والفحص الدوري المبكر.

الزيارات التوعوية

الجهة المنفذة	الفئة المستهدفة	فترة التنفيذ	الوصف والأهداف
وزارة الصحة (الفرق الطبية في المراكز الصحية)	طلبة المرحلة الابتدائية	٢٠١٥-١١/١٩-١٤٤٤ هـ ٢٠٢٢/٩/١١ - ٢٠٢٣/٦/٨ م (من الفصل الدراسي الأول إلى الفصل الدراسي الثالث)	<p>(٥) الزيارة التوعوية بصحة الفم والأسنان</p> <p>الوصف: برنامج توعوي في مجال طب الأسنان موجهة لطلبة المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية والأهلية.</p> <p>الأهداف:</p> <ul style="list-style-type: none"> • رفع مستوى الوعي الصحي لدى الطلبة عن الأسنان وأهمية المحافظة عليها. • إكساب الطلبة مهارات الوقاية من أمراض الأسنان. • تفعيل دور الكوادر التربوية في المشاركة في تعزيز صحة الفم والأسنان. • إشراك الأسرة في غرس السلوكيات الصحية لدى النشء. • خفض نسبة الإصابة بتسوس الأسنان وفق الفئة العمرية والنسبة المعتمدة عالمياً.

(ملحق) أنشطة مقترحة لتفعيل البرامج التوعوية



البرنامج	النوم الصحي	طريقة التنفيذ	عرض تقديمي وورقة عمل
المتفذ	الموجه الصحي	الزمن	٣٠ دقيقة

راقب نومك

الأهداف: تعزيز الثقافة الصحية للنوم الصحي السليم لدى الطالب.

الأدوات: عرض تقديمي أوراق عمل النشاط.

الإجراءات:

- اعرض على الطلبة المحتوى التوعوي الخاص بالنوم الصحي.
- يجيب الطلبة على الأسئلة بعد مشاهدة المحتوى التوعوي.
- وزع على الطلبة أوراق العمل المرفقة، واطلب منهم تعبئتها في المنزل وإحضارها لمناقشة إجاباتهم في الأسبوع الذي يليه.

كم عدد ساعات النوم التي حصلت عليها ليلة أمس؟

.....

هل تختلف ساعات نومك في أيام الأسبوع عن نهاية الأسبوع؟

.....

تنويه: يمكن إضافة أسئلة أخرى من المحتوى التوعوي، مع مراعاة المرحلة الدراسية للطلبة.

ورقة العمل

نشاط منزلي:

ماذا تفعل عادة قبل ٣٠ دقيقة من نومك؟

هل تتناول مشروبات تحتوي على الكافيين (قهوة، مشروبات غازية، مشروبات طاقة، شوكولاتة) في الليل؟

ما الشيء الذي يمكنك عمله في الليل للحصول على نوم جيد؟ أو تحسين جودة نومك؟

كيف تشعر جسدياً عندما لا تحصل على قسط كافٍ من النوم؟

راقب نومك يومياً ثم املاً الجدول أدناه خلال أسبوع.

رقم	اليوم	موعد النوم	موعد الاستيقاظ	هل حصلت على نوم جيد؟ نعم / لا
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				
٧				

تنويه: تتم مناقشة الطلبة بعد تعبئة الجدول.

تصميم ملصقات توعوية	طريقة التنفيذ	الوعي الغذائي	البرنامج
٣٠ دقيقة	الزمن	الموجه الصحي	المنفذ

المكونات الغذائية

الإجراءات:

- قسم مجموعة الطلبة إلى عدة مجموعات، تحتوي كل مجموعة على ٥-٦ طلاب.
- يختار الطلاب في كل مجموعة مكون من المكونات الغذائية في الدليل المرفق.
- أطلب من الطلاب التعبير عنه برسومات أو ملصقات توعوية.
- يعلق الطلاب لوحاتهم في حائط الفصل، ويمكن دعوة الفصول الأخرى لزيارة المعرض الذي يحتوي على مخرجات نشاطهم.



(❖) مرفق باركود

الأهداف: رفع مستوى الوعي الغذائي السليم لدى الطالب.

الأدوات: لوحات بيضاء أو ملونة أقلام تلوين دليل البطاقات التغذوية شريط لاصق.

