

أَمْوُجِ الْمَنْحِجِ التَّثْقِيفِي الصَّحِّي

مُرْشِدِ الْمَعْلَمِ لِتَثْقِيفِ الْكِبَارِ

1



منظمة الأمم المتحدة للتربية
والعلوم والثقافة
(اليونسكو)



المنظمة الإسلامية
للتربية والعلوم والثقافة
(اسسكو)



منظمة الأمم المتحدة للطفولة
(اليونيسف)



منظمة الصحة العالمية
المكتب الإقليمي لشرق المتوسط

مُنظمة الصِّحَّة العالِميَّة
للمكتب الإقليمي لشرق المتوسط

1997

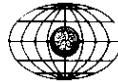
أَمْوُجُ الْمَنْجِ الثَّقِيفِيِّ الصَّحِيِّ

1

مُرْشِدُ الْمُعَلِّمِ لِتَثْقِيفِ الْكِبَارِ



منظمة الأمم المتحدة للتربية
والعلوم والثقافة
(اليونسكو)



المنظمة الإسلامية
للتربية والعلوم والثقافة
(الاسكو)



منظمة الأمم المتحدة للطفولة
(اليونيسف)



منظمة الصحة العالمية
المكتب الإقليمي لشرق المتوسط

مُنْظَمَةُ الصِّحَّةِ الْعَالَمِيَّةِ

لِلْمَكْتَبِ الْإِقْلِيمِيِّ لَشَرْقِ الْمَتَوَسِّطِ

1997

المحتوى

الصفحة

5	تمهيد
7	1 - المقدمة
9	2 - المصطلحات المستعملة
12	3 - أسلوب الرعاية الصحية الأولية
14	4 - منهج التثقيف الصحي
21	5 - كتاب مرجع المعلم
23	6 - دلائل تعليم الصحة للكبار
27	7 - المبادئ الأساسية لتعلم الكبار
42	8 - الوسائل التعليمية المساعدة
48	9 - التوظيف والتدريب والتقييم
50	10- الوحدات الصحية
50	القسم أ : المفاهيم الصحية الأساسية
53	القسم ب : الصحة الشخصية
69	القسم ج : صحة المجتمع
76	القسم د : المعلومات الصحية
97	الملحق 1 : التقانات الهامة
	1 - قياس الحرارة
	2 - كيف تلف العصائب على أجزاء البدن المختلفة
	3 - عد النبض
	4 - كيفية إجراء الإنعاش فمأ لقم (التنفس الاصطناعي)
	5 - كيفية صنع نقالة
	6 - كيفية بناء واستخدام مرشحة للماء (حجم منزلي)
	7 - كيفية تطهير ماء الشرب بالمسحوق المبيض

تمهيد

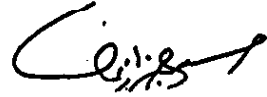
يحدونا الأمل، أن تتقدم الجهود الرامية إلى تحقيق الصحة للجميع بحلول سنة ألفين، خطوة أخرى إلى الأمام بإصدار هذا الدليل الموجه للمعلمين المشرفين على تعليم الكبار والذي يمثل أمودجاً للتثقيف الصحي. وهو ثمرة لحظة وضعتها منظمة الصحة العالمية بالاشتراك مع منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف) تهدف لتعزيز التثقيف الصحي في مؤسسات تثقيف الكبار النظامية وغير النظامية وفي مختلف حقول التنمية الاجتماعية في الإقليم. إن التدريب الأساسي للمعلمين وللقياديين المسؤولين عن التعليم النظامي وغير النظامي للكبار سيكون أمراً ضرورياً بمقدار ما يُعدُّ تأمين مصادر التعليم والتعلم الملائمة اجتماعياً وثقافياً وجغرافياً أمراً ضرورياً.

وقد بذل قدر كبير من الجهد لإعداد مشروع التثقيف الصحي ذي المردود العملي . فهو يتألف من طرائق ووسائل للتثقيف الصحي، وقد تمت مراجعته من قبل الأقسام التقنية في منظمة الصحة العالمية. وسيطلب قبول البرنامج واستخدامه وتطويره ، بذل المزيد من الجهود من قبل الدول الأعضاء . ويلتزم كل من المكتب الإقليمي لشرق المتوسط في منظمة الصحة العالمية والمكتب الإقليمي للشرق الأوسط وشمال إفريقيا في منظمة الأمم المتحدة للطفولة بهذا المسعى الذي يهدف إلى تثقيف وإعداد الكبار لممارسة الأسلوب الصحي في الحياة . وبعد ، فإننا نتمنى لهذا المنهج كل النجاح ، ونأمل أن نتلقى معلومات ارتجاعية من المعلمين في كل أنحاء الإقليم .



إدوارد لانيرت

المدير الإقليمي للشرق الأوسط وشمال
إفريقيا لمنظمة الأمم المتحدة للطفولة



الدكتور حسين عبد الرزاق الجزائري

المدير الإقليمي لمنظمة
الصحة العالمية لشرق البحر المتوسط

1- المقدمة

منذ إعلان توفير الصحة للجميع بحلول سنة ألفين الذي صدر عام 1978 في ألما-آتا والمجتمع الدولي يكافح لتحقيق هذا الهدف. إلا أن من الواضح أن توفير الصحة للجميع يتطلب بمفهومه العلمي العام إحداث تغيير في مواقف الأفراد وأفكارهم وعاداتهم، وقد يظن البعض أن تحقيق هذا التغيير أمر سهل يمكن إنجازه من خلال برنامج صحي يبث عبر وسائل الإعلام، وإصدار المقالات في المجلات وطبع الكتيبات وإنتاج الأفلام وعرضها للأفراد وللجماعات، وهذا فهم قاصر يتبناه الكثير من العاملين في التثقيف الصحي في الإقليم مع الأسف .

إذن ، كيف يمكننا أن نوفر الصحة للجميع بحلول سنة ألفين؟ قبل أن نجيب على هذا السؤال يجب أن نتساءل : في أي سياق يشغل كل من التثقيف والتواصل الصحي مكانة هامة على وجه الخصوص ؟ وتتلخص الإجابة على هذين السؤالين في مخاطبة العائلة وأعضائها بشكل علمي وعملي في وقت واحد، وبلغة يمكنهم فهمها، وحول مواضيع تتعلق بشؤونهم الصحية . ففي كل يوم يتخذ الأفراد والعائلات العديد من القرارات الهامة التي تنعكس على حالتهم الصحية، ومن هنا فإنهم بحاجة للمعلومات والمهارات التي تمكنهم من تحديد مسؤولياتهم الصحية الفردية والجماعية بشكل ناجح.

وقد تم إعداد مشروع التثقيف الصحي ذي المردود العملي لمساعدة عامة الناس . ويتألف هذا المشروع من دليل المعلم للعاملين في البرامج النظامية لتعليم الكبار، ومرشد التثقيف الصحي لمؤسسات التعليم غير النظامية لعناصر برامج التثقيف والتنمية الاجتماعية عند الكبار. لقد بني كلا الكتابين على أساس الوحدات الإثنى والعشرين لأنموذج المنهج المدرسي الصحي ذي المردود العملي. وقد صمم دليل المعلم ليستعمله المعلمون والقياديون المسؤولون عن التثقيف الصحي للكبار. وقد أضيفت إلى الوحدات الإثنى والعشرين، معلومات تتعلق بالتدخين ومعايرة الكحول والإيدز، ومواضيع هذا الكتاب موجهة بشكل رئيسي للمعلمين، الذين ينبغي عليهم تعديلها وفقاً للمنهج الذين يقومون بتدريسه. ويحدونا الأمل أن يجد المعلمون هذا المرشد مفيداً في تزويدهم بالنصح وتقديم المساعدة للأفراد وللجماعات من أجل تطوير الصحة وتميزها .

ونتقدم بالشكر إلى الدكتور قمر الدين قرنيق من معهد الدراسات الإضافية في جامعة الخرطوم والذي أعد نصوص الكتاب، وإلى الدكتور محمد الخطيب من المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية الذي قام بمراجعته.

2 - المصطلحات المستعملة

المساهمة

تحسيس الناس وزيادة قابليتهم للتلقي، مع القدرة على التجاوب مع البرامج التنموية، وهي تشير أيضاً إلى تشجيع المبادرات المحلية كما تتضمن إسهام المجتمع في صنع القرار وفي تنفيذ البرامج.

السلوك

يطلق تعبير السلوك على مجمل التفاعلات عند فردٍ ما والتي يمكن أن تخضع للمراقبة الخارجية إلا أن التفكير والفهم، وهما مما لا يمكن مراقبتهما بشكل مباشر، يُعدّان من الجوانب الضمنية للسلوك.

التثقيف

فعل أو عملية تشجيع لتكوين وتطوير القدرات الأخلاقية والعقلية والجسدية لفردٍ ما.

الارتجاع

تفاعل مبني على المعلومات إزاء الرسالة التي يقدمها التعليم. ولا تقتصر فائدته على كونه أحد وسائل التفحص، بل يتعدى ذلك إلى زيادة فعالية التعلم لدى الفرد من الكبار .

التكامل

ضم بعض الأجزاء إلى بعضها الآخر لتكوين كيان متوافق، والتنسيق بين فعاليات التعلم والتعليم المختلفة مع النظر إلى الوظيفة التوافقية للعملية التثقيفية وإلى المزيد من التدريب الفعلي للأشخاص.

الحوافز

القوى الواعية وغير الواعية التي تحدد السلوك بشكل مستقل عن أي اعتبار أخلاقي آخر، وهي مفتاح عملية التعلم.

طرائق التعليم

جميع الوسائل التي تطبق بشكل أسلوب منطقي لإنتاج عملية تثقيفية محددة .

التعليمات

عملية توصيل المعلومات والتدريبات إلى الفرد.

العاملون في صحة المجتمع

هم الرجال والنساء الذين اختارهم المجتمع ودرّبهم على التعامل مع المشاكل الصحية لأفراد المجتمع، وعلى العمل بصلة وثيقة مع الخدمات الصحية ولا بد لهم من مستوى من الثقافة الأولية التي تمكنهم من ممارسة متطلبات التعليم الأساسي مثل الكتابة والقيام بالحسابات الرياضية البسيطة.

الرعاية الصحية الأولية

الرعاية الصحية الأساسية المبنية على أسس عملية وتكنولوجية، يقرها العلم ويقبلها المجتمع وتتاح لكل فرد ولكل أسرة في المجتمع بشكل عام عبر مشاركتهم الكاملة وبتكلفة يمكن للمجتمع وللبلد تحملها وضمان استمرارها في كل مرحلة من مراحل التنمية وبروح من الاعتماد على الذات وحرية اتخاذ القرار. وتشكل الرعاية الصحية الأولية جزءاً لا يتجزأ من النظام الصحي في البلد، بل تمثل الوظيفة المحورية والبؤرة الأساسية فيه، كما أنها جزء لا يتجزأ من التنمية الاقتصادية والاجتماعية الشاملة للبلد.

الفريق الصحي

مجموعة من الأشخاص الذين يجمع بينهم هدف صحي مشترك وأغراض صحية مشتركة تحدها احتياجات المجتمع، ويساهم كل فرد من الفريق في تحقيق هذه الأهداف بطريقة منسقة، تبعاً لكفاءته ومهارته مع احترام وظائف الآخرين.

الصحة

حاله من المعافاة البدنية والنفسية والاجتماعية الكاملة، لا مجرد انتفاء المرض والعجز، وعلى هذا يمكن النظر إلى الصحة على أنها حالة مثلى من اللياقة الشخصية تتيح لصاحبها حياة كاملة مثمرة غنية بالإبداع، تؤهل لعيش غني مثمر خلاق، وكمورد للحياة اليومية.

منهج التثقيف الصحي

مخطط شامل لمضمون مادة التثقيف الصحي ودلائلها. وهو يستخدم مرشداً في وضع البرامج، وقد يؤثر في المعارف الصحية والمواقف والممارسات والحالة الصحية للكبار وللتلاميذ في المدرسة، ويتضمن التنسيق بين مختلف فعاليات التعلم والتعليم لضمان الأداء المتناسق للعملية التثقيفية من أجل تدريب أكثر فعالية.

التثقيف المستمر والتثقيف طيلة الحياة

عملية تعلم تستمر طيلة الحياة عند كل فرد، وتؤدي إلى اكتساب المعرفة والمهارات والمواقف، وتجديدها، ورفع مستواها وهي تهدف بالنهاية لتعزيز تحقيق الذات لكل فرد.

معرفة القراءة والكتابة

المقدرة على القراءة والكتابة وإجراء الحسابات البسيطة.

المعرفة الوظيفية للقراءة والكتابة

المعرفة والمهارات الخاصة بالقراءة والكتابة والتي تمكن الكبار من الإسهام الفعال في جميع الأنشطة التي يفترض فيها معرفة القراءة والكتابة بشكل عادي في بيئتهم أو في مجموعتهم.

خدمة المجتمع

العملية المصممة لتعزيز الحياة الأفضل لجميع أفراد المجتمع بالمشاركة الفعالة للمجتمع، وبمبادرة منه إذا كان ذلك ممكناً.

التعليم غير النظامي

أي نشاط تعليمي متكامل ومنظم ينفذ خارج إطار نظام التعليم النظامي، للحصول على أنماط مختارة من التعلم عند بعض المجموعات الصغيرة الخاصة من السكان، الكبار أو الأطفال.

التعليم العرضي

عملية مستمرة طيلة الحياة يتم من خلالها اكتساب الفرد للمعلومات، والخبرات، والمواقف وتراكمها لديه وامتلاكه التبصر خارج نظم التعليم النظامي وغير النظامي.

تعليم الكبار

أي نشاط تعليمي يتم من خلاله تعلم الكبار أو أي برنامج مصمم خصيصاً للكبار. يتسع مداه، للتعليم المهني، وغير المهني، والعام والنظامي، وغير النظامي، وتعلم القراءة والكتابة، والتثقيف الاجتماعي، ولا يتحدد بأي مستوى محدد.

3- أسلوب الرعاية الصحية الأولية

إن الرعاية الصحية الأولية هي الرعاية الصحية الأساسية المبنية على أسس عملية وتكنولوجيا يقرها المعلم ويقبلها المجتمع وتتاح لكل فرد ولكل أسرة في المجتمع، وذلك من خلال إسهامهم الكامل وتكلفة يمكن للمجتمع وللبلد أن يتحملها وأن يضمن استمرارها في كل مرحلة من مراحل نموه وبروح من الاعتماد على الذات والمشاركة وهي تشكل جزءاً لا يتجزأ من النظام الصحي للبلد بل تمثل الوظيفة المحورية والبؤرة الرئيسية كما أنها جزء لا يتجزأ من التنمية الاقتصادية والاجتماعية الشاملة في المجتمع. وتشكل المستوى الأول من احتكاك الأفراد والعائلات والمجتمع مع النظام الصحي الوطني مما يجعل الرعاية الصحية قريبة قدر الإمكان من الأماكن التي يعيش فيها الناس ويعملون. كما تمثل العنصر الأول لعملية الرعاية الصحية المستمرة.

والرعاية الصحية الأولية، من حيث كونها جزءاً لا يتجزأ من نظام الرعاية الصحية الوطني تقطع شوطاً بعيداً لتحقيق الأغراض الاجتماعية والصحية الأساسية، إذ تؤكد بأن جميع الأشخاص يحق لهم ويجب عليهم المساهمة بشكل فردي وبشكل جماعي في تخطيط وتنفيذ ما يخصهم من الرعاية الصحية، وتعد الرعاية الصحية الأولية جزءاً لا يتجزأ من التنمية الاجتماعية الشاملة، ومن هنا كانت العوامل المؤثرة على الصحة عوامل اجتماعية وثقافية واقتصادية بمقدار كونها عوامل بيولوجية وبيئية.

وتمثل الهدف الأساسي لاستراتيجية الرعاية الصحية الأولية في إتاحة خدمات الرعاية الصحية الأساسية بشكل عام في المجتمع. وهذا يعني على وجه الخصوص تحسين إتاحة الرعاية الصحية للمحرومين بشكل خاص ولا سيما في المجتمعات الريفية، بالإضافة إلى التوزيع العادل للمصادر الصحية والاجتماعية الملائمة، مع النظر بعين الاعتبار إلى من هم الأكثر حاجة إليها.

ولتحقيق هذا الهدف لا بد من اعتساده كل من المجتمع والأفراد على أنفسهم إلى أقصى الحدود مع مساهمة المجتمع بشكل كامل في وضع الأهداف، والتخطيط والتنظيم والإدارة وتقديم الرعاية الصحية الأولية. ومن الواضح أن الاعتماد على النفس في تحقيق صحة أفضل يتطلب مساهمة أكبر، أفراداً وعائلات ومجتمعات، بإضطلاعهم بأعباء العمل عن طريق تبيينهم للسلوك الصحي وضمائمهم للبيئة الصحية.

(1) المصدر : الرعاية الصحية الأولية، منظمة الصحة العالمية، منظمة الأمم المتحدة للطفولة، تقرير من المؤتمر الدولي حول الرعاية الصحية الأولية، ألما - آنا الاتحاد السوفييتي السابق - 6-12 أيلول/ سبتمبر 1978 - منظمة الصحة العالمية، جنيف (1978).

وقد عُرِف إعلان ألما - آتا لعام 1978 العناصر الثمانية للرعاية الصحية الأولية كما يلي:

- التثقيف حول المشكلات الصحية السائدة وطرق الوقاية منها ومكافحتها
- تحسين التزويد بالغذاء - وتعزيز التغذية الملائمة
- الإمداد الكافي بالماء الصالح للشرب والإصحاح الأساسي (حفظ صحة البيئة)
- رعاية صحة الطفولة والأمومة بما في ذلك تنظيم الأسرة
- التمنيع ضد الأمراض المعدية الرئيسية
- الوقاية من الأمراض المتوطنة محلياً ومكافحتها
- المعالجة الملائمة للأمراض الشائعة والإصابات الشائعة
- توفير الأدوية الأساسية

كما عُدَّ تعزيز الصحة النفسية أمراً مهماً

طرائق الرعاية الصحية الأولية

- تطوير الروابط والاهتمامات في المجموعة
- التدريب من حيث هو استكشاف مشترك للمعلومات
- النظر إلى 'العامل في صحة المجتمع كمرجع للمجموعة وقائداً محلياً
- إقامة الحلقات العملية وعقد الندوات لمناقشة المشكلات والموضوعات الصحية
- اعتبار الاستشارة المفتوحة والعلنية بمثابة آلية للمشاركة
- الزيارات المنزلية للأفراد
- الاستشارات الفردية
- تنشيط المنظمات ذات المستوى المحلي على مستوى القرية
- تنشيط مساهمة المجموعات المعتمدة على الذات من حيث كونها أساساً لزيادة المساهمة في الرعاية الصحية الأولية
- إنشاء لجان صحية للقرية في صورة منظمات يمكن أن تسهل مساهمة المجتمع
- الانتفاع بمعلومات أطفال المدارس في مجال تعزيز معلومات الكبار حول المشاكل الصحية
- الاعتماد على العاملين الصحيين، على المستوى المحلي، وعلى مستوى الإحالة، مثل الأطباء والمرضات والقابلات والمساعدين والعاملين الاجتماعيين والممارسين التقليديين في عملية التثقيف والتوعية الصحية.

4 - منهج التثقيف الصحي

الخطوط العامة للمنهج

إن منهج التثقيف الصحي هو المخطط العام الذي يشمل المادة العلمية والدلائل الإرشادية حول التثقيف الصحي وهو منهج يمكن أن يلعب دور المرشد في تطوير البرنامج، وأن يؤثر في المعارف والأفكار والمواقف والممارسات والحالة الصحية للأفراد والمجتمعات. وينبغي ملاحظة أنه على الرغم من أن هذا المنهج مقدم بشكل مخطط عام لضمان المرونة وقابلية التكيف، فإنه لا يقترح تقديم أي ترتيب محدد عند استنباط برامج التثقيف الصحي منه. ويترك انتقاء واختيار المواضيع إلى ما تحدده آراء ذوي الخبرة من أولويات، استناداً إلى تقدير الحاجات في مختلف الأحوال. والأمر المهم أن نلاحظ التسلسل المنطقي أو المخطط لكي يتناسب العمل مع الصورة التي يمكن تقديم المادة بها بالشكل الأكثر فعالية. وفيما يتعلق بعملية اختيار المواضيع، من الضروري تحديد المشكلات الأكثر أهمية من وجهة نظر مجموعة الأفراد أو المجتمع المواجه لتلك المشاكل. كما يجب مراعاة العوامل الأخرى مثل الأمراض الفصلية، والمناخ والموارد المتاحة والآراء والمعتقدات الاجتماعية. ويتضمن الجدول - 1 - مخططاً لأنموذج منهج التثقيف الصحي.

الملامح العامة لأنموذج المنهج

تتمثل الأهداف الأساسية فيما يلي:

- مساعدة الأفراد الكبار والأسر والمجتمعات على الوقاية من المرض وعلى تعزيز الصحة؛
- استخدام طرائق التعلم الفعالة وأساليبها في خدمات الرعاية الصحية الأولية، وتخطيطها، وتطبيقها، وتقييمها؛
- تشجيع التأثير الفعال بين المتعلمين الكبار على المستوى المحلي بحيث يمكنهم فهم أوضاعهم واختيار الإجراءات التي تحسن من حالتهم الصحية؛
- تشجيع سلوك الكبار الذي يعزز الصحة ويقي من المرض، ويشفي منه ويسهل التأهيل؛
- تشجيع الاعتماد على النفس وإذكاء روح المبادرة والمشاركة بإشراك الناس في عمليات اتخاذ القرارات التي تؤدي لإنجاز البرامج الصحية وذلك من خلال التعبئة الفعالة للموارد والإشراك المباشر في عمليات التنفيذ؛
- ضمان إشراك المجتمع في التنمية الصحية وبذلك ينشأ شكل من أشكال المشاركة بين الحكومات وبين المجتمعات المحلية مما يضمن التخطيط والتنفيذ والاستغلال الفعال للفعاليات الصحية المتعلقة بمختلف جوانب الرعاية الصحية الأولية؛

- مساعدة الكبار في فهم مبادئ وطرق إشراك المجتمع في التنمية الصحية؛
- حفز الكبار إلى بناء شبكات وعلاقات تحالف لدعم كل جوانب الرعاية الصحية الأولية في مجتمعهم؛
- توجيه أدوار النساء الريفيات في المنازل وفي المجتمعات المحلية نحو الوقاية من المرض وتعزيز الصحة الجيدة وذلك بإشراكهن في اتخاذ القرارات الخاصة بالبرامج والسياسات التي تؤثر على حياتهن، وبالتالي على صحتهن بشكل مباشر أو غير مباشر؛
- توضيح المساهمة التي يمكن لتثقيف الكبار أن يقدمها في مجال الرعاية الصحية الأولية، وأهدافها في توفير الصحة للجميع.

الجدول 1: مخطط أنموذج منهج التثقيف الصحي

القسم أ- المفاهيم الصحية الأساسية	
الوحدة 1	المسؤولية والصحة
الوحدة 2	جسم الإنسان
1.2	النمو والتطور
2.2	الرياضة والنوم
3.2	مكان اللعب
القسم ب- الصحة الشخصية	
الوحدة 3	النظافة الشخصية
1.3	الأمراض العدوائية المعوية الشائعة وطرق الوقاية منها
2.3	دلائل أساسية للنظافة الشخصية
3.3	النظافة في المأكل والمشرب
4.3	براز الأطفال والصحة الشخصية
5.3	النظافة في المنزل والمدرسة
الوحدة 4	صحة الفم
1.4	العناية بالأسنان واللثة
2.4	المحافظة على نظافة الفم
3.4	أسناننا
4.4	الأمراض الشائعة في الأسنان : الأسباب والوقاية
5.4	إخراج عرض مسرحي للدمى (العرائس)
الوحدة 5	العناية بالعينين والأذنين والأنف والجلد والشعر والقدمين
1.5	العناية بالعينين
2.5	علل شائعة في العين
3.5	كيف يرى الأطفال ويسمعون
4.5	الأنوف المسدودة والراشحة
5.5	وجع والتهاب الأذن
6.5	الجلد
7.5	الشعر
8.5	القدمان
الوحدة 6	الطعام والتغذية
1.6	الطعام والنمو

الجدول 1: مخطط نموذج منهج التثقيف الصحي (تتمة)

اللعب والتطور	2.6
القوت للأطفال	3.6
معرفة مجموعات الأطعمة	4.6
زراعة أطعمة الأسرة	5.6
الطبخ وتخزين الطعام	6.6
الطعام للأطفال المرضى	7.6
معتقدات حول الطعام والتغذية	8.6
التخطيط للطعام	9.6
سوء التغذية	10.6
فقر الدم	11.6
العشاوة (العمى الليلي)	12.6
العادات التي تؤثر في الصحة	13.6
الألعاب التعليمية	14.6
الوحدة 7	الصحة الاجتماعية والنفسية
1.7	التواصل
2.7	الانفعالات
3.7	فهم الأطفال ذوي المشاكل الخاصة
4.7	الاكتئاب
5.7	الصحة النفسية
6.7	التخلف العقلي
7.7	تنظيم الأسرة والوالدية
الوحدة 8	السلامة والأمان
1.8	عوامل الخطر والسلوك المؤدي للتعرض للأخطار
2.8	الحوادث الشخصية والسلامة في المنزل
3.8	سلامة المجتمع والسلامة العامة
4.8	الحوادث في أماكن العمل
5.8	العنف وانتهاك الأطفال
الوحدة 9	نمط الحياة
1.9	تصميم نمط حياتنا
2.9	الأدوية واستعمالاتها
3.9	الافراط في استعمال الأدوية في بعض الأمراض الشائعة
4.9	إساءة استعمال الأدوية ودلائل الاستعمال الملائم

الجدول 1: مخطط نموذج منهج الشقيف الصحي (تتمة)

التدخين ومضغ التبغ	5.9
تعاطي المسكرات ضار بالصحة	6.9
المخدرات والصحة	7.9
القسم ج - الصحة المجتمع	
الوحدة 10	النظافة العمومية
1.10	جوارنا - تحسينه
2.10	إنشاء حفرة التصريف البسيطة
3.10	تصريف النفايات
4.10	مكافحة نواقل الأمراض في القرية
1.4.10	مكافحة الذباب
2.4.10	مكافحة القمل
3.4.10	مكافحة البعوض
4.4.10	مكافحة بق الفراش
5.4.10	مكافحة الصراصير
6.4.10	مكافحة الجرذان
الوحدة 11	الماء والصحة
1.11	جميع الأحياء بحاجة إلى الماء
2.11	مصادر الماء في المجتمع
3.11	تلوث مصادر المياه، وكيفية حمايتها
4.11	الماء الصالح للشرب
5.11	دور الماء في الوقاية من الأمراض الشائعة
الوحدة 12	بيئتنا التي نحيا فيها
1.12	الهواء النقي
2.12	التلوث بالضجيج
القسم د - معلومات صحية	
الوحدة 13	الإسعافات الأولية
1.13	تدبير الحمى
2.13	الرعاف
3.13	التسمم
4.13	الجروح والقطوع (الجروح القاطعة) والكدمات
5.13	داء الكلب

الجدول 1: مخطط نموذج منهج التثقيف الصحي (تعمة)

الحروق	6.13
الغصص	7.13
الغرق والإنعاش بالتنفس فماً لفم	8.13
الالتواء والوثي	9.13
الكسور	10.13
اللدغات	11.13
كيف ينتشر المرض	14
أنواع الأمراض المختلفة وأسبابها	1.14
دراسة مسح الأمراض الشائعة في المجتمع	2.14
كيفية دخول عوامل المرض إلى الجسم وكيفية دفاع الجسم عن نفسه	3.14
العلامات المبكرة للمرض	4.14
الاحتياجات والمرافق في المجتمع	15
استكشاف الاحتياجات الصحية للمجتمع والخدمات الصحية المتاحة فيه	1.15
العلاقة مع الموظفين الصحيين	2.15
العناية بالأطفال المرضى	16
التمنيع	17
الإسهال	18
الإسهال والتجفاف	1.18
تدبير الإسهال في المنزل	2.18
تحضير محلول تعويض السوائل عن طريق الفم	3.18
الوقاية من الإسهال	4.18
الأمراض الجلدية المعدية الشائعة والجروح الملتهبة	19
الحببات والخراجات	1.19
الحماق (جدري الماء)	2.19
القرباء	3.19
السعف (الأمراض الفطرية المعدية)	4.19
الجرب	5.19
القرحات الصغيرة المتقيحة	6.19
البقع البيضاء على الوجه وعلى الجسم	7.19
قواعد عامة حول معالجة مشكلات الجلد	8.19
تشخيص إصابة الجروح بالالتهاب وتدبيرها	9.19

الجدول 1: مخطط نموذج منهج التقييف الصحي (تعممة)

الإصابات الشائعة بالديدان والطفيليات	20	الوحدة
الأمبيبات	1.20	
الدودة الشصية	2.20	
الملاريا	3.20	
داء كلابية الذنب (العمى النهري)	4.20	
الدودة المدورة (أسكاريس)	5.20	
داء البلهارسيات	6.20	
الدودة الشريطية	7.20	
الدودة السلوكية (السرمية)	8.20	
الأمراض التنفسية الشائعة	21	الوحدة
الربو	1.21	
الزكام (البرد) والنزلة الوافدة (الانفلونزا)	2.21	
السعال	3.21	
الالتهاب الرئوي	4.21	
التهاب الحلق والتهاب اللوزتين والحمى الرئوية الروماتزما	5.21	
أمراض أخرى	22	الوحدة
الإيدز (متلازمة عوز المناعة المكتسب)	1.22	
التفاعلات التحسسية (الأرجية)	2.22	
الصرع (النوبات الصرعية)	3.22	
الأمراض المعدية في الجهاز البولي التناسلي	4.22	
التهاب الكبد	5.22	

5 - كتاب مرجع المعلم

لقد صمم كتاب مرجع المعلم لمساعدة المعلم، فهو يحتوي على لائحة أموزجية تتضمن الأنشطة التي تلائم جميع البلدان، وينبغي على المعلم أن يختار أنشطة بعينها، وأن يحدد أولوياتها وأن ينتقي الطريقة أو الطرائق والوسائل المساعدة المناسبة التي يجب استخدامها في شرح هذه الأنشطة لصف الكبار. ويمكن للمعلم أن يختار من تلك الأنشطة أو أن يضيف إليها وفقاً للاحتياجات المحلية وللوقت المتاح للتعليم، وبغية إسداء العون للمعلم فإن كتاب مرجع المعلم يشير إلى مراجع ومصادر مفصلة حول الموضوعات والأنشطة المختلفة المدروسة فيه، ويجب أن لا يتردد المعلم في البحث عن المزيد من المعلومات من المراجع الأخرى أو من أهل العلم في مجتمعه المحلي. وينبغي على المعلمين أن يلاحظوا أنه على الرغم من أن كتاب مرجع المعلم موجّه بشكل أساسي للثقيف الصحي المدرسي، فإن الطرائق والأساليب التي يجب اتباعها لا بد أن تكون مناسبة لثقيف الكبار (انظر القسم 7)، كما يجب تطوير الوسائل المساعدة المقترح استخدامها في كتاب مرجع المعلم لتناسب صفوف الكبار، وينبغي على المعلمين ملاحظة أن معظم المواد المتضمنة في كتاب مرجع المعلم تمثل الاحتياجات الحقيقية في الثقيف الصحي، ويمكن لمعلمي الكبار في بعض الأحيان أن يضيفوا وحدات ومواضيع إضافية لتغطية الاحتياجات الصحية الملحة للمجتمع. وعندما يواجه المعلم بحالة كهذه ينبغي عليه أن يبحث عن الآراء المحلية الخبيرة وأن يستشير السلطات الصحية المعنية كما يجب إشراك المتعلمين الكبار في عملية التعليم والتعلم وفي طرح ما يرغبون بمناقشته من المشاكل الصحية. وينبغي أن يحوي الكتاب الأول للقراءة المفردات المتعلقة بالصحة والمفاهيم الصحية. إذ تحوي معظم اللغات واللهجات المحلية كلمات أساسية وتعابير تتعلق بالصحة والعافية لدى الأفراد. وينبغي لمعلمي الكبار ومؤلفي كتب القراءة الخاصة بحم الأمية إدخال أمثال هذه الكلمات والمصطلحات واستعمالها وجمع الأمثال والأساطير والقصص التي تعزز الصحة الجيدة، وإستعمالها في شدّ الانتباه إلى تجربة التعليم والتعلم، كما ينبغي أن يستشهد بالآيات القرآنية الكريمة والأحاديث النبوية الشريفة التي تتعلق بالثقيف الصحي وأن تشرح بشكل مفصّل في صفوف الكبار.

وفي الحقيقة فإن القرآن الكريم والحديث النبوي الشريف يمثلان جوهر الطب الإسلامي والمعرفة وحدها تعد مصدراً للسعادة وحتمّ الهمة، أما إذا ربطت بالدين فإنها تستطيع أن تجعل الحياة أحفل بالمعنى، وأن تزيد من الرغبة في العمل وفي الإنتاج وفي الشفاء من الأمراض، فالقرآن يعلم الناس التفاؤل أثناء المرض كما ينصحهم أن يعيشوا حياة طاهرة وصحية بكل ما في الكلمة من معنى. وعلى المعلمين أن يجمعوا بين الموقف التعليمي وبين المفاهيم الدينية الخاصة بصحة الإنسان ورفاهيته.

وعلى المعلمين أيضاً أن يلاحظوا أن الطب التقليدي متمركز بشكل متين ضمن الإطار المحلي المتسم بالسمة الاجتماعية الثقافية، مما يجعل المجتمع يتقبله بسرعة، فالمداوي التقليدي على سبيل المثال يكون في العادة عنصراً فعالاً في المجتمع، يتكلم اللغة المحلية، ويضع نفسه في خدمة مرضاه في أي وقت، وقد تتم عملية الشفاء في جو من الثقة المتبادلة والآمال المشتركة، ومن المتوقع أن تناقش صفوف الكبار الجوانب الإيجابية والسلبية لدور المداوي المحلي مع الأمل الأساسي في التخلص من الجوانب السلبية. وللمعلم في هذه العملية دور رئيسي، فبإمكانه أن يرجع إلى الوحدة المناسبة في كتاب مرجع المعلم ليدعم آراءه، وأن يدعو الأخصائيين الصحيين المحليين ليتحدثوا إلى الطلاب حول القضايا الصحية الهامة. وعند استخدام كتاب مرجع المعلم يتوقع من المعلمين أن يلاحظوا التعليمات وأن يحاولوا إدماجها ضمن الأنشطة المقابلة لها في كتاب مرشد المعلم إلا أن حجم نوعية المادة المدمجة تعتمد إلى حد كبير على الاهتمام الشخصي لكل واحد من المعلمين وعلى كفاءته. وعلى المعلمين أن يتذكروا أن ما يرسمونه من خطط لا بد أن يكون مصمماً ليفي باحتياجات واهتمامات طلابهم. فهم بذلك يساعدون طلابهم على تعلم كيفية استكشاف وتطبيق المعلومات الصحيحة حول تعزيز الصحة والوقاية من المشكلات الصحية الحالية والمستقبلية، ومكافحتها وحلها.

6 - دلائل تعليم الصحة للكبار

تعلم الكبار

إن التعلم عملية تؤدي إلى بعض التعديل، المتواصل نسبياً، لطريقة التفكير والشعور والتصرف لدى المتعلم. مما يؤدي لتغيير في السلوك وبشكل رئيسي في السلوك المبني على المعرفة أي فيما يتعلق بالعلم أو بالتعرف أو إسناد المعاني وغيرها من الوظائف العقلية. وهي عملية ديناميكية وتأثيرية يشكل فيها كل من السلوك والخبرة مكونين حيويين. فالمتعلم من الكبار ينبغي ألا يقتصر على التلقي ولكن يجب أن يشارك أيضاً. وتتطلب عملية التعلم تنمية الأفكار والمهارات والمواقف والسلوك بالإضافة إلى تنمية الدافع. وهي عملية مستمرة لدى كل فرد طيلة حياته وتؤدي إلى اكتساب وتجديد وترقية وتكميل منتظم لمعارفه ومهاراته ومواقفه نحو الهدف النهائي المتمثل بتعزيز تنمية الدافع لدى كل فرد. ولا تكمن الحالة الحقيقية في تعلم الكبير في سد الثغرة، ولكن في مساهمته في سد احتياجاته أولاً كفرد وثانياً في المجتمع ككل، وذلك ما يعكس شموله، ووضوحه ومرورته وانتشاره وتوجهه نحو تحقيق ذاته. والتباين بين تعلم الكبار والتثقيف النظامي واضح، إذ أن عملية تثقيف الكبار تتم أثناء العمل وفي المجتمع وفي المنزل، وهي عملية مستمرة طيلة الحياة.

الدافع

إن سر التعلم يكمن في قدرة المعلم على إثارة الدافع لدى المتعلم، وهو الدافع الذي يمكن أن يكون موجوداً من قبل كما يمكن ألا يكون موجوداً. ولا يمكن تحقيق التعلم الفعال ما لم تعدل الأنشطة التعليمية لتلائم احتياجات الأفراد من المتعلمين.

وتتضمن حوافز التعلم عند الكبار:

- رغبة المرء في تعديل مواقفه إزاء مختلف جوانب الحياة الشخصية والاجتماعية من أجل تحسين نوعية حياته
- رغبة المرء في إشباع احتياجاته من العلاقات الإنسانية والانتماء والتقدير
- رغبة المرء في تحسين وضعه الصحي والاجتماعي والاقتصادي
- بذل ما في الوسع لإرضاء الاحتياجات الدينية والاجتماعية
- سد الثغرة الثقافية و الثغرة بين جيلين، التي قد تنشأ عندما ينمو الأطفال ويلتحقون بالمدارس.