تنويه:

- يمكن عمل مسابقة بين الفصول التي تميزت في إعداد الملصقات التوعوية، وتكريمهم.
- يمكن إضافة أسئلة أخرى من محتوى الدليل، مع مراعاة المرحلة الدراسية للطلبة.

البرنامج	الوعي الغذائي	طريقة التنفيذ	عرض تقديمي وورقة عمل
المنفذ	الموجه الصحي	الزمن	٣٠ دقيقة

البطاقات التغذوية



الإجراءات:

- اعرض على الطلبة المحتوى التوعوي.
- قسم مجموعة الطلبة إلى عدة مجموعات، تحتوي كل مجموعة على ٣-٤ طلاب.
- وزع على الطلبة العبوات الموجودة بحيث تأخذ كل مجموعة عبوة واحدة.
- يجب الطلبة على الأسئلة المرفقة للنشاط بعد تفحص العبوة.
- تختار كل مجموعة ممثل لها يقرأ الملاحظات التي تحصلوا عليها عند فحص العبوات.

الأهداف: رفع مستوى الوعي الغذائي السليم لدى الطالب

الأدوات: المحتوى التوعوي الخاص بالوعي الغذائي- عبوات أغذية متنوعة عضوية وغير عضوية (حليب، شوكولاتة، عصائر، بسكويت، مكرونة، زيت... إلخ) عبوات بلاستيكية مختلفة تحتوي على رموز (نظام ترقيم البلاستيك واستخداماته) - أوراق عمل النشاط أقلام.

ورقة العمل ١

هل يحتوي المنتج على مكونات تسبب حساسية القمح أو أي أمراض أخرى؟

.....

.....

ما مدة صلاحية المنتج؟

.....

.....

هل يوجد تحذيرات على العبوة؟

.....

.....

تنويه: يمكن إضافة أسئلة أخرى من المحتوى التوعوي، مع مراعاة المرحلة الدراسية للطلبة.

عبوة () :

اكتب مكونات البطاقة التغذوية.

.....

.....

.....

ما الفرق بين الغذاء العضوي وغير العضوي؟

.....

.....

كم عدد السعرات الحرارية في العبوة؟

.....

.....



هل شاهدت هذا الرمز على
إحدى عبوات الأطعمة؟ وإلى
ماذا يرمز؟



ورقة العمل ٢

اختبر معلوماتك.. صل الرموز بالعبارات المناسبة لها.



سام وخطير، تجنب
استخدامه ويجب
عدم تعريضه
للحرارة.



صالح للاستعمال
لمرة واحدة فقط،
ويتم التخلص منه
بعد استخدامه.



يفضل شراء قارورة
الماء وعلب حفظ
الوجبات التي تحمل
هذا الرمز.



قابلة للتدوير وآمنة
ولا تتقل المواد
الكيميائية إلى
المواد المعبأة فيها.

عرض تقديمي	طريقة التنفيذ	اليوم العالمي للسكري	البرنامج
٣٠ دقيقة	الزمن	الموجه الصحي	المنفذ

مرض السكري



الإجراءات:

- اعرض على الطلبة المحتوى التوعوي.
- يجيب الطلبة على الأسئلة أثناء مشاهدة العرض.

تنويه:

يمكن إضافة أسئلة أخرى من المحتوى التوعوي، مع مراعاة المرحلة الدراسية للطلبة.

الأهداف:

- رفع مستوى الوعي حول تأثير داء السكري في المجتمع، وتشجيع التشخيص المبكر، ودعم المتضررين.
- التوعية بطرق الوقاية من داء السكري أو تأخير ظهوره، من خلال اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة النشاط البدني.
- تعزيز دور الأسرة في التنشيط الصحي في علاج داء السكري.
- الوقاية من مضاعفاته، وزيادة الوعي حول العلامات التحذيرية للإصابة به.

الأدوات: عرض تقديمي

المتقف الصحي

الإجراءات:

- ١ اختيار الطلبة وإعلان ذلك أمام زملائهم في الفصل.
- ٢ الإعلان عن مسابقة أفضل متقف صحي من خلال الإذاعة المدرسية.
- ٣ تزويد الطلبة بالتوعية واختيارها.
- ٤ متابعة وتقييم فعالية الطلاب المنفذين للنشاط.
- ٥ تكريم أفضل الطلاب، وتقديم شهادات وجوائز تحفيزية لهم.