احتياجات الكبار

- صحية (جسدية، عقلية، عاطفية)
- علاقات مدنيّة واجتماعية (أسرة، جماعة، مجتمع)
- تطوير مهني
- مطامح دينية
- التثقيف
- الاستجمام.

العناصر المؤثرة في تعلم الكبار

من الضروري الإلمام بالعناصر المؤثرة على التعلم والتثقيف الصحي. فمثل هذا الفهم سيساعد في انتقاء الطرائق والأساليب والتقانات الملائمة في التثقيف الصحي. وهذه العناصر تشمل:

- المعتقدات
- القيم
- الثقافات ومايتفرع عنها
- السلوك
- المواقف

ويمكن لهذه العناصر عندما تفهم وتستخدم بشكل جيد أن تهيئ قوة دافعة كبيرة لكل من المعلم والمتعلم.

العناصر التي تعوق التعلم الكافي

هناك بعض العناصر التي يمكن أن تعوق التعلم وتبطل الكبار من المتعلمين. وهي تشمل:

- الحالة الجسدية والعقلية (مثل العمر، حالة السمع، الرؤية بالعينين، الصحة، الذكاء)
- مقاومة التعلم

ففي كثير من الحالات تأخذ مقاومة التعلم لدى الكبار شكل عدم المشاركة التي تؤدي إلى:

- عدم القدرة على إدراك واجب التعلم كأمر مهم له شأنه على الصعيد الشخصي
- الصراع بين أهداف الطالب وأهداف المعلم أو الموجه
- الخوف من الفشل الذي يؤدي للنفور من محاولة القيام ببعض أنواع التغيير
- الخوف من التغيير الذي ينظر إليه كتهديد للسلوك المألوف.

ولتخفيف هذه المقاومة يجب على المعلم اختيار مواد تعليمية لها علاقة بحياة المتعلمين الكبار

ما يضمن مساهمة الشخص والتزامه (انظر القسم 8).

- الاختيار غير الملائم لمواضيع التدريس ولطرائق أو تقانات غير ملائمة
- اختيار غير مريح لوقت ومكان التعلم
- نقص المعلومات بشكل كبير حول الموضوع المطروح.

عناصر يجب مراعاتها في تعليم الكبار

تستخدم عملية التعلم الحواس كأداة للوصول إلى الدماغ، ومن المهم معرفة أيّ الحواس تستعمل لنقل الرسائل.

ومن المقبول بشكل واسع أننا نتعلم بالنسب التالية:

- 1٪ عن طريق الذوق
- 1.5٪ عن طريق اللمس
- 3.5٪ عن طريق الشم
- 11٪ عن طريق السمع
- 83٪ عن طريق البصر

كما أننا نتذكر بالنسب التالية:

- 10٪ مما نقرأ
- 20٪ مما نسمع
- 30٪ مما نرى
- 50٪ مما نسمع ونرى
- 80٪ مما نقول
- 90٪ مما نقول ونحن نمارس عمل بعض الأشياء.

دور المعلم

يعد التثقيف الصحي من واجبات كل فرد يشارك في أنشطة التنمية الصحية والاجتماعية، مثل الأمراض والصيدالة والعاملين في مجال صحة المجتمع والموظفين في التنمية الاجتماعية وعناصر تثقيف الكبار وغيرهم، فإذا أخذنا بالحسبان ما ذكرناه آنفاً من الجوانب المختلفة لتعلم الكبار فسنجد أن من واجب المعلمين أن يعرفوا أهدافهم بشكل دقيق وكيفية تحقيق هذه الأهداف بشكل نوعي وكفي معاً. ويجب أن يبذل المعلمون ما بوسعهم لتجنب المواقف والممارسات التعليمية التقليدية التي يكون فيها :

- المعلم يعلم، والطلاب يتعلمون
- المعلم يعرف كل شيء والطلاب لا يعرفون شيئاً
- المعلم يفكر والطلاب يتفكرون له فرصة التفكير عنهم
- المعلم يتكلم والطلاب يستمعون
- المعلم ينظم ويضبط والطلاب ينضبطون

- المعلم يختار. ويفرض اختياره. والطلاب يمثلون
 - المعلم يقوم بالعمل والطلاب يتوهمون أنهم يعملون من خلال عمل المعلم.
 - المعلم يخلط بين سلطة المعرفة وبين سلطته المهنية التي وضعها في مريض يعاكس حرية الطلاب
 - المعلم هو موضوع عملية التعلم، والطلاب ليسوا سوى أشياء عابرة لها.
- إن معلمي الكبار في مجال التثقيف الصحي ينتظر منهم أن يساعدوا طلابهم على مايلي:
- أن يكتسبوا المعرفة ويحتفظوا بها ويتمكنوا من الاستفادة منها
 - أن يفهموا ويحللوا ويركبوا ويقيّموا
 - أن يحوزوا المهارات
 - أن يرسخوا العادات
 - أن يرسّخوا مواقف معينة.
- ولتحقيق هذه الأهداف على معلمي الكبار مايلي:
- أن يضعوا أنفسهم في خدمة طلابهم وتزويدهم بالنقد البناء حول أهداف وطرائق عملهم.
 - تحديد أهداف التعلم، فلا بد أن يكون لدى المعلم المقدرة على تحديد المهارات التي يحتاج الطالب لاكتسابها، لكي يحل المشكلة الصحية المطلوبة.
 - تقييم عمل الطلاب، فعلى المعلم أن يكون قادراً على تحديد المعايير لتقدير عمل الطلاب وقياس قدراتهم.
 - إعداد الوسائل المساعدة على التعلم، فعلى المعلم تحضير المواد والوسائل التعليمية المساعدة، وتقديم المعلومات التي تسهل قيام الطالب بعمل مستقل، وتقييم فائدة تلك المواد.
 - مواجهة الطلاب بما يستجد من المشكلات، فعلى المعلم أن يضع الطلاب في مواجهة مختلف المشكلات الجديدة بهدف مساعدتهم على تحديد مواضيع المشكلات وإيجاد الحلول لها.
 - المساعدة على تفهم المشكلات الصحية الأساسية، فعلى المعلم أن يبذل جهده للتأكد من أن الطلاب يفهمون المبادئ الأساسية الكامنة وراء الأنشطة والواجبات التي يتعلمونها في برامج التثقيف الصحي.
 - تحديد العوامل التي تكمن وراء المشكلات الصحية، فعلى المعلم أن يتأكد من أن الطلاب يقومون بتحديد هوية العوامل الفيزيولوجية والثقافية والاقتصادية والاجتماعية التي تكمن وراء المشكلات الصحية التي يتعاملون معها، وأنهم يأخذون تلك العوامل بالحسبان.
 - أن يكون القدوة : يجب أن يجعل المعلم من نفسه أمودجاً للوجدان المهني والمصادقية والاحساس التحليلي والكفاءة¹.

(1) المصدر : ج.ج غولبررت : كتاب منظمة الصحة العالمية للعاملين الصحيين، طبعة منظمة الصحة العالمية

7 - المبادئ الأساسية لتعلم الكبار

إن من المقبول بشكل عام أن أحد الفروق ذات الشأن من الناحية الواقعية، بين تثقيف الكبار وتثقيف الشباب، يتمثل في الحرية النسبية التي يتمتع بها الكبار في اختيارهم لنوع البرنامج الذي يهمهم والذي يرون أن له قيمة لديهم، وبشكل جزئي على الأقل في حرية المتابعة بطريقتهم الخاصة في مسيرتهم، كما أن أنشطة التثقيف لدى الكبار تنفذ عادة ضمن الترتيب الذي يقره وينفذه المسؤول المدرب أو المعلم الخبير. من هنا لا يكفي تحديد ماسوف ينفذ ومن سيقوم بالتنفيذ ومتى سيتم التنفيذ فمن الضروري أيضاً تحديد كيفية التنفيذ، فاختيار الطريقة المناسبة للتعليم يجب أن يتم بقدر كبير من العناية وبشكل يتلاءم مع المشكلة ومع الحالة. وعلى من يمارس التثقيف الصحي أن يضع القرارات المتعلقة بالطرق التي يتعين اتباعها لحل المشكلات الخاصة بالسلوك الصحي. ويجب مراعاة الجوانب التالية قبل اختيار طرائق التثقيف الصحي:

- ما مدى استعداد الناس وقابليتهم للتغيير؟
- كم يبلغ عدد الناس المشاركين؟
- هل تتلاءم الطريقة المختارة مع الثقافة المحلية؟
- ما هي المراجع المتوفرة؟
- ماهي الطريقة أو مجموعة الطرائق اللازمة؟
- أي الطرق تتلاءم مع خصائص المجموعة المستهدفة بالدراسة (العمر، الجنس، الدين، الخ)؟
- هل الطرق متناسبة مع الزمن والمكان والمادة موضع الدراسة؟

وفي جميع الأحوال، ينبغي ملاحظة أن طرائق التدريس ووسائله ليست بذات معنى إذا اعتبرت غايات مستقلة. ويجب أن تعين هذه الطرائق المتعلمين على تنمية قدراتهم على توضيح المعلومات والمعارف التي يتلقونها وعلى تزويدهم بالخبرات اللازمة ومساعدتهم على الاستمرار في التعلم بشكل مستقل.

وسائل تلائم تثقيف الكبار

إن طرائق التعليم النوعية أو الوسائل المستخدمة في التعليم الصحي هي نفسها في كل المواضيع الأخرى. والطرائق التي يشيع استخدامها في التثقيف الصحي تشمل مايلي، على الرغم من أن اللائحة غير شاملة لكل الطرائق:

المحاضرات

ما تزال المحاضرات الوسيلة السائدة للتعليم في صفوف تثقيف الكبار، وذلك لأسباب عدة، من بينها التقاليد والضرورة، واللامعة والانتقاء. والمحاضرة الجيدة هي التي يلقيها محاضر لا يتمتع بالمعرفة فحسب بل يتمتع أيضاً بالمهارة في الإلقاء وفي إقامة علاقة مريحة مع الطلاب. وتسهل

المحاضرة التواصل السريع مع الذخيرة المشتركة للمعلومات بشكل يكتسب معه كل طالب نفس الخلفية من المعطيات، فهي تؤدي عملها كنشاط ينطوي على إعداد مسرحي ويركز الاهتمام من أجل المناقشات الخاصة بإجراءات جماعية أخرى.

وللحصول على الاستخدام الأمثل لطريقة المحاضرة لا بد من مراعاة النقاط التالية:

- الإعداد: يعد الإعداد المتعمق والممارسة عنصرين أساسيين لكل تقديم. وذلك إلى جانب تطور خطة المحاضرة بأساليب إبداعية تلائم طموحات المعلم.
- حاجات المتعلمين: وهذا ما يجب أن يكون له أولوية المراعاة، فلا بد من تحديد صفات المستمعين المستهدفين، وعلى المعلمين أن يستكشفوا وجود نظرة واضحة لدى المستمعين حول ما يمكن أن يستفيدونه من عرض المواد، مثل الفهم المتعمق لبعض الأوضاع التي يشاركون في تكوينها، وإدراك المفاهيم الجديدة، وإعادة اختبار الآراء والقيم السائدة بينهم.
- المساهمة النشيطة: كثيراً ما تُنتقد طريقة المحاضرة لتثقيف الكبار على أنها تواصل من طرف واحد، يكون فيه الطلاب مشاركين لا فاعلين - مستمعين. ويمكن للمحاضر البارح أن يخطط لطريقة يشرك فيها الكبار بشكل فاعل في العملية التثقيفية، وذلك بافتتاح محاضراته بسلسلة من الأسئلة أو بتقديم حالة تسلط الضوء لتحليل المشكلة ثم يحل الطلاب على أن يكتبوا ملخصاً في نهاية المحاضرة.
- تدفق الأفكار واستخدام اللغة بشكل منطقي: إذ يفترض في المعلم أن يسعى إلى الوصول إلى تدفق سهل، بلغة صحيحة، تمتاز أيضاً بإبداعها وسلاستها.
- البدء والإنهاء: لقد أصبح من الثابت أن المتعلم لا يحتفظ بأكثر من الدقائق العشرة الأولى مع الدقائق العشر الأخيرة من المحاضرة. لذا يجب أن يستغل القسم الأوسط في المحاضرة الوسائل المتنوعة للمحافظة على الانتباه والاتصال. والمحاضرة الفعالة تلتزم بالوقت المخصص فحسب بل تبدو ملائمة لما يفرضها عليها تحديد الوقت.
- الحضور: يجب أن يراعي المحاضر المظهر اللائق، وأن يكون صافي الصوت وأن يحافظ على التواصل مع المستمعين بنظراته.
- استخدم الوسائل البصرية المساعدة الصحيحة: مثل الشرائح والصور والنماذج والملصقات والعرائس (الدمى) لبعث الحيوية في المحاضرة.

المحاضرات المبرمجة

المحاضرات المبرمجة من التقانات التعليمية التي تسد الثغرة بين المحاضرة التقليدية التي يقتصر فيها نقل المعلومات بشكل رئيسي على المحاضر فقط وبين التعليم المبرمج الذي يتفاعل فيه المتعلمون مع مواد تعليمية مركبة بشكل منطقي من أجل أهداف نوعية يمكن قياسها.

ويتم تنظيم المحاضرة المبرمجة في المقام الأول بهدف استرجاع المتعلمين للمعلومات، فهي طريقة تعليمية تستفيد من المعلومات الارتجاعية المستقاة من المتعلم كأداة لرصد تعلم الطلاب. وسر نجاح هذه الطريقة يكمن في التخطيط الجيد، وتكرس أهداف واضحة للمحاضرة والاحتياط لاستجابات الطلاب بالتعزيز المباشر، وباستعراف ما هو خطأ وما هو صواب من تلك الاستجابات والتعليق عليه.

الحلقات العملية :

يمكن تلخيص الصفات الرئيسية للحلقة العملية بمايلي :

- أنها تتيح مساراً مرناً لعملية التعلم
- أنها تقدم فرصة لتدريب الخبرات بشكل يلائم المنطقة التي يتم فيها ممارسة النشاط التثقيفي الصحي للمجموعة المساهمة. وخلال الفترة المخصصة لذلك الغرض تقسم المجموعة عادة إلى أقسام أصغر، بحيث يسهل إدارتها، ويعين أعضاء مستقلون من المجموعات للبدء في النشاط أو لإدارته .
- تعزز من المساهمة الفعالة لكل مشارك، فعلى الرغم من أن تصميم البرنامج يسمح بالاستخدام المتنوع لكل من المواد المقروءة والمحاضرات المسموعة فإن معظم الوقت ينقضي في أنشطة ضمن مجموعات صغيرة، مما يعزز من عرض التوضيحات ولعب الأدوار أو بعض الأشكال الخاصة من المناقشات.
- وكما هو واضح من سرد الخصائص السابقه الذكر، فإن التعاون الوثيق بين أفراد المجموعة سيصبح حتمياً، فهم الذين يصممون خطة العمل معاً ويوزعون الأدوار فيما بينهم، ويتلاقون في غالب الأحيان خلال مراحل الحلقة ليقوموا ما حققوا من تقدم، وليقرروا وضع ما يلزم من تغيير في جداول العمل الزمنية.

إن منهجية الحلقات العملية آخذة بالانتشار ولاسيما في مجالات التثقيف الصحي وخدمة المجتمع وتنظيم الأسرة والعلاقات الاجتماعية.

مناقشات الرعييل

وهي أسلوب في المناقشة يقوم على التقاء 3-6 أشخاص ينخرطون في مناقشات مفتوحة أمام الجمهور. وتعد هذه الطريقة من أكثر الأساليب شعبية، إذ تعد تطوراً للمحاضرة التقليدية التي يقدمها محاضر واحد وذلك بالاعتماد على عدد من المتكلمين، بينما يلعب المعلم دور رئيس الجلسة ويعد المتكلمون خطابات قصيرة، ثم يشتركون مع رئيس الجلسة الذي يدير المناقشة. كما يمكن الاستغناء عن عبارات التقديم، ثم تنتهي المناقشة عادة بأسئلة يوجهها المستمعون.

وتستخدم هذه الطريقة لتوضيح الفروق بين وجهات النظر في المجموعة وللمعالجة المشاكل التي لا يمكن لمحاضر واحد أن يعالجها، ويمكن للمناقشة أن تتم في جوٍ نظامي أو بشكل بعيد جداً عن النظامية. ويجلس أعضاء الرعييل ورئيس الجلسة أمام الجمهور؛ ويفضل أن يجلسوا على منصة مرتفعة بحيث يتمكن الجمهور من رؤيتهم وسماعهم. ويمكن الحصول على نتائج مفيدة جداً من هذه الوسيلة إذا تم الإعداد لها، وإذا تفهم كل من أعضاء الرعييل مسؤوليتهم الكاملة وإذا أدى رئيس الجلسة دوره على الوجه الأكمل.

السدوات

إحدى الطرق التي يتحدث فيها متكلمان أو أكثر حول موضوع محدد مع تخصيص وقت في نهايتها للحوار مع أفراد المجموعة، ويعد انعقاد المتكلمين بعناية أكثر المتطلبات أهمية. وينصح

بهذه الطريقة في الدورات التي تعالج مواضيع تقنية إلى حدٍ ما والتي يحتاج فيها لسماع العديد من وجهات النظر، وتعد المواضيع المثيرة للجدل ملائمة بشكل جيد لهذه الطريقة.

المناقشة في مجموعات

وهنا تقسم المجموعة إلى أقسام صغيرة لفترة زمنية قصيرة لمناقشة بعض المواضيع أو المشكلات ولتعزيز فهم الموضوع أو لحل المشكل، وتختار كل مجموعة مقررراً لها، تلتزم بحدود الوقت وتركز على المواضيع الأساسية التي يسلط المتكلم عليها الضوء. وينصح باللجوء إلى هذه الطريقة كثيراً لإشراك الكبار في أنشطة التعلم عندما تكون أهداف التعلم قد حددت بدقة فيها. وتفيد المناقشة في مجموعات في تعزيز التفكير المبدع وبناء الثقة حول الأفكار الجديدة وتشجيع مهارات التواصل.

التشاور

وهذه تعني الاستشارة أكثر من النصح أو الإرغام، وهي توفر فرصاً ملائمة لمن يقوم بتثقيف الكبار والعاملين الصحيين لمساعدة الكبار في اتخاذ القرارات الهامة. والقواعد الأساسية في المشورة هي :

- العلاقة: يجب أن يهتم من يقوم بالتثقيف الصحي بإقامة علاقة طيبة ومنذ البداية مع من يحاول مساعدته.
- تعريف الاحتياجات: ينبغي ترك الناس يحددون احتياجاتهم الخاصة بهم بأنفسهم ثم تقديم المساعدة لهم بعد ذلك. ويفيد استخدام الأسئلة في جعلهم يوضحون مشكلاتهم.
- المشاعر: يجب على المعلمين الصحيين أن ينموا تفهمهم وتقبلهم لمشاعر طلابهم، أي إحساساً بالمشاركة العقلانية لا إحساساً بالمشاركة الوجدانية.
- المشاركة: يجب تجنب إقناع الناس بقبول النصائح المقدمة إليهم ولكن يجب مساعدتهم على فهم جذور المشكلات الصحية، ثم اختيار الحلول التي تلائم أحوالهم على أفضل وجه.
- كتمان الأسرار: يجب الاحتفاظ بكل المعلومات التي تتناهى إلى المعلم الصحي أو المستشار وكتمانها حرصاً على توطيد الثقة بين الفريقين.
- المعلومات والمراجع: يجب على المعلمين الصحيين أن يقدموا عند استشارتهم معلومات وحقائق بسيطة تساعد الكبار على اكتساب رؤية واضحة للمشكلات، ويمكنهم استشارة العاملين بصحة المجتمع والمرضات والقابلات والآباء والأصدقاء... الخ في هذا المجال.

حل المشكلة

تنحس قدرة الشخص على عمل شيء ما بالممارسة وفي التعليم، يتكون حل المشكلة من سلسلة من الخطوات التي تنقل الطالب من النقطة التي ينعدم فيها الحل للمشكلة المطروحة إلى اكتشاف بعض المعلومات الجديدة أو السلوك الذي يقود إلى حلٍ يمكن إثبات صحته.

وهذه الخطوات تتضمن مايلي:

- تحديد المشكلة
- وضع نظريات حول الحلول

- جمع البيانات
- اقتراح الحلول
- إثبات صحة الحل.

ومن الضروري اتباع هذه الخطوات بالترتيب السابق إذ أن طبيعة ومدى المشكلة هما اللذان سيمليان الإجراءات المناسبة.

المناقشة

تعد المناقشة من أكثر الطرق استخداماً في التثقيف الصحي. والمناقشات هي تبادل دينامي للأفكار مبني على خطوات ذات تسلسل منطقي حتى الوصول أو الإنتهاء إلى حل للقضية المطروحة. ولتسهيل الحصول على مناقشة مثمرة على المعلم أن:

- يزود المجموعة بخلفية مشتركة من المعلومات المتعلقة بالموضوع أو بالمشكلة موضع الاهتمام؛
- يختار ويستخدم الوسائل المساعدة السمعية البصرية الملائمة؛
- يستهل المناقشة بفكرة أو بسؤال حافز للتفكير؛
- يترك للطلاب تليخيص استنتاجاتهم وليقرروا بأنفسهم ماقد تعلموه.

المفاكرة

يمكن للمعلم الصحي أن يقود هذا النشاط للمجموعة بأسرها أو مقسمة إلى مجموعات صغيرة، وهي وسيلة سريعة للحصول على أكبر قدر من الأفكار لإجراء التحليل والتقييم لها بعد ذلك، ويجب أن ينساب مسار هذا النشاط بشكل جريان متدفق من الأفكار مع التلقي الإجمالي لها. ويجب تسجيل كل فكرة بغض النظر عن قيمتها، وبعد استنفاد جميع الأفكار، يمكن إعادة النظر في كل فكرة وتصنيفها فيما إذا كانت سلبية أو إيجابية، ويلعب المعلم دور الوسيط والمقرر، وبعد استخدام اللوح أو جهاز العرض الرأسي من الوسائل الفعالة في تسجيل أو تليخيص ما يتوصل إليه الصف من نتائج، وفي العادة ينتخب القائد والمقرر انتخاباً.

وتعد المفاكرة ذات فائدة من حيث هي وسيلة لتوليد الأفكار اللازمة لتحديد المشكلة موضوع الاهتمام وللتعرف على طرق العثور على المعلومات اللازمة ووضع النظريات حول الحلول الممكنة. وهي طريقة مفيدة لتطوير المواقف والقدرات الخاصة بحل المشكلات.

تمثيل الأدوار

يعد التمثيل أداة بالغة القوة في سبيل الحصول على بعض نماذج التفهم والتبصر، وذلك إذا استخدم بمهارة، فهو يعني محاكاة للحالة المدروسة، إذ يقدم حالة تنطوي على المشكلة، وبدلاً من مناقشتها يقوم جزء من المجموعة بتولي أدوار أولئك المشتركين في تقديم الحالة ويخرج بحل لها وهي طريقة مفيدة جداً لتصوير التفاعل المتبادل بين القوى في أي حالة معرضة للتغير السريع، ويتمثل الهدف منها بمساعدة الناس على استيعاب المشاكل المعقدة، ويمكنها أيضاً إيضاح تأثير كل من التقاليد والقيم والمواقف والمعتقدات الثقافية والضغط الاجتماعي على سلوك الفرد. ولتعلم طرق التمثيل يعد المعلم مجموعة من الأدوار ثم يعين الأفراد لأداء بعض منها.

الرحلات الميدانية

تفيد الرحلات الميدانية في ربط المعلومات والمعارف التي يتلقاها الكبار في الصف مع الأنشطة الصحية في المجتمع. ومن الضروري القيام بالكثير من التخطيط التمهيدي المكثف لجعل الرحلة الميدانية ناجحة، إذ يمكن جعلها جهداً للكشف عن الحقائق وعملية ذاتية التوجه في نفس الوقت.

الدراسة الخصوصية

يتميز استخدام طريقة الدراسة الخصوصية في التثقيف الصحي بما يلي:

- يححر الأفراد من الاعتماد الخارجي على التعلم النظامي وعلى سلطة الخبراء؛
- يعطي للطالب فرصته للتركيز على اهتماماته الخاصة به ضمن الحقل المدروس؛
- يتيح فرصة لتبادل واختبار الأفكار المكتسبة أثناء الدراسة المستقلة.

وينصح بعقد بعض اللقاءات للمجموعة في بداية السنة الدراسية للتعرف على المواضيع الفردية التي تهتم المشاركين ولوضع المبادئ العامة للعمل. وينبغي استخدام الدراسة الخصوصية لإرشاد الطلاب لا لقيادتهم. ويجب أن يسمح للكبار بالتعبير عن أنفسهم ويتبادل آرائهم مع المعلم.

الإيضاحات العملية

إن استخدام وسائل الإيضاحات العملية طريقة ممتعة للمشاركة في المعارف والخبرات في مجال التثقيف الصحي. وهي تتضمن خليطاً من الأعمال التطبيقية والتعليم النظري، مما يجعل منها وسائل مفعمة بالحياة. فهي تساعد الكبار على تعلم مهارات جديدة، ويمكن استخدامها مع الأفراد ضمن مجموعات تدريبية صغيرة. أما إذا كانت المجموعة كبيرة جداً فإن الأعضاء لن يجدوا فرصة ممارسة المهارات أو طرح استفسار. ويمكن استخدام بعض المواد مثل النماذج أو الأشياء الحقيقية والملصقات والصور الفوتوغرافية في الإيضاح العملي. وينبغي أن تكون وسائل الإيضاح العملي واقعية وملتزمة للثقافة المحلية. أما اختيار المكان المناسب والوقت الصحيح فأمر أساسي.

دراسة الحالات

تبنى دراسة الحالات على الحقائق والأحداث الراهنة كما حدثت بالفعل. وهي تساعد الكبار على تعلم كيفية حل المشكلات. وهي مفيدة في لجان خدمة المجتمع وفي تدريب العاملين في حقل صحة المجتمع.

اللقاءات

تعقد اللقاءات بهدف جمع المعلومات، وتبادل الأفكار، واتخاذ القرارات ووضع الخطط الخاصة بحل المشكلات الصحية. وتختلف اللقاءات عن المناقشات الجماعية. فاللقاءات تكون حرة وغير نظامية. وهي تعقد لغاية خاصة، وهي أكثر تنظيماً من حيث الوقت والمكان وجدول الأعمال.

الأحاديث الصحية

تعد الأحاديث الصحية أكثر الطرق شيوعاً لنشر المعلومات والحقائق الصحية. ولجعل المحاضرة ذات فائدة تشقيفية أكبر، ويجب أن تشرك معها الطرائق الأخرى ولا سيما الوسائل البصرية

المساعدة مثل الملصقات والشرائح والصور على اللباد. ويجب أن يتقيد الحديث بالخلفية المحلية، ومثال ذلك استعمال الآيات القرآنية والأحاديث النبوية والأمثال والأغاني والمناقشة ووسائل الإيضاح العملي ولعب الأدوار. وإعداد حديث صحيح جيد لا بد من التحضير على النحو التالي:

- معرفة المجموعة
- اختيار الموضوع المناسب
- إدراج النقاط التي ينبغي تليط العزء عليها في لائحة
- التفكير في الوسائل البصرية المساعدة
- التدرب على الحديث بأكمله.

الأمثال

الأمثال أقوال مأثورة قصيرة صادرة عن الفطرة السليمة تنتقل من جيل إلى آخر. وهي تنبع من تجارب الناس في كل ثقافة وتتضمن نصائح تتعلق بكيفية سلوك الفرد. وفي مجال التثقيف الصحي يمكن للأمثال أن تدعم أو توضح نقطة ما تدور حول الصحة يحاول المعلم شرحها. ويعد استكشاف الأمثال المحلية أمراً مفيداً جداً ولا سيما إذا كان لهذه الأمثال علاقة بالتثقيف الصحي.

الأساطير

الأساطير هي قصص خيالية تروى بأنها قابلة للتصديق للأطفال وعلى مدى الأجيال، وكثيراً ماتكون الشخصيات فيها من الحيوانات. قد توضح للكبار أيضاً القيم الهامة في المجتمع. ويمكن استخدامها للأفراد وللجماعات، ويمكن للكبار أن يستخدموا الأساطير في مجال التثقيف الصحي ولأولادهم، لأنها في غالب الأحيان تصف كيف يمكن للسلوك أن يؤثر على الصحة.

القصص

يمكن للقصص أن تكون مصدراً للتسلية والمتعة، وأن تعلم التاريخ، وأن تنشر الأخبار والمعلومات، وأن تكون بمثابة دروس حول السلوك، ويمكن استخدامها لتوصيل المعلومات والأفكار، ولتشجيع الناس على النظر في مواقفهم وقيمهم ومساعدتهم على وضع القرارات الخاصة بحل مشكلاتهم الصحية. ويمكن أن تروى للأفراد وللجموعات الصغيرة والكبيرة وللمجتمعات وللمناطق من خلال استعمال المذياع والصحف المحلية.

الحاضرون الزائرون

كثيراً ما يستقدم المحاضرون الزائرون موضوعات التثقيف الصحي لإلقاء الخطابات القصيرة على المجموعات وعلى الكبار في بعض الأحيان. وينصح أن ينتقى أمثال هؤلاء المحاضرين بعناية وأن يزودوا بلمحة موجزة عن بنية وطبيعة مجموعة الكبار الذين سيتحدثون إليهم. ويجب أن يكونوا من الأشخاص المرجعيين مثل الممارسين من الأطباء، والعاملين الصحيين وقادة المجتمع أما المعالجون التقليديون فيلجأ إليهم إذا لم يكن بالإمكان توفير غيرهم في المجتمع.

وهناك طرق أخرى تلائم التثقيف الصحي مثل الأغاني والمسرحيات، والألعاب... ولكنها أكثر ملاءمة للأطفال، إلا أنه يمكن للمعلم استخدامها إذا لاحظ استجابة إيجابية لها عند الكبار. ويوضح الجدول -2- مزايا ومساوئ بعض طرائق التعليم والوسائل التثقيفية في مجال التثقيف الصحي.

الجدول 2 : مزايا ومساوىء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوى	المزايا
1- المحاضرة	
<ul style="list-style-type: none"> • تبقي الطلاب في حالة لا فاعلة • لاتساعد تعلم كيفية حل المشكلات • لاتتقدم أي احتمال للتأكد من سير عملية التعلم • لاتسمح بفسحة لتعلم الأفراد • نقص مستوى قابلية الاستيعاب 	<ul style="list-style-type: none"> • توفير واضح في الوقت (للمعلم) وللموارد • وجود المعلم (الحضور) • تشمل مجموعة كبيرة من الطلاب • تعطي شعوراً بالأمان
2- الأنشطة في مجموعات صغيرة	
<ul style="list-style-type: none"> • تكلفة كبيرة في الوقت والأشخاص (ما لم يستخدم التعليم بالنظراء (*)). 	<ul style="list-style-type: none"> • تسمح بالحوار بين الطالب والمتعلم (بسبب وجود المعلم) • تسهل التقييم
3- الإيضاحات العملية	
<ul style="list-style-type: none"> • عدد الطلاب محدود • تبقي الطلاب في حالة لا فاعلة (عدا الملاحظة) • تقدم إمكانية ضئيلة للتأكد من سير عملية التعلم • كلفة كبيرة في الوقت والأشخاص • صعوبة إعادة عرض الإيضاحات العملية بهدف اكتساب الكفاءة 	<ul style="list-style-type: none"> • وجود المعلم (الحضور) • إضفاء الشعور بالأمان • تطور نوعية الملاحظة • تضمن التماس الوثيق مع المشكلات المحسوسة • تسهل اكتساب مهارات التواصل التطبيقية والذهنية • تقدم الحقيقة لا بدائلها • تسهل التقديم المنطقي، خطوة فخطوة • تلفت الانتباه • توضح الطرق الصحيحة لتنفيذ المهام المعقدة • تُقدّم في مواجهة المستمعين

(* (peer teaching)، طريقه في التعليم يقوم فيها واحد من المتعلمين بتعليم نظيره

الجدول 2 : مزايا ومساوىء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوىء	المزايا
	<ul style="list-style-type: none"> • تُمكنُ من طرح الأسئلة • تقلل من تخريب الأجهزة والمواد عندما • يمارس الطلاب عملاً تطبيقياً بعد ذلك
6- العمل الميداني	4- العمل 5- التعليم إلى جانب السرير
<ul style="list-style-type: none"> • كلفة عالية في المواد والأشخاص والمواصلات • تشمل مجموعة محدودة من الطلاب • أحياناً تضع المرضى في موقف صعب • يصعب تطبيق المعايير عليه • استخدام ضيق الحدود ولذا يتطلب تخطيطاً حذراً 	<ul style="list-style-type: none"> • يجعل الطلاب في حالة من النشاط. • يسمح بتقييم الدرجة التي وصلت إليها الأغراض (المهارات التطبيقية والتواصل) • يطور قدرات الملاحظة واتخاذ القرارات • يتضمن التماس الوثيق مع الواقع (المهنيون، الحالة الصحية في البلد، الزملاء المعلمون) • يسمح بالمقارنة بين النظرية والممارسة • يمكن الطلاب من تطوير الثقة بالنفس • يزيد من الشمولية
	7- التمثيل
<ul style="list-style-type: none"> • تستهلك الكثير من الوقت، وتعتمد بشكل كبير على خيال الطلاب 	<ul style="list-style-type: none"> • تتاح للطلاب فرصة تطوير مهارات التواصل الفعلي واكتساب الارتجاع البناء من نظائريهم ومن المعلمين وذلك في الحالات الخاضعة للإشراف • يساعد الطلاب عبر ممارسة الحالات المشحونة بالعواطف وتقدم لهم فرصة الحلول محل شخص آخر ينمي الإحساس بالتعاطف مع الآخرين وتفهمهم

الجدول 2 : مزايا ومساوىء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوىء	المزايا
<p>8- الكتب والنشرات والتعلم المبرمج المأخوذ من الكتب وإثارة الدافع إلى التعلم عن طريق (مجموعات التعلم الذاتي)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • تجعل توفّر الكفاءة التثقيفية الخاصة ضروريا • تكاليف استثمارية إضافية عالية (في وقت المعلمين، وفي المال) • لا تحتاج لمشاركة حرة وفعالة من المجموعة 	<ul style="list-style-type: none"> • تمكن الطلاب من العمل بالطريقة التي يفضلونها • تسهل عملية التقييم الذاتي بالسرعة التي تلائمهم • تمكن من تطبيق التعليم الجماعي بكفاءة عالية • متوفرة بكثرة • يسهل اتخاذ القرارات (حل المشكلات المعقدة) • ينقص المخساطر (عند المرضى وفي المجتمع) • تمنع حصول الانحياز الناتج عن وجود معلمين سيئين • تسمح للمعلمين الجيدين بتوفير الوقت الذي يمكن استغلاله في أنشطة أكثر تعقيداً مثل العلاقات بين الأشخاص • يمكن تحديثها إلى أقصى حد بإدخال التطويرات العلمية وهي تحتوي على إحالات إلى الوثائق الأخرى
<p>9- الأشياء الحقيقية والعينات</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • قد لا تتوفر بسهولة • غير ملائمة من حيث الحجم، وخطرة أثناء الاستعمال • مكلفة أو غير قابلة لتوسيع نطاق استعمالها • في العادة لا يمكن استخدامها إلا في مجموعات صغيرة • سريعة العطب أحيانا • صعوبات الحفظ والتخزين 	<ul style="list-style-type: none"> • تعرض الحقيقة، لا بدائلها • مجسمة ذات ثلاثة أبعاد • تسمح باستخدام جميع الحواس في الدراسة

الجدول 2 : مزايا ومساوئ بعض الطرائق التدريسية ووسائل الشقيف المختلفة

المساوئ	المزايا
10- النماذج وأدوات المحاكاة	
<ul style="list-style-type: none"> • تحتاج لاشغال يدوية عند إنتاجها محلياً • كثيراً ما تكون النماذج المحاكية غالية الثمن • لا تستخدم إلا في المجموعات الصغيرة • كثيراً ما تكون النماذج سريعة العطب • لا تماثل أبداً طريقة التطبيق على مريض • يجب الحذر من التعلم غير الصحيح 	<ul style="list-style-type: none"> • مجسمة ذات أبعاد ثلاثة وتعرض مفهوماً واقعياً • حجمها يسمح بفحصها عن كثب. • جيدة في الحالات المكبرة (كما في آلية عمل الأذن الوسطى) • يمكن استخدامها لإيضاح الوظيفة الى جانب إيضاح التركيب • يمكنها أن تسمح بتعلم أساليب مختلفة وممارستها • يمكن صناعة بعضها من المواد المحلية
11- الرسوم البيانية، (المخططات، الرسوم التمثيلية الملصقات، اللوحات، المطبوعات الفوتوغرافية)	
<ul style="list-style-type: none"> • للعدد القليل من المستمعين فقط (ما لم تعرض بأجهزة الإسقاط والرشق) • لا بد من توفر فريق عمل مدرب لضمان استخدامها بشكل مفيد 	<ul style="list-style-type: none"> • تعزز ترابط المعلومات • تساعد في تنظيم المواد • الصور الفوتوغرافية أقرب للحقيقة من أجهزة النسخ ومن الرسوم، ولكن الجمح بينها له قيمة في كثير من الأحيان • سهولة التحضير والنسخ غالباً (الصور الفوتوغرافية بالأبيض والأسود) • سهولة التخزين والفهرسة والاسترجاع
12- السبورة أو اللوح القلاب	
<ul style="list-style-type: none"> • يعطي المعلم ظهره للمشاهدين • لا يزيد عدد المستمعين عن خمسين • الرسوم المرسومة على السبورة بعناية عرضة للمحو ولا يمكن المحافظة عليها للاستخدام في المستقبل • لا بد من توفر المهارة الكبيرة أو الاستخدام بشكل فعال (نادراً ما يتعلم المعلمون ذلك) 	<ul style="list-style-type: none"> • ليست غالية الثمن، ويمكن تصنيعها محلياً • يمكن استخدامها في تقديم مجموعة كبيرة من الرسوم التخطيطية. • تسمح بالتركيب الطبقي، المتدرج، للبنية أو المفهوم، وتنظيمها