فكرة النشاط: يختار الموجه الصحي طالب من كل فصل يتولى مهام التثقيف الصحي لزملائه، بعد تزويده بالمحتوى التوعوي الذي يقدم للطلبة. كما يقوم الموجه الصحي بتقييم فعالية وأداء كل (متقف صحي) في نشر التوعية بين زملائه، وتعدد الوسائل التي يستخدمها، وتكريم أفضل الطلبة الذين قاموا بدورهم على أمثل وجه.

الفئة المستهدفة: طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية

القصة القصيرة

فكرة النشاط: مسابقة في كتابة القصة القصيرة في موضوعات توعية تتعلق بالصحة المدرسية، تُنفذ في حصص النشاط، بهدف تعزيز مهارة الكتابة لدى الطلبة في هذا المجال، وتقديم التوعية الصحية اللازمة لهم ولأقرانهم في المدرسة، وذلك من خلال كتابة قصة قصيرة من إنشاء الطالب، يُراعى فيها الشروط الواجب توفرها في كتابة القصة القصيرة من حيث الشكل والمضمون.

الفئة المستهدفة: طلبة جميع المراحل التعليمية

الإجراءات:

- ١ اعلان المسابقة من خلال الإذاعة المدرسية وموعد استلام المشاركات
- ٢ تحديد ضوابط الكتابة التي تعين الطلبة على كتابة القصص.
- ٣ مساعدة الطلبة في اختيار الموضوعات التي تستهدفها القصة لتقديم فائدة تذكر لزملائهم.
- ٤ تقييم مشاركات الطلبة.
- ٥ تكريم الطلبة المتميزين الذين قدموا أفضل مشاركة.

البحث العلمي

الإجراءات:

- ١ اعلان المسابقة من خلال الملصقات أو شاشات العرض المرئية في المدرسة.
- ٢ تعريف الطلاب بالموضوعات التي تستهدفها المسابقة، وآلية المشاركة.
- ٣ مساعدة الطلاب في توفير مصادر التعلم التي تمكنهم من البحث.
- ٤ إرشاد الطلاب إلى الاستعانة بمعلميهم وأولياء أمورهم في كتابة البحوث.
- ٥ تقييم مشاركة الطلبة وتكريم أفضل الأبحاث.

فكرة النشاط: يهدف النشاط بشكل عام إلى تشجيع طلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية على استغلال معارفهم ومهاراتهم للمبادرة في الإسهام في الإبداع وإنتاج المعرفة، وتطبيق مشروعات بحثية تتعلق بزيادة الوعي في مجالات الصحة المدرسية مثل: التوعية بأضرار التدخين، الحساسية في الأغذية، فوائد الحليب. كما يهدف إلى تعزيز دور المعلمين وأولياء الأمور للعمل على توجيه الطلبة الباحثين وإرشادهم أثناء مراحل البحث.

الفئة المستهدفة: طلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية

المناظرة

الإجراءات:

- ١ شرح فكرة النشاط وطريقة المناظرة وضوابطها وفق النموذج المرفق.
- ٢ تحديد موضوع واحد من مجالات الصحة المدرسية ليكون محور المناظرة، كالأغذية العضوية، استخدام البلاستيك في الغذاء، المشروبات الغازية..... إلخ، وإعطاء الطلبة أسبوع كامل للاستعداد والبحث وجمع البيانات.
- ٣ توجيه الطلبة إلى الأسس الصحيحة في الجدل العلمي، وكيفية استخدام الأدلة لدعم أفكارهم.
- ٤ تقام المناظرة في حصة النشاط على مستوى الصف الدراسي، أو المدرسة بحضور الطلاب لنشر الوعي الصحي، وتعزيز ثقافة الجدل العلمي المستند على الأدلة.
- ٥ تقييم المجموعات المشاركة وتكريمهم.