الجدول 2 : مزايا ومساوىء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوى	المزايا
13- لوح اللباد ، رسوم اللباد التخطيطية (وتنطبق معظم النتائج على اللوح المغناطيسي)	
<ul style="list-style-type: none"> • لعدد محدود من الحضور • وسيلة يصعب استخدامها بشكل مقنع 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن استخدامه مراراً • يمكن تحضيره في العادة من مواد متوفرة محلياً • صالح لإظهار العلاقات المتغيرة • يستلفت الانتباه عند استخدامه • يمكن تكييفه لإشراك المجموعة
وسائل يمكن عرضها بالراشق	
14- الصور الثابتة - رشق الصور الكثيفة	
<ul style="list-style-type: none"> • تستلزم التعقيم الكامل لإظهار عرض واضح (باستثناء النماذج الغالية الثمن جداً) • ضخمة صعبة النقل • تحتاج للكهرباء 	<ul style="list-style-type: none"> • تضخيم المواد المرسومة أو المطبوعة من أجل عدد كبير من الحضور • تفادي الحاجة لإنتاج الشرائح والشفائف • يمكن عكس الصور المكبرة على لوحة أو على السبورة ثم نسخها • يمكن عرض بعض الأشياء أو العينات بجهاز الراشق
15- الشفائف المعدة للرشق	
<ul style="list-style-type: none"> • تحتاج للكهرباء • الأجهزة والأدوات اللازمة لإنتاجها معقدة، والشفائف غالية • غير ملائمة في العادة لمواد التصوير الفوتوغرافية بسبب كلفتها العالية (رغم توفر أداة ملائمة لاستعمال الشرائح من قياس 35مم) • ينحصر استخدامها بالمعلم وحده عادة إذ ليس من السهل جعلها ملائمة لاستخدام المتعلم 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن عرضها بجهاز العرض الراشق في ضوء النهار الكامل وبوجود عدد كبير من الحضور • تعرض في مواجهة الحضور • يسهل تحضيرها نسبياً من مواد محلية • يمكن رسم المواضيع بصورة سابقة أو تحضيرها على مراحل مع المجموعة • يمكن توضيح الحركات والعمليات وغيرها بواسطة نماذج شفافة أو مصنوعة من مادة البيرسبكس الملون

الجدول 2 : مزايا ومساوئ بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوئ	المزايا
16- الشرائح وأشرطة الصور	
<ul style="list-style-type: none"> • الترتيب الثابت للإطارات في الشريط يحد من استخدامه • يحتاج لتعتيم جزئي للعرض ما لم تستخدم شاشة عرض خلفية أو شاشة عرض نهائية • إن نسخ الشرائح الملونة مكلف (بل هو مستحيل في كثير من البلدان) 	<ul style="list-style-type: none"> • ملائمة للأعداد الكبيرة من الحضور • إنتاجها سهل نسبياً كما أن نسخها (بالأبيض والأسود) سهل • هي الأرخص من بين أشكال الوسائل البصرية • سهولة الملازمة مع مجموعات كتيبات التعليم الذاتي • الأجهزة متوفرة لعرضها وإسقاطها بدون منبع كهربائي (البطاريات فقط)
17- الصور الصغيرة	
<ul style="list-style-type: none"> • صغير جداً بالنسبة للرؤية الواضحة بالعين المجردة • رغم توفر الأجهزة الرخيصة للاستعمال الفردي، فإن الأجهزة الخاصة بالإسقاط للمجموعات الكبيرة غير متوفرة دائماً 	<ul style="list-style-type: none"> • سهولة التخزين لأعداد كبيرة من الوسائل البصرية • يمكن معها تبادل المعلومات في المجموعات المتوفرة • سعر كل صورة رخيص إذا أمكن تأمين عرضه لمجموعات كبيرة • صغيرة وخفيفة وسهلة التبادل
18- الأفلام (قياس 8 مم و16 مم)	
<ul style="list-style-type: none"> • لا تسمح بتقييم الذات • الأفلام مكلفة وصعبة الإنتاج • الأفلام الخاصة بالأفراد مكلفة نسبياً • تحتاج للكهرباء • أجهزتها صعبة النقل • التعتيم ضروري للمشاهدة (إلا عند استخدام شاشة خلفية) • الأفلام المستوردة قد تحتوي معلومات غير ملائمة (راجع المواد الواردة في المزايا 6) 	<ul style="list-style-type: none"> • قريبة من الواقع لامتيازها بالحركة والصوت • الأفلام قياس 16 مم تناسب المجموعات الكبيرة من الحضور، فيما تناسب الأفلام من قياس 8 مم المجموعات الصغيرة فقط • تختصر الوقت والمكان • تبعث الانفعال، وتستطيع أن تطور المواقف وتطرح المشكلات، وتظهر الخبرات والمهارات • الأفلام من عيار 8 مم تفيده في التعليم الفردي • مصدر جيد للتعلم إذا سبقت بمقدمة للمعلم وإذا تلتها مناقشة

الجدول 2 : مزايا ومساوىء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوى	المزايا
19- الدارة التلفزيونية المفتوحة	
<ul style="list-style-type: none"> • إخراج برنامج تلفزيوني باهظ التكاليف ويتطلب مجموعة على درجة عالية من الخبرة والمهارة • أجهزة الاستقبال باهظة الثمن وصعبة الصيانة • لايسمح بالتأثير المتبادل أو بالتغذية الراجعة • يضطر المتعلم لمسيرة البرنامج ولايستطيع إعادته 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن تكييفها لتلائم المجموعات الصغيرة أو الكبيرة من المستمعين ويمكن بثها لمسافات بعيدة • يمكنها لفت انتباه المستمعين والمداومة على ذلك • تستطيع إثارة العواطف وترسيخ المواقف وتوضيح المشكلات • تحافظ على طاقات العاملين بالبحث لمسافات بعيدة
20- الدارة التلفزيونية المغلقة وأشرطة الفيديو بأشكالها المختلفة	
<ul style="list-style-type: none"> • تكلفة عالية في البداية لمعدات الإنتاج ولما تتطلبه من فريق مدرب • تحتاج للكهرباء، وعلى الرغم من أن الأجهزة القابلة للنقل تعمل على البطارية، فإن هذه بحاجة للشحن من مصدر للطاقة • أجهزة الاستقبال غالية الثمن وتحتاج للصيانة 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن تكييفه ليلائم المجموعات الصغيرة والمتوسطة من الحضور • يمكن إعادة اشربة الفيديو لتتناسب مع جدول التعلم • تنطبق عليه مزايا الفلم (القسم 18) 1,3,4 • له قيمته في تضخيم الصررة، وتسجيل المواقف الدقيقة والتعليم على نطاق ضيق، وتسجيل التطورات في المتلازمات السريرية أوفي التجارب العلمية «فهي تنقل القرية إلى الفصل المدرسي» وتسجل حالات الإسعاف ... الخ • الأجهزة القابلة للنقل يمكن أن تعمل بالبطارية من أجل التسجيل المداني
21- البث الإذاعي	
<ul style="list-style-type: none"> • يحتاج لمراق استوديو خاص ولفريق خصوصي للبث الإذاعي (ولكنها أقل تكلفة وأقل تعقيداً من التلفاز) 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن تكييفه ليلائم المجموعات الكبيرة والصغيرة في مناطق متباعدة • يمكن أن تبث المحاضرة لعدد من الصفوف في وقت واحد

الجدول 2 : مزايا ومساويء بعض الطرائق التدريسية ووسائل التثقيف المختلفة

المساوي	المزايا
<ul style="list-style-type: none"> • يجب على الطلاب التكيف مع جدول ثابت وعدم سلوك طريقة أخرى • لامجال للتفاعل المتبادل وللانجماع لدى المستعمن 	<ul style="list-style-type: none"> • قادر على لفت الانتباه والمحافظة عليه • أجهزة الاستقبال رخيصة نسبياً وتعمل على البطاريات • إذا ما أرفقت بمواد محاضرة (مثل التلفزة والراديو) فقد تصبح أداة تعليمية محسنة
22- التسجيلات الصوتية	
<ul style="list-style-type: none"> • استخدام الكثير من أوامر الإرجاع إلى الخلف لتلبية احتياجات التعلم الفردية • يتطلب التسجيل ذو النوعية الجيدة وتوفر تسهيلات الاستوديو 	<ul style="list-style-type: none"> • يمكن تكييفها لتلائم أي حجم للحضور • مناسبة بشكل خاص لتعلم الأفراد والمجموعات الصغيرة • بسبب التسهيلات المتمثلة في وقف الشريط وإرجاعه إلى الخلف، يمكن للطلاب استعماله • تتوفر منها أجهزة تعمل على البطاريات وتلقم بالعليات (الكاسيت)، والعليات رخيصة • استعمالات متعددة لتزويد الشرائح المتسلسلة بالصوت، وفي التعليم على نطاق ضيق، ولسماع الأصوات... الخ

8 - الوسائل التعليمية المساعدة

ينبغي أن يتمثل الهدف من أي مادة تعليمية مجدية في التواصل السريع والواضح والذي يمكن تذكّره؛ ولتن كان من الواجب إعداد المواد فإن من الواجب أيضاً عدم اللجوء إليها إلا عند أدائها التواصل على الوجه الأكمل، وبطريقة أسرع من أي طريقة أخرى متوفرة. فالوسائل التعليمية المساعدة لا تتصف بهذه الصفة إلا لأنها تسهل التعلم وتساعد المعلم في توضيح وتحسين مالتعليمه من أثر. ويعتمد الاستخدام الملائم لهذه المواد على الفهم والخبرة والممارسة ولكل نمط من الوسائل التعليمية المساعدة مزاياه وحدوده ودواعي استعماله الخاصة به، وفي فروع معينة من مجالات التعلّم. وعلى المعلمين أن يلاحظوا أن وسائل الإعلام المسموعة والمرئية هي وسائل تعليمية مساعدة وليست طرقاً تعليمية. وينبغي أن يكون المعلم على قدر من الكفاءة في استخدام الوسائل التعليمية المساعدة وفي اختيار الأكثر ملاءمة منها لكل يوم على وجه الخصوص ولكل مجموعة من الطلاب ولكل موضوع.

مزايا استخدام الوسائل التعليمية المساعدة الوسائل التعليمية المساعدة:

- تجعل المفاهيم المجردة محسوسة بدرجة أكبر
- تؤمن الشمولية في توصيل المعلومات
- تتيح لمقدم المعلومات قدراً أكبر من التنوع في نقل المعلومات
- تعمل على تأمين العديد من الطرق لتلقي المعلومات المتباينة قدر الإمكان
- تعمل على تكوين الخبرة المشتركة لدى الحضور المعنيين

دلائل اختيار الوسائل التعليمية المساعدة

- يجب أن يبنى اختيار الوسائل التعليمية المساعدة على أساس قابليتها لإنجاز مهمة التواصل النوعي بشكل أفضل مما يؤمنه الشخص المقدم.
- يجب أن يتم تحديد نمط المادة المستخدمة وفقاً لنمط المعلومات المقدمة ونوعية الحضور.
- ينبغي على المعلم أن يختار الوسيلة التعليمية المساعدة على أساس ما يتوقع أن تقدمه في مجال تحسين كفاءة وفعالية نقل المعلومات إلى الحضور.
- على المعلم أن يدخل في حسابه الجوانب التالية قبل اتخاذ قرار يتعلق بالوسائل التعليمية:
 - التكلفة
 - توفر المواد وأماكنها
 - الزمان والمكان اللازمين (من الجهة اللوجستية)
 - ملاءمتها للموضوع
 - بساطتها وواقعيتها
 - وثيقة صلة لغة وثقافة الأفلام والصور الفوتوغرافية بلغة المجموعة وثقافتها
 - إعطاء الأفضلية للوسائل التعليمية المساعدة ذات القيمة والمضمون الديني والاجتماعي.

أنماط الوسائل التعليمية المساعدة

السيبورة

تعد السبورة من أكثر الأدوات التعليمية توفراً على نحو مريح، وهي إما أن تكون مثبتة على الحائط، وإما أن تكون متنقلة. واستخدامها يكاد يقتصر بشكل كامل تحت إشراف المدرس. وإذا كانت البساطة أكثر مزايا السبورة أهمية فإن الكتابة السيئة من حيث الحجم أو من حيث المحتوى هي أكثر سيئاتها شيوعاً سواء بالنظر إلى الحجم أم الصياغة، فينبغي تعديل حجم الأحرف وفقاً لمسافة الرؤية من الصفوف الأخيرة، ويجب على المعلمين الابتعاد عن الإكثار من الرسم على السبورة، فذلك مما يفقد الاهتمام ويسبب شرود الأذهان وعلى المعلمين أن يبذلوا قصارى جهدهم للوقوف في مواجهة الصف أثناء استعمالهم للسبورة.

لوح اللباد

لوح مغطى بغطاء من اللباد الذي يمكن تثبيت الصور والكلمات عليه بواسطة دبابيس لتقوية أو لتوضيح الرسائل المطلوب نقلها. وهو يساعد الطلاب على أن يروا ما يقوله المعلم خلال الدرس ويجب أن يكون واضحاً لكل الموجودين في الصف، شأنه في ذلك شأن الملصقات، وليس صنعه بالعسير جداً، ويمكن تحقيق المشاركة في استخدامه.

الملصقات

هي لوحات ورقية كبيرة، أبعادها 60-90 سم عليها كلمات وصور ورموز تحمل رسالة ما. يمكن استخدام الملصقات بشكل فعال في:

- تقديم المعلومات والنصح
 - تقديم التوجيهات والتعليمات
 - الإعلان عن الأحداث الهامة وعن البرامج
- ويمكن أن تكون المجموعة المستهدفة صغيرة أو كبيرة، وقد تشمل المجتمع بأكمله ويجب اتباع القواعد التالية عند تحضير الملصقات:
- جميع الكلمات باللغة المحلية
 - كلمات قليلة وبسيطة
 - ينبغي استخدام الرموز التي يفهمها الأميون
 - استعمال الألوان له قيمته في لفت الانتباه
 - عدم التعبير عن أكثر من فكرة واحدة في الملصق الواحد، إذ أن الكثير من الأفكار في ملصق واحد يؤدي إلى تشويش الناس وإضعاف تأثير الملصق.
- ينبغي أن يحاول المعلمون إشراك الطلاب في تحضير الملصقات، فذلك مما يستأثر باهتمام الناس ويساعدهم على تعلم المزيد مما يتعلق بالصحة.

العروض

يتكون العرض من مواد مرتبة يستطيع الناس النظر إليها والتعلم منها، وتحقق العروض النجاح الأكبر عند استخدام مواد متنوعة للفت انتباه الناس. وتقدم العروض الأفكار والمعلومات المتعلقة بموضوع واحد، وهي تقام في الأماكن التي يمر بها عدد كبير من الناس ويرونها وتتألف

عادة من ملصقات وصور فوتوغرافية وأشياء حقيقية وفماذج. وينبغي ترتيب المعروضات ضمن نظام منطقي يمكن الناس في أن يفهموا وأن يتابعوا ما يفهمونه. ويجب شرح كل مادة من مواد المعرض بالكلمات أو الرموز أو الصور، لأن الناس لن يجدوا من يسألونه المساعدة في فهم المواد المعروضة.

الصور الفوتوغرافية

تعد الصور الفوتوغرافية وسائل تثقيفية مفيدة، لأنها تستطيع نقل الحالات والأشياء كما هي عليه في الواقع بالضبط. ويمكنها أن تظهر الأفكار الجديدة والمهارات الجديدة وهي تُمارس. وتمثل قيمتها التعليمية الرئيسية في مساعدة الناس على مشاهدة الظواهر والأحداث المألوفة لديهم إلى جانب الظواهر والأحداث الجديدة بالنسبة لهم والتي لا يمكن تصورها. كما أنها تُكّن من فهم الأشياء بسهولة بأدنى قدر من الشرح الكلامي. وعند اختيار الصور الفوتوغرافية ينبغي على المعلم أن يلاحظ مايلي:

- أن تكون الصورة في حد ذاتها جذابة لدرجة تكفي للفت انتباه الطلاب
- أن تكون الصورة كبيرة لدرجة تكفي لرؤيتها من آخر الصف
- أن تكون دقيقة، صادقة، حديثة وذات علاقة بالموضوع المدروس.

يمكن عرض الصور الفوتوغرافية على ألواح مغناطيسية أو لثايدية أو على لوحة الإعلانات ، كما يمكن رشقها بالراشق للحصول على المزيد من التكبير لها.

المواد المعروضة بجهاز الراشق

تعد المواد التي تعرض باستعمال جهاز الراشق مواداً تثقيفية بسيطة تظهر للناس الذين يستخدمون جهاز العرض الرأسي، وهو آلة لا يمكن استعمالها إلا بالكهرباء ووجود شخص خبير في تشغيلها، وتفيد المواد المستعملة في أجهزة الراشق بتركيز الاهتمام على النقاط الأكثر أهمية في المحاضرة أو في الخطاب، كما تفيد في تعليم الناس مهارات جديدة إذا كانت المناقشات أو الممارسة ممكنة في الحالة التعليمية. وهي تفيد مجموعة لا يزيد تعدادها عن 30 شخصاً، ولكنها لا تفيد في المجموعة الكبيرة إذ لن يستطيع البعض الرؤية. وهناك أنماط مختلفة من أجهزة الراشق: الراشق للشرائح، الراشق للصور الورقية... إلخ وينبغي أن يتعلم المعلمون طرق استخدام جميع هذه الأنماط بشكل جيد لتحقيق المهام التثقيفية الملقاة على عاتقهم على نحو ملائم.

الأفلام

تلقي الأفلام قبلاً على الصعيد الجماهيري لما تقدمه من حركة وصوت وصورة، فهي وسيلة تواصل مفيدة، وهي تمثل أقصى ما وصل إليه التطور التكنولوجي في مجال الوسائل التعليمية المساعدة في الوقت الحاضر، سواءً عرضت على شاشة كبيرة أو صغيرة أو عبر التلفزيون. إذ يستطيع الناس من خلالها تعلم السلوك والمواقف والقيم الجديدة. وقد تم تطوير الأنماط التالية من الأفلام لأهداف تعليمية ولتنفيذ أنواع شتى من المهام التثقيفية.

- أفلام مصممة لإثارة الأسئلة والمناقشات
- أفلام مصممة لتحقيق الفهم
- أفلام مصممة لعرض المعلومات الأساسية
- أفلام مصممة لإثارة الدافع إلى التجربة

- أفلام مصممة لتعليم مهارات وطرق التشغيل
- أفلام الأشكال الإيضاحية وأفلام المحاضرات.

وتعد الأفلام وسيلة تثقيفية قيمة بالنسبة للمعلمين لجاذبيتها البصرية والسمعية فهي تشد الانتباه وتساعد المتعلمين على تخطي الحواجز في عملية التعلم.