فكرة النشاط: تقوم فكرة النشاط على أساس تقسيم الطلاب إلى مجموعتين تتبنى كل مجموعة فكرة محددة عن أحد الجوانب الصحية، وتتعارض الفكرة مع فكرة المجموعة الثانية. ثم يحاول كل فريق استخدام الأدلة والمعلومات العلمية في إقناع الفريق الآخر بفكرته، ومحاولة اثباتها. وهذا النشاط إلى جانب تعزيز الوعي الصحي فهو يعزز لدى الطلبة مهارة الجدل العلمي واستخدام البيانات والأدلة العلمية.

الفئة المستهدفة: طلبة المرحلة الثانوية.

ورقة العمل (المناظرة)

نموذج للمناظرة: يرحب الموجه الصحي بالحضور ويعرض موضوع النقاش. ثم يقوم بعد ذلك بتقديم كل عضو في كل فريق، وفي نهاية المناظرة، يدعو الموجه كل فريق تلخيص أفكاره ليتمكن الجميع من معرفة نهاية النقاش ويشكر الجميع على حضورهم.

المرحلة	الفريق / المتحدثين	الوقت
طرح الأفكار	المتحدث الأول (مع)	٣ دقائق
	المتحدث الأول (ضد)	٤ دقائق
تقديم الأدلة	المتحدث الثاني (مع)	٥ دقائق
	المتحدث الثاني (ضد)	٥ دقائق
التلخيص	استراحة للمناقشة وتلخيص الأفكار.	٢ دقائق
	تفنييد الحجج والرد عليها.	١٠ دقائق

الاستعداد للمناظرة:

- اذكر سببين حسب وجهة نظرك تدل على أهمية الموضوع:
- ما الحقائق العلمية التي تدعم أهمية هذا الموضوع؟
- ما هو موقفك من قضية النقاش (مع أو ضد)؟
- اذكر ٣ نقاط تدعم موقفك.
- هل هناك أدلة لتساعدك في دعم موقفك، اذكرها إن وجدت.
- كيف يمكنك أن تضعف موقف الفريق الآخر؟

مصطلحات تستخدم في المناظرة

قواعد التحكيم:

لم يتحقق	تحقق بشكل جزئي	تحقق	معايير التقييم	رقم
درجة واحدة	درجتين	٣ درجات		
			ذكر الحجج بوضوح في المرحلة الأولى	١
			تطوير الحجج بشكل جيد في المرحلة الثانية	٢
			هل البيانات مدعومة بالأدلة؟	٣
			هل تساعد العبارات المستخدمة في إقناع الطرف الآخر؟	٤
			يتحدث المتحدثون بحماس وثقة.	٥
			التواصل بالعين.	٦
			التحكم في عواطفهم.	٧
			عدم الخروج عن إطار الفكرة الرئيسية للمناظرة	٨
			يلخص المتحدثون المعلومات بشكل جيد	٩
			يستخدم المتحدثون لغة واضحة.	١٠
			احترام المتحدثون لراي الفريق الآخر.	١١
			المجموع	

المرحلة الأولى: طرح الأفكار	
الفريق الأول (مع):	<ul style="list-style-type: none"> يستخدم عبارات كما يلي: • للبدء في طرح فكرتهم • تقديم ٢-٣ نقاط تدعم موقفهم • نؤيد فكرة ونشعر بأهمية هذا الموضوع بسبب
الفريق الثاني (ضد):	<ul style="list-style-type: none"> • يطرح الفريق فكرته والتي تناقض فكرة فريق (مع) • تقديم ٢-٣ نقاط تدعم موقفهم • يستخدم عبارات كما يلي: • فكرتنا عن هذا الموضوع هي • هم ذكروا ولكن
المرحلة الثانية: تقديم الأدلة	
الفريق الأول (مع):	<ul style="list-style-type: none"> • دحض النقاط السلبية التي ذكرها الفريق الآخر مع الدليل • يقدم معلومات جديدة تدعم موقفهم • أود أن أشير إلى ذلك • أنا أختلف معكم لأن • النقطة التي أود إيضاحها هي
الفريق الثاني (ضد):	<ul style="list-style-type: none"> • تقوية حججهم بأدلة ومعلومات جديدة • الدحض النهائي وتقديم النقاط الإيجابية • هذه نقطة أريد أن أوضحها • هذا أمر جيد ، ولكن • لتوضيح رأينا نؤكد على
المرحلة الثالثة: طرح التلخيص	
مرحلة التلخيص (مع) (ضد):	<ul style="list-style-type: none"> • إعداد ملخص قوي وتدوين النقاط من الجانب السلبي وشرح سبب فوزهم بالمناقشة. • باختصار، نريد أن نشير • القضايا التي اجتهد الفريق الآخر في إثباتها هي • لتلخيص النقاط الرئيسية