أشرطة التسجيل

يمكن لأشرطة التسجيل (الكاسيتات) أن تزود الناس بالمعلومات الصحية وتعزز الرسائل الصحية. وهي تستخدم عادة في مجموعات المتعلمين، وهناك أنماط مختلفة من برامج الأشرطة تتضمن المحاضرات، والبرامج الإذاعية، وتسجيلات المناقشات، والألعاب. ويستطيع المعلم أن يستخدمها في تعزيز ما يحمله من رسائل صحية، ويمكن للأشرطة أن تستخدم في نسخ جميع أشكال التسجيلات الصوتية المباشرة وغير المباشرة من مصادر سجلت سابقاً كأسطوانات الحاكي أو البرامج الإذاعية والتلفزيونية. ويمكن تخزين الأشرطة المسجلة واستخدامها وقت الحاجة في أي جهاز مناسب.

الشرائح وأشرطة الأفلام

يؤمن كل من الشرائح وأشرطة الأفلام تتابعاً للصور التي يمكن إظهارها، الواحدة تلو الأخرى لتكوين تصوير بصري قوي لما يقوله المعلم، وتتشابه الاستخدامات الأساسية للشرائح والأشرطة الأفلام، ولا بد من استخدامها مصحوبة بالوسائل السمعية البصرية الأخرى مثل الأفلام واللوحات والتسجيلات الصوتية للحصول على نتائج أفضل.

ويعد اصطناع الشرائح أمراً سهلاً عادة عند توفر معدات التصوير المباشر عليها. ومن مساوئها أنها سريعة العطب وتتطلب علب تخزين خاصة بها.

أما أشرطة الأفلام فتأتي بشكل لفافات صغيرة مع شرائح في حواملها، وترفق جميعها بتعليقات أو ملاحظات تماشى مع الصور. ويمكن للمعلم الكبار أن يختار الأداة الأكثر ملاءمة وفقاً للموضوع الصحي الذي يتناوله.

الإذاعة

تعتبر الإذاعة أكثر الوسائل فعالية لأنها تصل إلى عدد كبير من المستمعين حاملةً رسائل هامة. ويمكن للبرامج الإذاعية أن تخدم أغراضاً متعددة، وفي تثقيف الكبار تصمم برامج إذاعية خاصة لاستكمال التعليم. وتختلف المساحة التي يغطيها البث الإذاعي إلى حد كبير، إلا أن للإذاعة إمكانية الوصول إلى قطاعات واسعة من الناس. فإذا منحت محطة الإذاعة أو التلفزيون قدراً من الوقت للبرامج الصحية، فعلى المعلمين أن يظهروا الحماسة الشديدة في إعلام طلابهم ووضع الإعلانات في الصفوف وحث كل فرد على الاستماع. وينبغي على المعلمين دعوة الطلاب الكبار للقاء في مكان مناسب للاستماع إلى الإذاعة بشكل جماعي إذا كان ذلك مفيداً ممكناً، ويمكنهم أيضاً أن يطلبوا منهم القدوم قبل بدء البرنامج ببضع دقائق ليتمكنوا من تقديم الموضوع.

التلفزيون

للتلفزيون تأثير قوي على الناس، إذ يمكنه توسيع معارفهم والتأثير على الرأي العام وإدخال طرق جديدة للحياة. وقليل من الناس من يجادل فيما للتلفزيون من إمكانيات لتثقيف الناس.

وقد اتسع نطاق استعماله في المدارس والمعاهد الصحية سواءً للتعليم المباشر أو لإثراء المعلومات. وهو أيضاً مفيد في مجال التثقيف الصحي. وفي الحقيقة هناك وسيلة جديدة لها إمكانية عظيمة في التثقيف الصحي، ألا وهي أفلام الفيديو. إذ تعرض هذه الأفلام في بعض المناطق من قبل المعلمين الصحيين والمجموعات المحلية على مجموعات صغيرة من الحضور، أما الفائدة الغالبة فهي إتاحتها الوصول إلى بيوت الملايين من الناس، وللدائرة التلفزيونية المغلقة تطبيقات في الحالات التثقيفية، إذ يمكن أن يكون لها فائدة عظيمة في مجال التثقيف الصحي، وتعد البرامج التلفازية التثقيفية المعدة وفق برنامج زمني كأداة تعليمية إضافية. ومن المفيد جداً عرض المواضيع الروثاقية مثل تلوث البيئة والتدخين، وسوء استعمال الأدوية وتنظيم الأسرة والأنماط المختلفة من المشكلات الصحية.

الصحف والمطبوعات

إن الغرض الرئيسي من الصحف يتمثل في نشر المعلومات، فهي تطبع الأخبار، والصور والمقالات الافتتاحية، ويمكن إدخال المواضيع الصحية التي تناسب أي باب من هذه الأبواب إذ يمكن للصحافة أن تلعب دوراً هاماً جداً في زيادة المعارف الصحية عند الناس، وهناك بعض المجلات المصممة خصيصاً للتثقيف الصحي للكبار، وقد يكون لمثل هذه المجلات فائدة قصوى لا سيما في مرحلة التحرر من الأمية. كما يمكن استخدام مختلف المطبوعات مثل الرسائل الدورية، والنشرات، والكتيبات، والمجلات والكتب بشكل فعال في مجال التثقيف الصحي للكبار وعند إعداد المادة المطبوعة لابد من إدخال النقاط التالية في الحساب:

- الأهداف والأغراض
- القراء المستهدفين
- الميزانية
- الجدول الزمني
- التوزيع.

ومن المفيد أن يتم تسجيل كل من الاحتياجات والأغراض والأهداف والرسائل جميعاً على الورق، وربما أمكن تشجيع الكبار على إنتاج مجلاتهم الصحية الخاصة بهم. وقد تكون هذه المجلات مجلة حائط وتعد كمشروع ينتظم فيه أفراد الصف. وفي هذا الحالة يمكن للرسامين المحليين أن يكونوا مفيدين للغاية.

اللوح المطوي أو القلاب

يصنع اللوح المطوي من عدد من الملصقات التي يراد عرضها الواحد بعد الآخر مما يؤدي لتقديم عدة جوانب أو خطوات من الموضوع الرئيسي، وتفيد هذه الملصقات بإعطاء المعلومات أو بتقديم التعليمات أو تسجيل المعلومات، وتعد المجموعات الصغيرة خير من يستفيد من هذه الطريقة، وتصنع الألواح المطوية أو القلابية في معظم الأحيان من قبل المعلمين أنفسهم لبساطة صنعها، إذ تضم الملصقات أو اللوحات المنفردة بعضها إلى بعضها في الأعلى وذلك باستخدام إحدى الوسائل العديدة التي تلتصق الأوراق على طول العصا الخشبية مثل الصمغ أو الخيطان أو المسامير أو الخياطة، وينبغي حماية الألواح من التمزق أو التفكك إثر تكرار استعمالها وذلك بربطها إلى شيء - ما كالعصا الخشبية مثلاً.

يمكن للوح المطوي أو القلاب أن يحكي قصة من خلال عرض كل فكرة من خلال لوحة أو ملصقة. ويبلغ الحجم الوسطي لكل لوح مطوي أو قلاب خمس ملصقات، وينبغي شرح محتوى كل لوحة بإسهاب قبل الانتقال إلى اللوحة التي تليها، ومن الأهمية بمكان أن نراعي احتواء كل ملصقة على فكرة واحدة منفصلة مع عدد قليل من الكلمات البسيطة والواضحة.

اللوحة المغناطيسي

وهو أحد البدائل المقاومة للرياح التي تحمل لوح اللباد. وذلك باستخدام قطع صغيرة من رقائق القصدير مع مغناطيس صغير أو قطع ممغنطة من الحديد. ويمكن على سبيل المثال، استخدام وشيعة تحريض مأخوذة من سيارة قديمة أو الاستعانة بكهربائي أو ميكانيكي. وتشبيبت القطع الحديدية الممغنطة على ظهر الصور بواسطة الصمغ أو الأشرطة اللاصقة مما يجعلها تلتصق باللوح المعدني. ويمكن استخدام اللوح المغناطيسي كسبورة أيضاً إذا ما دهن بلون أسود غير لماع.

البطاقات الوامضة

هي بطاقات تظهر سلسلة من الصور والرسائل، ويمكن أن تستخدم في حكاية قصص أو في تعليم المهارات بشكل تدريجي. ويمكن ترتيبها بطرق مختلفة وفقاً لما يعتقد المعلم أنه الأكثر ملاءمة للنرض. ويعتمد حجم البطاقات على الطريقة التي ستستخدم بها وعلى حجم الصف، ويمكن استخدام البطاقات الوامضة فيما يلي:

- تعليم المفاهيم الرئيسية للرعاية الصحية
- البدء بالمناقشات التي تساعد الناس على أن ينظروا نظرة انتقادية إلى العوامل الجسدية والاجتماعية التي تؤثر على صحتهم
- القيام بالألعاب التثقيفية.

النماذج

تشبه النماذج الصور والأفلام من حيث عرضها لأشياء تبدو كأنها حية، إلا أن تمثيلها يمتاز بكونه ثلاثي الأبعاد، ويمكن تقديرها على نحو أفضل من خلال اللمس والشعور بها باليد، فهي تضيف حاسة «اللمس» وهو الشعور الذي كثيراً ما يُفْتَقَد في الرسائل البصرية المرروضة بالراشق، كما أن النماذج المجهزة بأجزاء مصممة للتحرك بشكل يشبه الحالة الطبيعية سوف تظهر الشكل الذي يعمل عليه الشيء الحقيقي، وغالباً بشكل مبسط لإيضاح المبادئ الأساسية. وعند صناعة النماذج يمكن أن تستخدم جميع أنواع المواد، إلا أن من المفضل استخدام المواد المحلية التي طُرحت جانباً أو التي يمكن الحصول عليها بكلفة زهيدة.

هذه القائمة من الوسائل التعليمية المساعدة ليست شاملة، ولكنها تحوي معظم الوسائل التعليمية التعليمية المساعدة التي يحتاج إليها في التثقيف الصحي للكبار، أما الوسائل التعليمية المساعدة الأخرى مثل الرسوم التخطيطية، واللوحات والرسوم البيانية، والرسوم الكاريكاتورية ولوحات الحائط، والنماذج المقتطعة (من بعض المطبوعات) والرسوم البيانية والصور والتمثيل التصويري والتعليم المبرمج فيمكن استخدامها في صفوف تثقيف الكبار إذ تبيّن أنها ملاءمة لاستكمال ما تحويه القائمة الأساسية. ويلقي الجدول 2- الضوء على مزايا ومساوي الوسائل التعليمية المتوفرة على اختلافها، والطرائق التعليمية المختلفة. وينصح المعلمون بأخذ هذه الأمور بالحسبان قبل قيامهم بالاختيار الأكثر ملاءمةً.

9 - التوظيف والتدريب والتقييم

إن توفير هيئة حسنة الانتقاء من المدرسين ذوي الكفاءة العالية. وبأعداد معقولة مع توفير التدريب اللازم لهم يعد أمراً ضرورياً لتطوير التثقيف الصحي للكبار وللمجتمعات وصبه في قالب معين. ويجب التمييز بين التثقيف والتدريب والتوجيه. وعلى حين ينظر إلى التثقيف بشكل عام على أنه عملية تساهم في تطوير الفكر والقدرات والشخصية فإن التدريب ينظر إليه، في منظوره الملموس والعلمي إلى حد أبعد، على أنه يؤدي إلى اكتساب المهارات.

أما التوجيه فهو العملية التي لها علاقة أوثق بإدخال الأفراد إلى البيئة الجديدة وبالبرنامج الجديد أو بالمهارات الجديدة، ومن هذه الوجهة ينبغي أن يركز تدريب المعلمين في مجال التثقيف الصحي للكبار على العناصر التالية.

المحتوى

يجب أن يتخذ المحتوى أهدافاً نوعية، معقولة، يمكن مراقبتها وقياسها وتحقيقها فيما يتعلق باحتياجات المجتمع. ويجب أن يكون المنهج التدريبي شاملاً وعملياً، كما يجب أن تشمل عناصره الأساسية المواضيع التالية:

- علم نفس تعليم الكبار
- طرق ووسائل تثقيف الكبار
- طرق اختيار واستخدام الوسائل التعليمية المساعدة
- مبادئ الرعاية الصحية الأولية
- دراسة مفصلة لمحتوى الوحدات والفعاليات في مرشد المعلم لتثقيف الكبار وكتاب مرجع المعلم
- علم اجتماع الجماعات التي تشمل خدمة المجتمع والمبادئ الأساسية للاعتماد على الذات والمشاركة
- مبادئ وطرائق لمحو الأمية الوظيفي وتثقيف الكبار بشكل عملي
- العمل الميداني والزيارات.

المعلمون

ينبغي أن تتألف الهيئة التدريسية من التربويين من ذوي التجربة السابقة في كل من الصحة وتثقيف الكبار.

المتدربون

يجب انتقاء المتدربين من بين المعلمين ذوي الخبرة والذين يتمتعون بالتجربة السابقة والاهتمام بالتثقيف الصحي.

التقييم

ينبغي أن يكون التقييم المنهجي جزءاً لا يتجزأ من برنامج التدريب، ويجب استخدام آلية للتغذية الراجعة ضمن البرنامج لتقييم كل من المدربين والمتدربين.

مدة التدريب

تمتد الفترة الوسطية المعقولة لبرنامج التدريب من 10-15 أسبوعاً وذلك تبعاً للتسهيلات والإمكانات المحلية، وللموارد وللاحتياجات. وتغطي تلك الفترة كلاً من الجوانب النظرية والتطبيقية للبرامج، ويجب أن يتم تنسيق برنامج التدريب بين وزارتي الصحة والثقافة، كما يمكن طلب المساعدة من الجامعات ومن معاهد البحوث، ولا بد لبرنامج التدريب من قائد يضطلع بمهمة التخطيط والتنسيق بين الموارد والإشراف على العمليات ومتابعة المشاركين ويمكنه أن يطلب المشورة من لجنة تدريب صغيرة يمكنها أن تقدم المساعدة في عمليات صياغة برنامج تدريبي مفيد وواقعي.

كما يمكن للجنة أن تساعد في كل من متابعة الطلاب وتقييم البرنامج، ويساعد إدخال خبير في التقييم ضمن اللجنة بشكل أكيد أعضاء الهيئة في تحديد أهداف البرنامج التي يمكن قياس إنجازها وتدبير إجراءات لجمع الأدلة المتعلقة بفعالية البرنامج، وبالإضافة إلى ذلك، فإن وجود خبير في التقييم كجزء متكامل من فريق التخطيط سيساعد على ضمان أن الأنشطة المخطط لها تسهل إنجاز أهداف البرنامج.

ويعد التسلسل التالي مرشداً مفيداً في تدريب العاملين الصحيين:

- 1- حدد المشكلة.
- 2- حدد أهداف التعلم.
- 3- استكشف ما يعرفه العاملون في صحة المجتمع (وغيرهم) عن المشكلة.
- 4- قسم محتوى التعلم إلى ما يجب على المتدربين تعلمه وما ينبغي أن يكون في وسعهم عمله
- 5- اعتمد على ما يعرفه المتدربون وما يمكنهم عمله.
- 6- اختر طرائق التعلم والتعليم وسجلها في لائحة بالنظام الذي تتلاءم به مع أغراض التعلم على أفضل وجه.
- 7- قدِّره، وقيِّم البرامج التي نفذها العاملون في صحة المجتمع (أوغيرهم).

10- الوحدات الصحية - تعليم الكبار

<p>القسم أ : المفاهيم الصحية الأساسية الوحدة 1 : المسؤولية والصحة</p>
<p>الأهداف التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none">• أن نستكشف المشكلات والقضايا الرئيسية، وأسباب الحالة الصحية السيئة في المجتمع• أن نحدد أولئك الذين يتخذون القرارات الهامة الخاصة بتحسين الأحوال الصحية في المجتمع
<p>الحقائق التي يراد تعلمها</p>
<ul style="list-style-type: none">• معنى المسؤولية• أن الناس لكي يتمتعوا بالصحة، فإن عليهم أن يأكلوا غذاء جيداً وكافياً، وأن يشربوا ماءً نقياً، وأن يعملوا ويعيشوا في بيئة نظيفة، وأن يمارسوا عادات صحية• المشكلات الصحية والاحتياجات الصحية للمجتمع• المرافق الصحية المتوفرة في المجتمع• طرق إشراك المجتمع في برامج الرعاية الصحية الأولية، سواء في رسم السياسات أو في العمليات اليومية• فهم الآلية والأبعاد المختلفة للتثقيف الصحي في المنطقة، مثل : من يقوم بالتثقيف وأماكن التعليم• معرفة الأسباب الشائعة للأمراض• دور المداوين التقليديين في المجتمع، الإيجابي منه والسلبي
<p>الأنشطة التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none">• قَدِّم لمفهوم المسؤولية والصحة بالاستشهاد للصف، من القرآن الكريم والحديث النبوي الشريف، بتلك الأمثلة التي تشجع الكبار على تحمل مسؤولية صحتهم• اشرح معاني السورة أو الحديث الذي تختاره• اشرح معاني الكلمات في النص وألتي الضرو - على الحكمة من وراء هذه الكلمات• اطلب من أعضاء المجموعة أن يرووا الأمثال والأساطير والقصص التي يعرفون، أنها تناسب موضوع المسؤولية والصحة• حاول تقديم المساعدة لأعضاء المجموعة لاستعراف بنية المرافق الصحية في مجتمعهم• قم بدعوة العامل في صحة المجتمع أو من يقوم مقامه لإلقاء الأحاديث في الفصل حول الجوانب المختلفة للمسؤولية والصحة

الأنشطة التعليمية (تتمة)
<ul style="list-style-type: none"> • قم بإشراك المجموعة في مناقشة مشكلاتهم الصحية الشخصية أو الجماعية مع العامل في صحة المجتمع أو من يقوم مقامه • إ طرح الأسئلة التي تبعث الحيوية في المناقشات وذلك لإشراك جميع أعضاء المجموعة في تبادل الآراء حول موضوع المسؤولية والصحة. خذ المداوي التقليدي كأحد الأمثلة التي يجب مناقشتها • حاول تنظيم زيارة جماعية إلى المركز الصحي في المجتمع، فالممارسة طريق الكمال • اكتب جميع الأفكار في لائحة على السبورة
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشة في مجموعة • التمثيل • السبورة • الصور الفوتوغرافية • الزيارات الميدانية • أي طريقة أخرى يجدها المعلم مفيدة وملئمة لموضوع الوحدة

<p style="text-align: center;">الوحدة 2 : جسم الإنسان</p>
<p style="text-align: center;">الأهداف التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • أن نتعرف على الأجزاء الرئيسية لجسم الإنسان ووظائفها
<p style="text-align: center;">الحقائق التي يراد تعلمها</p>
<ul style="list-style-type: none"> • تشريح جسم الإنسان • نمو جسم الإنسان وتطوره • احتياجات جسم الإنسان، من طعام جيد، ماء نظيف، ونوم، ورياضة، واستجمام.. إلخ
<p style="text-align: center;">الأنشطة التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • حدد مجالات التطور والنمو: <ul style="list-style-type: none"> - جسماً - نفسياً - انفعالياً • ناقش احتياجات جسم الإنسان • ركّز الانتباه على أهمية الرياضة والاستجمام • أكد على أثر الصلاة في المحافظة على جسم صحي ولياقة بدنية، وعلى نفسية جيدة ومقدرة على مواجهة الكروب
<p style="text-align: center;">الطرائق والوسائل التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشة في مجموعة • لوحة الحائط • السبورة • أي وسيلة أو طريقة أخرى ملائمة ومتوافرة

<p>القسم ب : الصحة الشخصية الوحدة 3 : النظافة الشخصية</p>
<p>الأهداف التعليمية</p>
<p>• أن نفهم أثر نظافة البيت والمجتمع في التمتع بحياة صحية</p>
<p>الحقائق التي يراد تعلمها</p>
<ul style="list-style-type: none"> • النظافة هي أهم عادة صحية أساسية • الطعام التنظيف والماء التنظيف ضروريان للصحة • من الضروري وجود مرحاض نظيف داخل المنزل أو قريباً منه • من المهم غسل اليدين قبل الطعام وبعده • من الضروري أن يغتسل الأطفال وأفراد العائلة الآخرين بماء نظيف • من المهم ارتعال الأحذية أو حتى الصنادل المصنوعة محلياً ، لأن بعض الديدان تدخل الجسم عبر القدمين العاريتين • يجب عدم التبول أو التغوط في الماء أو في الأرض الرطبة أو الظليلة • البصق عادة سيئة لأن البلغم يحوي الجراثيم التي تسبب الأمراض
<p>الأنشطة التعليمية</p>
<p>النشاط 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • ابدأ الدرس بقراءة الحديث الشريف (النظافة من الإيمان) • اشرح الحديث وبين الحكمة منه • اسأل المتعلمين عن أفكارهم وعن كيفية تفاعلهم مع الحديث في منازلهم وفي حياتهم الاجتماعية • اطلب من أحد المتعلمين أن يفتح مناقشة تدور حول هذا الحديث • حاول إشراك كامل أفراد المجموعة بالمناقشة <p>النشاط 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • اشرح للمتعلمين الحكمة من الوضوء وتكراره في اليوم قبل كل صلاة • هي - قليلاً من الماء - التنظيف، وتوضأ به أمام الصنف، شارحاً كل خطوة من خطوات الوضوء - وما تساهم به في تأمين النظافة <p>النشاط 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • اذكر للمتعلمين الحديث الشريف « اتقوا الملاعن الثلاث : البراز في الماء الراكد والطريق والظل »

الأنشطة التعليمية (تتمة)

- اشرح معاني الحديث وناقش أهميته مع المجموعة ولا سيما خطورة التبرز في الماء الراكد وفي الأماكن الظليلة التي لا تطهرها الشمس
- بين للصف أن بإمكانهم الحصول على الماء النظيف بالترشيح أو بالغلي أو بالتطهير، وناقش مع المجموعة كيفية حماية مصادر المياه من التلوث
- اطلب إلى العاملين في صحة المجتمع أن يحدثوا المجموعة عن الغذاء أيضاً وعن ضرورة حمايته من التلوث
- اطلب إلى العاملين في صحة المجتمع أن يوضحوا للمتعلمين كيفية اختزان الطعام وحمايته من القوارض والحشرات والذباب والأوساخ
- أشرك المتعلمين في مناقشة هذه المواضيع

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
 - المناقشات
 - الزيارات في مجموعات
 - الإيضاح العملي
 - الملصقات والصور الفوتوغرافية
 - الأفلام (إذا وجدت)
- ملاحظة مهمة
- يجب أن يكون المعلمون والعاملون بصحة المجتمع قدوة يحتذى بها في العادات الشخصية الجيدة المتعلقة بالنظافة الشخصية وفي الحياة الصحية في المجتمع، وسوف يقوم المجتمع بتقليدهم.

الوحدة 4: صحة الفم
الأهداف التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • أن نتعلم كيفية العناية بالأسنان واللثة، حتى نتمكن من تناول الطعام بشكل جيد، والكلام بشكل جيد، والتمتع بمظهر حسن
الحقائق التي يراد تعلمها
<ul style="list-style-type: none"> • عندما يفرط الناس في تناول الحلويات أو شرب المشروبات المحلاة فإن أسنانهم تتعرض للنخر وتصاب لثاتهم بالمرض • إذا واطب الناس على تنظيف أسنانهم عقب كل وجبة، فإنهم سيحولون دون تراكم بقايا الطعام بين أسنانهم وتعرض أسنانهم للتلف
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح للمتعلمين الحديث الشريف « السواك مطهرة للفم مرضاة للرب » وبين لهم أن المراد بالسواك تنظيف الأسنان بواسطة فرشاة الأسنان والمعجون أو المسواك • اشرح للمتعلمين لماذا يجب المحافظة على الفم والأسنان بحالة صحية جيدة، وبين لهم كيف يفعلون ذلك • استعمل فرشاة الأسنان ومعجون الأسنان لتوضيح كيفية تنظيف جميع السطوح السنية في فمك أمام المتعلمين • اشرح للمتعلمين خطورة التهاب اللثة ونخر الأسنان. وما تحصله من آثار سلبية على الصحة العامة • انصح المتعلمين بأن يعلّموا الأطفال عدم تناول كميات كبيرة من الحلويات والسكريات والكعك والمشروبات المحلاة، ولاسيما في ما بين الوجبات • وضح باستخدام الوسائل التعليمية المساعدة الأسباب المختلفة لأمراض الأسنان وطرق الوقاية منها • استخدم النماذج والرسوم البيانية عند توافرها لجعل أفكارك أكثر وضوحاً • وضح للطلاب طريقة صنع مسحوق مفيد للأسنان في المنزل من مكونات محلية ، إذا لم يكن معجون الأسنان متوافراً أو كان غالي الثمن • أكد على الجوانب الدينية في الحث على نظافة الفم والأسنان.
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الإيضاحات، النماذج، والرسوم • الصور الفوتوغرافية

الوحدة 5: العناية بالعينين والأذنين والأنف والجلد والشعر والقدمين

الأهداف التعليمية

1-5 العينان

- أن نعرف كيفية العناية بالعينين

الحقائق التي يراد تعلمها

- أن يعمل الناس كل ما بوسعهم لحماية بصرهم
- كيفية التعرف على أمراض العين وإصابتها وكيفية معالجتها
- أن على الكبار والأطفال تناول قوت متوازن غني بالفيتامين (أ) الذي يوجد في الأوراق الخضراء للخضراوات وفي الجزر والفواكه مثل المانجو والبابا
- أن على الكبار أن يعلموا أطفالهم عادات النظافة وتجنب إصابة أعينهم أثناء اللعب بالدمى أو مع الأطفال الآخرين

الأنشطة التعليمية

- إبدأ بالقاء كلمة عامة حول الإبصار وكيف يتمتع الناس بالحياة على نحو أفضل عندما يستطيعون رؤية الأشياء والألوان ويستطيعون القراءة والكتابة
- ارسم صورة للعين واكتب عليها أسماء أجزائها
- استخدم العصا المشيرة لتري الصف الأجزاء الأربعة الرئيسية للعين: الحدقة، القرنية، والملتحمة
- اشرح بإيجاز وظائف كل جزء من أجزاء العين الأربعة
- وضع كيفية تنظيف العين مع التأكيد على أهمية غسلها كل يوم ولاسيما عند الأطفال
- اشرح خطوات إزالة القذى من العين
- أكد على حقيقة أن الناس يمكن أن يصابوا بأمراض العين إذا ما مسحوها بأيديهم المتسخة أو بالملابس القذرة وإذا أهملوا حمايتها أثناء عملهم
- اطلب إلى المتعلمين الذين يستعملون النظارات، أن يتحدثوا إلى زملائهم عن أسباب وفوائد استعمال النظارات
- أوضح للمتعلمين كيف يتعاملون مع حروق العين بالنار أو الحرارة أو بالمواد الكيماوية، وذلك وفقاً للخطوات التالية:
 - اغسل العين المصابة على الفور بكمية كبيرة من الماء النظيف
 - ضع مرهم التتراسكلين العيني في باطن الجفنين
 - خذ المصاب فوراً إلى المستشفى أو إلى المركز الصحي

الطرائق والوسائل التعليمية	
	<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • الإيضاح العملي • التمثيل • الرسومات
الأهداف التعليمية	
	<p style="text-align: right;">4-5 الأنف</p> <ul style="list-style-type: none"> • أن نفهم أهمية كشف علامات وأعراض الأمراض الشائعة في الأنف وطرق معالجتها
الحقائق التي يراد تعلمها	
	<ul style="list-style-type: none"> • أن الأعراض الشائعة لأمراض الأنف والحنجرة يمكن ملاحظتها من خلال ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> - التنفس من الفم بشكل مستمر - تضخم اللوزتين - تكرار الإصابة بالزكام (نزلات البرد) - إفراز أنفي وانسداد مستمر للأنف - رائحة كريهة من الفم والأنف • انسداد أنفي أو مفرزات أنفية غزيرة قد تنشأ من الإصابة بالبرد أو من التحسس • إن تراكم كميات كبيرة من المخاط في الأنف قد يسبب التهاب الأذن لدى الأطفال وأمراض الجيوب لدى الكبار <p style="text-align: right;">التأكيد على ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> - يمكن للإصابة بالبرد أن تصبح خطرة جداً إذا لم تعالج باكراً أو بشكل مناسب - يجب معالجة الأطفال فور إصابتهم بالبرد - يجب على الكبار الخلود للراحة وتناول الأدوية عند إصابتهم بالبرد.
الطرائق والوسائل التعليمية	
	<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الوسائل التوضيحية • العروض

الأهداف التعليمية	
5-5 الأذنان	<ul style="list-style-type: none"> • فهم سبب أهمية العناية بالأذنين.
الحقائق التي يراد تعلمها	
<ul style="list-style-type: none"> • التعرف على الأمراض الأذنية الشائعة • طرق التعامل مع الطفل الأصم • التعرف على أعراض وعلامات التهاب الأذن • كيفية العناية بالأطفال الذين يعانون من ألم أذني وذلك بتنظيف القحيح من الأذنين كل يوم بلقافات قطنية على أعواد خشبية رقيقة. 	
الأنشطة التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • قدم للموضوع بالتأكيد على أهمية السمع لدى الأطفال والكبار • محاولة ملاحظة السلوك الذي يشير إلى وجود فقد السمع بين عناصر المجموعة • محاولة القيام بمسح جماعي لتقصي حالة السمع بمساعدة إخصائي محلي أو بمساعدة أحد العاملين في صحة المجتمع المتخصصين في مجال السمع • التوصية بإجراء مسح لحالة السمع بفواصل 2-3 سنوات • ارسم شكلاً توضيحياً للأذن على السبورة وشرح للصف وظائف الأجزاء الرئيسية فيها • استخدم الشكل التوضيحي للأذن لتوضيح كيفية تنظيف أو معالجة مختلف أقسام الأذن • استخدم الملصقات والصور الفوتوغرافية لتعزيز شرحك • اشرح ربوضوح كيف يمكن للصف ملاحظة أمراض الأذن عن طريق مايلي: <ul style="list-style-type: none"> - خروج المفرزات من الأذن - إدارة الرأس من أجل السماع - فقد القدرة على السمع الجيد، كما يشير إلى ذلك الإجابة بأجوبة غير متوقعة - عدم الاستجابة • أشرك الصف في مناقشات تدور حول كل من المواضيع السابقة الذكر بالاعتماد على تجاربهم المنزلية أو تجاربهم ضمن المجتمع • لخص الأفكار الرئيسية على شكل نقاط 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الوسائل التوضيحية • العروض 	

الأهداف التعليمية	
5-6 الجلد	<ul style="list-style-type: none"> • فهم سبب أهمية الكشف عن علامات وأعراض الأمراض الجلدية الشائعة وكيفية معالجتها
الحقائق التي يراد تعلمها	
	<ul style="list-style-type: none"> • الأمراض الجلدية خطيرة ويجب معالجتها فور ظهورها • على الكبار تدارك خطر ظهور كتل تحت الجلد • الأمراض الجلدية تشتمل على: طفح على الوجه أو الجسم، وقرحات على الوجه والجسم، وجلد شديد الجفاف أو زيتي، وصنبان على الشعر، ويقع عديمة الشعر، وخدوش كثيرة. • اشرح للصف أن خطر الأمراض الجلدية يمكن إنقاذه بغسيل الجسم بشكل منتظم بالماء والصابون للتخلص من الغبار والعرق، ولبس الملابس النظيفة • اطلب من أفراد الصف أن يبلغوا المركز الصحي فوراً عن أي جرح أو مرض جلدي أو لدغ الحشرات المؤذية، وإذا كان المريض يعاني من الحمى فلا بد من تذكيره بأن أكثر الكتل خطورة هي التي تلاحظ في الأماكن التالية: - حول العنق (في المقدمة، أو على الجانبين، أو في الخلف) - في الإبطين - في الأربيتين - في الثدي • ناقش هذه المواضيع وحاول إلقاء الضوء على تجارب أفراد الفصل الشخصية في مجال الأمراض الجلدية وكيف عالجوها • اعرض بعض الصور الفوتوغرافية والرسوم التي توضح الأنماط المختلفة من الأمراض الجلدية
الطرائق والوسائل التعليمية	
	<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • وسائل الإيضاح • العروض • الصور الفوتوغرافية
الأهداف التعليمية	
7-5 و 8-5 الضمير والقدمين	<ul style="list-style-type: none"> • فهم سبب أهمية العناية بالشعر والقدمين.

الحقائق التي يراد تعلمها	
<ul style="list-style-type: none"> • وهي أن على الناس العناية بشعرهم وقدميهم، بغسلها بالصابون والماء، بصورة نظامية دائمة 	
الأنشطة التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • ذكر الطلاب بأنهم عندما يتوضؤون إنما ينظفون شعرهم وأقدامهم، بصورة عملية، خمس مرات يومياً • اطلب من أحد الطلاب أن يتوضأ أمام رفاقه • هيء ماءً نظيفاً • اطلب من الطلاب الذين لا يتوضؤون أن يتوضأوا من أجل سلامتهم وصحتهم • إدفع المجموعة إلى مناقشة هذه المواضيع 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • التمثيل • العروض 	

الوحدة 6: الطعام والتغذية

الأهداف التعليمية

- التعرف على احتياجات الطعام ومصادره المحلية في المجتمع
- معرفة العلاقة بين الطعام والتغذية والنمو والتطور

الحقائق التي يراد تعلمها

- يحتاج الإنسان للطعام لكي يحيا وينمو ويحصل على الطاقة ويحمي نفسه من الأمراض
- التعرف على المجموعات الرئيسية من الطعام (البروتينات الحيوانية، البروتينات النباتية، النشويات والدهون الفيتامينات والمعادن والماء)
- يحتاج الأطفال لكمية كبيرة من الطعام الصحي لكي ينموا أقوياء وأصحاء، وإذا لم يتوفر ذلك فسيصابون بالمرض، وسيتوقف نموهم
- العادات الضارة بالصحة مثل شرب الكحول وتناول الطعام الخالي من القيمة الغذائية والأطعمة التي يقدمها الباعة المتجولون

الأنشطة التعليمية

- قدم للموضوع بتلاوة الآيات التالية من سورة البقرة: « يا أيها الذين آمنوا كلوا من طيبات ما رزقناكم واشكروا لله إن كنتم إياه تعبدون، (171) إنما حرم عليكم الميتة والدم ولحم الخنزير (172) »
- اشرح معاني الكلمات ومعاني الآيات مع تركيز الانتباه إلى الحكمة من الاستشهاد بالآيات
- أشرك المجموعة بمناقشة عامة حول الطعام واحتياجات جسم الإنسان إلى الأنماط المختلفة منه
- أسأل الطلاب هل يعرفون أية شواهد أخرى من القرآن الكريم أو من الحديث النبوي الشريف حول الطعام والصحة
- اكتب ما قاله الطلاب على السبورة في قائمة.
- صنف أنواع الطعام التي ذكرها الطلاب إلى الفئات التالية واكتبها على السبورة:
 - أ - أطعمة ضرورية لكي نعيش: البروتينات، الدسم، السكريات، الفيتامينات، المعادن، الماء
 - ب - أطعمة ضرورية لكي ننمو: الحبوب، القمح، الذرة، الأرز، والدخن
 - ج - أطعمة ضرورية لتمدنا بالطاقة: الدسم الصرفة (الزيوت، الزبدة والشحوم) أطعمة غنية بالدسم (المجوز البذور الزيتية، اللحم المدخن، جوز الهند) السكريات (السكر، العسل، دبس السكر، قصب السكر، الجكر (سكر التخل)
 - د - أطعمة ضرورية لوقايتنا: الفيتامينات والمعادن والمواد المساعدة للوقاية الواقية التي توجد في الخضراوات (الخضراوات ذات الأوراق الخضراء القائمة، البندورة، الجزر، الفلفل الأخضر) وفي الفواكه (المنجة، البرتقال، والبابايا) وفي البيض ولحم الدجاج، واللحوم ومنتجات الألبان والسمنك وزيت السمك

الأنشطة التعليمية

- بين أن المجموعة (أ) من الأطعمة تعرف بالأطعمة الأساسية، وأن المجموعة (ب) منها تعرف بأطعمة النمو، أما المجموعة (ج) فتعرف بأطعمة الحركة بينما تعرف المجموعة (د) بأطعمة الوقاية
- لخص حقيقة أن طعامنا يتألف من:
 - أطعمة أساسية
 - أطعمة النمو
 - أطعمة الحركة
 - أطعمة الوقاية
- يتبني علينا تناول الطعام من كل مجموعة في كل يوم لكي:
 - نستطيع أن ننمو بشكل كافٍ (ولا سيما بالنسبة لأطفالنا)
 - للحصول على الطاقة اللازمة للعمل
 - لكي نقي أنفسنا من بعض الأمراض مثل (العشاوة وفقر الدم)
- تعرف، بمشاركة المجموعات، على الأطعمة المحلية المتوفرة في المجتمع، واعمل على تصنيفها وفقاً للمجموعات الأربعة من الأطعمة التي ذكرت سابقاً
- أكد على حقيقة أن من الواجب إعطاء الأطفال غذاءً متوازناً يحتوي على جميع الأنماط الأربعة المذكورة من الأطعمة، ولاسيما أطعمة النمو: من المنتجات الحيوانية (اللبن، اللحم، الدجاج، السمك، البيض) والخضراوات (البقوليات، البازلاء (البسلي) والفول السوداني وفول الصويا (واللوز وماشابهه) والبذور الزيتية (السمسم، عباد الشمس)
- وضع سبب وجوب عرض الأطفال للفحص الصحي المنتظم خلال السنوات الأولى من حياتهم
- اطلب المساعدة من أحد العاملين في صحة المجتمع المحليين لشرح كيفية استخدام لوحة النمو، وماذا يستطيعون أن يفعلوا للتأكد من أن الطفل ينمو بشكل سوي
- تأكد من فهم أفراد الصف لوجوب معرفة جميع أفراد العائلة باحتياجات الطفل والتي تتمثل في النوم المنتظم والتغذية الملائمة، وإتاحة الوقت له للعب، كما يجب عليهم معرفة علامات الخطر الدالة على تدهور صحة الطفل (مثل توقف نمو الطفل أو إصابته بالحمى أو بالإسهال)
- اشرح الفرق بين النمو والتطور، فالنمو يعني الازدياد بالحجم، بينما التطور يعني المقدرة على أداء المزيد من الأعمال
- أشرك الصف في مناقشة مفهومي النمو والتطور فيما يتعلق بأطفالهم
- لخص المناقشة بأن تذكر للصف بأن هناك أربعة معالم رئيسية في تطور الطفل
 - يستطيع الطفل الجلوس بدون مسند عندما يتراوح عمره بين 6-8 شهور
 - يستطيع الطفل المشي بدون مساعدة عندما يبلغ عمره 18 شهراً
 - يستطيع الطفل نطق كلمات متفرقة دارجة الاستعمال وأن يظهر أنه يعرف ماذا تعني في عمر سنتين
 - يستطيع الطفل نطق 3-4 كلمات مجتمعة بشكل جملة قصيرة عندما يكون عمره بين 2.5-3 سنوات.