معرض صحي

الإجراءات:

- ١ يقوم الموجه الصحي باختيار المكان المناسب لإقامة المعرض.
- ٢ يتم إشعار الطلبة بإنشاء المعرض، وأن جميع مخرجات الأنشطة ونتاجاتهم العلمية والفنية فيما يتعلق بالصحة المدرسية ستكون في هذا المعرض.
- ٣ حث الطلبة في الإذاعة المدرسية على إثراء المعرض، والاستفادة من محتوياته.
- ٤ يمكن أن تقدم مسابقة على مستوى المكتب التعليمي، أو إدارة التعليم لاختيار أفضل المعارض الدائمة، وتكريم المشاركين فيها.

فكرة النشاط: يخصص ركن من أركان المدرسة لإقامة معرض (صحتي) بشكل دائم على مدار العام الدراسي. وفي هذا المعرض يعرض الطلبة مشاركاتهم في مختلف الأنشطة الصحية ونتاجاتهم، كالرسومات، والقصص، والملصقات التوعوية، والبحث العلمي، والقصص القصيرة....إلخ. ويكون المعرض في مكان يتاح للطلبة زيارته ومشاهدة محتوياته في أوقات مختلفة، كالفسحة، وخصص النشاط والانتظار، وأثناء التجول في المدرسة.

الفئة المستهدفة: طلبة جميع المراحل التعليمية.

مسابقة المعلومات

فكرة النشاط: تقوم فكرة النشاط على أساس إقامة مسابقة بين فريقين من الطلبة، أو صفين دراسيين أثناء حصة النشاط أو الانتظار بحضور طلبة المدرسة ومعلميهم. ويقوم الموجه الصحي بعرض فيديو مرئي توعوي لأحد موضوعات الصحة المدرسية، ومن ثم طرح أسئلة على الفريقين. يهدف هذا النشاط على تعزيز الوعي الصحي لدى الطلبة من خلال المعلومات المقدمة لهم، وتعزيز روح المنافسة بينهم.

الفئة المستهدفة: جميع طلبة المراحل التعليمية.

الإجراءات:

- ١ تقسيم مجموعة الطلبة إلى مجموعتين.
- ٢ عرض المادة التوعوية على الطلبة، ومن ثم توجيه الأسئلة عليهم.
- ٣ يمكن أن يقدم المسابقة أحد الطلبة وبمساعدة الموجه الصحي أو أحد معلمي المدرسة.
- ٤ اعلان الفريق الفائز في المسابقة.

تصميم الخرائط الذهنية

الإجراءات:

- ١ يتم توفير أوراق بيضاء أو ملونة، وأقلام، في جميع الفعاليات الصحية التي تنفذ في المدرسة.
- ٢ يمكن عرض نموذج لخرائط ذهنية لتوجيه الطلبة إلى كيفية تنظيم أفكارهم من خلالها.
- ٣ يطلب من الطلبة في آخر ١٠ دقائق من كل فعالية تلخيص ما تعلموه في الأنشطة على شكل خرائط ذهنية.
- ٤ وضع المشاركات المميزة في معرض (صحتي) وتكريم الطلبة المبدعون.

فكرة النشاط: يهدف هذا النشاط إلى تعزيز الوعي الصحي من خلال المعلومات التي تعرض عليهم في فعاليات الصحة المدرسية، وتعزيز تنظيم الطلبة لأفكارهم، ومساعدتهم في عرضها وتخطيطها بشكل ملائم يعينهم في تحقيق أهدافهم ووضع استراتيجيات للمذاكرة وإنجاز الأعمال والواجبات. ويمكن إقامة هذا النشاط في جميع الفعاليات الصحية التي تقام في المدرسة، كما يمكن عرض الأعمال المميزة في معرض (صحتي).

الفئة المستهدفة: جميع طلبة المراحل التعليمية.

وزارة التعليم
Ministry of Education



وزارة الصحة
Ministry of Health

الإدارة العامة للصحة المدرسية