الأنشطة التعليمية (تتمة)

- لا تنس أن تذكر الكبار بأن لبن الأم هو أفضل غذاء للطفل خلال الأشهر الأربعة الأولى
- ذكر أيضاً بأن من الواجب وزن الأطفال بشكل منتظم
- ادع أحد العاملين في صحة المجتمع للحديث في الصف عن طعام الأطفال ولبيان كيفية وزن الطفل، وموضعه
- حدث الصف عن بعض العادات التي نعتادها وتضر بصحتنا كثيراً
- خصص بالحديث تعاطي الكحول والطعام الخالي من القيمة الغذائية وأطعمة الشوارع من حيث كونها أكثر العادات شيوعاً وخطراً، ووجوب الإقلاع عنها بسبب خطورتها، ويجب عدم الإعتياد على تناولها
- أكد على حقيقة أن الإسلام يحرم تعاطي الكحول، وأن الكحول ألحق الكثير من الأذى فيما من يتصل به، وأن ضرره لا يقتصر على من يتناوله (بحدوث تشمع الكبد لديهم وغيره من الأمراض) بل يتعدى ذلك إلى الأسرة وإلى المجتمع عبر العديد من الطرق، مثل فقدان المقدرة العقلية أثناء السكر، وفقدان احترام الذات عند الصحو، وهو يؤدي إلى الكثير من التعاسة، وفقدان القوى واللجوء إلى العنف
- اعرض للصف صوراً فوتوغرافية ووسائل إيضاح أخرى تبين تشمع الكبد، وحاول أن تشرح بكلمات بسيطة مايعنيه ذلك بالنسبة لصحة الفرد
- اشرح المخاطر الاقتصادية التي تترتب على الأشخاص الذين ينفقون أموالهم على الكحول. وبين أن هذا المال الذي يصرف على الكحول ينبغي أن تشتري به الأسرة الطعام والدواء والملابس .. الخ
- أشرك الفصل في مناقشة عامة حول آفات الكحول. بوصف تجاربهم الخاصة مع الأصدقاء - والجيران، والأقرباء، أوريا تجاربهم الخاصة
- شجع الصف على تنظيم حملة مضادة للكحول في المجتمع
- زود الصف بالملصقات والصور الفوتوغرافية، وكل المواد المتوفرة التي تساند الحملة وتساهم في إنجاحها
- يجب الانتفاع من المساجد وفي مساندة المسلة. ولا سيما أيام الجمع

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات في مجموعات
- التمثيل
- الصور الفوتوغرافية، الملصقات والوسائل التوضيحية الأخرى
- وسائل الإيضاح
- الأفلام (إذا توفرت)

الوحدة 7: الصحة الاجتماعية والنفسية

الأهداف التعليمية

- فهم الجوانب المختلفة للصحة الاجتماعية والنفسية

الحقائق التي يراد تعلمها

- الإضطرابات الانفعالية مثل الكرب والحزن والميل للعصبية وسرعة التهيج والقلق أو فقدان الاحترام من قبل المجتمع. وهذا يؤدي إلى مشكلات جسدية ونفسية خطيرة ويجعل الحياة صعبة للغاية

الأنشطة التعليمية

- إبدأ بإقامة عملية تواصل جيدة في الصف
- شجع أفراد الصف على المساهمة وعلى التواصل بشكل واضح في المواضيع التي تتعلق بالصحة الاجتماعية والعقلية
- بيّن للدارسين أن الاضطرابات النفسية هي التي تؤثر على عقول الناس ومشاعرهم وسلوكهم.
- اطلب من الصف استعراف الأشخاص المصابين باضطرابات نفسية في مجتمعهم واطلب منهم أن يشجعوا هؤلاء الأشخاص على حل مشكلاتهم الخاصة بمساعدة أقرانهم وأصدقائهم وجيرانهم.
- وأخبر الطلاب بأن في استطاعتهم معرفة الأشخاص المصابين باضطرابات نفسية بسهولة، لأنهم في معظم الأحيان يتصرفون بعنف ويبدون بمظهر غاضب أو ذاهل عن نفسه ولا يعتنون بشيائهم ويصرخون دون أن يكون لديهم سبب يدعو لذلك ويهددون بقتل أنفسهم، وقد فقدوا الذاكرة وهم يهربون من البيت ويتعاطون كميات كبيرة من الكحول أو المخدرات ويمتنعون عن الطعام.... الخ
- أخبر الدارسين أن المداوين التقليديين ورجال الدين في غالب الأحيان يقدمون النصح ويعالجون الناس المصابين باضطرابات نفسية
- حاول الاحتكاك بالمداوين التقليديين ورجال الدين وتقديم المساعدة لهم أو طلب مساعدتهم عندما تحتاج إلى ذلك
- وضح أن من الواجب تقديم الطعام والشراب والمعالجة للمصابين بالاضطرابات النفسية وأن تتم معاملتهم برفق
- أشرك المجموعة في مناقشة مستفيضة

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- التمثيل
- النماذج

الوحدة 8: السلامة والأمان

الأهداف التعليمية

- تعلم كيفية التعرف على الأخطار وتطوير إجراءات للوقاية من الحوادث وضمان إجراء فحوص منتظمة لكل الإجراءات، لتقصي فعاليتها واستخدامها المستمرين

الحقائق التي يراد تعلمها

- الحوادث شائعة بين الأطفال والشباب في سن المراهقة وبعض هذه الحوادث خطير وقد يؤدي للموت، وكثير منها يترك ندبات أو إعاقة مدى الحياة

الأنشطة التعليمية

- أخبر الصف أن أكثر الحوادث شيوعاً لدى صغار الأطفال الذين يعبون ويمشون بخطرات قلقلة مضطربة حول المنزل هي:
 - الجروح، والحروق بالنار، وحروق الماء أو الزيت أثناء الغلي أو القلي
 - السقوط الذي يؤدي إلى الجروح والكسور إثر التسلق أو الركض
 - التسمم بشرب الكيروسين أو المواد الكاوية (كلور البوتاسيوم) أو بمبيدات الحشرات أو تناول سموم الجرذان أو أنواع الغثيق السامة أو الحبوب الدوائية الأخرى. . . الخ
 - الغرق في الأنهار والبحيرات والبرك والآبار. . . الخ
- ذكر الصف بأن حوادث الطرق أكثر شيوعاً بين الأطفال الأكبر سناً والمراهقين وأكد على حقيقة أن على الكبار أن يهتمو ويعتنوا بأطفالهم ولاسيما لوقايتهم من الحوادث داخل المنزل
- ناقش مع الصف الاحتياطات التي يمكن للمجتمع أن يتخذها لتقليل المجازفة بالتعرض للحوادث إلى أقل حد ممكن، إذ يستطيع المجتمع، على سبيل المثال، أن يقوم بما يلي:
 - يغلق الآبار القديمة الناضبة
 - يضع الأسوار والحواجز حول الأماكن الخطرة
 - يضع علامات تحذير للناس حول الأماكن الخطرة
 - يوقر خدمات الإغاثة
- اجمع المعلومات المتعلقة بالحوادث التي وقعت في المجتمع
- ناقش أسباب وقوع هذه الحوادث
- ناقش، مع الصف مقترحات من أجل تجنب أمثال هذه الحوادث في المستقبل
- شجع الطلاب على تشكيل لجنة للحوادث
- ناقش مع قادة اللجنة كيفية جعل الطرق والأماكن الأخرى الخطرة مأمونة بالنسبة للناس

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الزيارات الدراسية
- الملصقات
- الصور الفوتوغرافية
- الأفلام

الوحدة 9: أسلوب الحياة

الأهداف التعليمية

- تعلم كيفية ممارسة الحياة الأفضل وتلبية الاحتياجات الصحية اليومية ومعالجة المشاكل المتصلة بها معالجة قائمة على الحس الدقيق وبشكل فعال وكافٍ

الحقائق التي يراد تعلمها

- إن الأمراض التي تنتج عن نمط الحياة هي الأمراض القلبية والأمراض النفسية والأمراض النفسية الاجتماعية والإصابات الناجمة عن الحوادث، وسوء استعمال الأدوية، والأمراض المعدية المنتقلة عن طريق الممارسة الجنسية والإيدز، وبعض أنواع السرطان، وهي من الشدة بحيث تسبب الوفاة أو الموت، شأنها في ذلك شأن الأنواع الأخرى من الأمراض
- إن الاستخدام الرشيد والمحدود للأدوية يعد أحد الأهداف الهامة للتحقيق الصحي
- إن مفتاح الصحة الجيدة يكمن في الطعام وليس في الدواء، وخاصة لدى من يعانون من الجوع والضعف. فعلى الكبار شراء الطعام بدلاً من الفيتامينات
- إن التدخين والكحول وتعاطي الأدوية تشكل عوامل خطر على الصحة

الأنشطة التعليمية

النشاط 1: صياغة نمط الحياة

- ابدأ بتسجيل الممارسات والعادات التي تعتبر غير صحية في المجتمع بشكل عام في لائحة
- ناقش سبب كونها غير صحية مع إعطاء الأمثلة على ذلك
- اطلب من المجموعة أن تطرح الأسئلة وأن تناقش كل عادة أو كل نمط سلوكي على حدة
- سجل جميع العناصر السلبية التي أدلى بها الطلاب، في لائحة
- استشهد ببعض الأمثال المعروفة التي تؤكد على جوانب السلوك الجيد وتشني على الصحة الجيدة مثل: "الصحة كنز أو تاج على الرأس . . ."
- شجع المجموعة على تلاوة بعض آيات القرآن الكريم والاستشهاد ببعض الأحاديث النبوية الشريفة، أو ذكر بعض الأمثال التي تشيد بالصحة الجيدة والعادات الحميدة وتنتقد العادات الضارة في الأسرة وفي المجتمع
- قسم الصف إلى مجموعتين، تسجل إحداها العادات الحميدة وتسجل الأخرى العادات الذميمة، في لائحتين
- أومِز إلى أعضاء المجموعتين بتبادل المواقع ثم تابع العملية
- اعرض بعض الصور الفوتوغرافية ووسائل الإيضاح الأخرى التي تشرح بوضوح الإضرار بالصحة الناجم عن أسلوب الحياة السيء، مثل الأمراض القلبية
- ارجع إلى الوحدة 1-9 في كتاب مرجع المعلم للحصول على المزيد من الأمثلة

الأنشطة التعليمية (تتمة)

النشاط 2: الأدوية واستخدامها

- أكد على حقيقة أن الأدوية يمكنها أن تفرج الألم وتعالج المرض وتنقذ الحياة
- اشرح بشكل مبسط العلاقة المتبادلة بين المرض والأدوية مع التأكيد على أن الأدوية (الصحيحة) هي التي تشفي من الأمراض وتعالج الأعراض وتحمي الناس من خلال إكسابهم المناعة
- الفت انتباه الفصل إلى ما لتمنيع الأطفال والحوامل من أهمية وقيمة كبيرة
- اسأل المجموعة عما إذا كان أطفالهم ممنعين
- أوضح إيضاحاً مفصلاً للمجموعة على أن الأدوية يجب أن تكون موصوفة من قبل الطبيب أو الشخص المؤهل لوصفها
- أخبر المجموعة أن هناك 6 أمراض يمكن الوقاية منها بالتمنيع، (التطعيم والتمنيع لهما نفس الدلالة) وهذه الأمراض المعدية هي: السل، والخناق، والشاهوق، والكزاز، وشلل الأطفال والحصبة
- دقق مع العاملين في صحة المجتمع في الأسماء المحلية التي تطلق على هذه الأمراض، لتستخدمها عند عرض الأمثلة في الصف
- اعرض الصور والرسوم التوضيحية الخاصة بهذه الأمراض
- أدع العامل في صحة المجتمع للحديث أمام الصف حول الأدوية
- شجع أفراد الصف على توجيه الأسئلة إليه

النشاط 3: التدخين

- بسبب التدخين الكثير من الأمراض مثل سرطان الرئة. كما أنه يكلف الكثير من المال، وينبغي ثني الكبار عن التدخين فهو ضار للجميع ولكنه ضار بصورة خاصة للفئات التالية: صغار الأطفال، الأشخاص المصابين بأمراض (مثل الربو والأرجية والنفاخ والتهاب القصبات والأمراض القلبية) والعمال المعرضين للأخطار الصناعية والنساء - الحوامل
- انتهز الفرص لإذكاء الحماس للقيام بحملة شاملة مضادة للتدخين، مع إقناع عناصر الصف الكبار بالانضمام إليها ودعمها وتنظيم مثل تلك الحملات في المجتمع وقدم، أو هيء المصصقات والصور الفوتوغرافية والمواد الأخرى التي تدعو للإقلاع عن التدخين ليستعملها الكبار في تلك الحملات بهدف رفع مستوى الوعي الخاص بأخطار التدخين

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- التمثيل
- الوسائل الأيضاحية
- المصصقات
- الصور الفوتوغرافية
- العروض
- النماذج

القسم ج : صحة المجتمع
الوحدة 10 : النظافة العمومية

الأهداف التعليمية

- تعلم أن النظافة العامة مطلب أولي للتمتع بالحياة الصحية والعافية، وأنها مسؤولية تقع على عاتق جميع أفراد المجتمع.

الحقائق التي يراد تعلمها

- المنزل هو مركز حياة الأسرة، والمنزل النظيف يحمي الصحة
- النظافة العامة تمثل واجب المجتمع بأسره، وعلى قادة المجتمع أن يتمكنوا من استعراف المشكلات والهموم والأسباب الرئيسية المتعلقة بترودي الصحة في المجتمع
- ينبغي تقديم المساعدة للمجتمعات لكي تتعرف على ما تريده من أجل تحسين الصحة وكيفية تحقيق ذلك

الأنشطة التعليمية

- النشاط 1 : تحسين مجتمعنا
- ابدأ بتقديم الحديث الشريف "النظافة من الإيمان"
 - اشرح معاني الحديث بالتفصيل
 - اسأل أفراد الصف عما إذا كانوا يتذكرون أية شواهد أخرى من القرآن الكريم أو من الحديث الشريف تشيد بالنظافة وتشجع عليها
 - اسأل أفراد الصف عما يعرفونه من أمثال أو قصص محلية تشيد بالنظافة
 - اشرح بإسهاب الأخطار الناجمة عن فقدان النظافة في المجتمع ولاسيما على الأطفال فيه
 - ارسم خريطة للمجتمع المحلي تبدي فيها المناطق التي تحتاج لبذل جهود عامة لتحقيق النظافة الجماعية مثل المدارس والأسواق والجداول والطرق والمراكز الصحية وغيرها
 - اسأل المتعلمين عما إذا كانوا يرغبون بإضافة مناطق أخرى على الخريطة، بافتراض أنهم يعرفون المجتمع بشكل أفضل مما تعرفه
- النشاط 2 : إنشاء حفرة التصريف البسيطة
- وضح لماذا يعد توفّر حفرة التصريف البسيطة صحياً وهاماً
 - سجل في قائمة المواد الضرورية لإنشاء حفرة التصريف البسيطة
 - اعرض بعض الصور الفوتوغرافية التي تظهر الجهود الجماعية المبذولة في إنشاء حفرة التصريف البسيطة في المدرسة
 - شجع أفراد الصف على أن يساعد بعضهم بعضاً في إنشاء حفر التصريف البسيطة في المنزل
 - شارك الآخرين في إنشاء حفرة التصريف البسيطة الجماعية
 - ادع أحد العاملين المحليين في صحة المجتمع ليقوم بمناقشة طرق ووسائل إنشاء حفرة التصريف البسيطة مع كل فرد من أفراد الصف في بيته

الأنشطة التعليمية (تتمة)

النشاط 3: تصريف النفايات

- اشرح الأسباب التي تجعل من الإبقاء على النفايات دوماً تمييز عملية مؤذية للمجتمع وغير صحية
- صف الطرق والوسائل التي يتم بها تصريف النفايات بأمان وسلام في المنزل وفي الأماكن العامة
- استخدم حاويات معدنية ذات أغطية لتصريف مواد النفايات الصلبة في المنزل

النشاط 4: مكافحة نواقل المرض في القرية

- اشرح أن الناقل هو حشرة أو حيوان يحمل الأمراض إلى الناس
- اشرح كيف أن كثيراً من الأمراض الخطيرة تنتقل إلى البشر عبر نواقل مثل:
 - الحشرات (مثل البعوض والذباب)
 - الحيوانات التي تعيش في الماء (مثل الحلزون)
 - الحيوانات البرية (مثل الجرذان والكلاب)
- أسأل أحد العاملين في صحة المجتمع عن النواقل الشائعة في المنطقة والأمراض التي تسببها
- ناقش مع الصف المعلومات التي تلقيتها من العاملين في صحة المجتمع ووضِّح لصف الكبار أن البعوض والذباب والقواقع والحلزون والجرذان والكلاب يمكنها أن تحمل المرض الذي يمكن أن تنقله للناس
- أخبر الصف أن البعوض يمكنه نقل الملاريا والأمراض الأخرى مثل الحمى الصفراء وحمى الضنك والحمى النزفية وغيرها. ويمكن للذباب المنزلي أن ينقل الجراثيم المسببة للإسهال
- أخبر الصف أيضاً أن الحيوانات المائية تحمل ديداناً قد تسبب النزوف البولية
- وضح أيضاً أن الحيوانات البرية مثل الجرذان تنقل الأمراض وأن الكلاب قد تكون شديدة الخطر إذ يمكن أن تكون مصابة بداء الكلب
- أكد على الأهمية البالغة لعمليات تخريب أماكن تكاثر العوامل الناقلة للأمراض أو الحد منها. فالبعوض قد يتكاثر في مياه الأمطار التي تتجمع في الأواني القديمة والزجاجات المكسورة والإطارات القديمة. وهي تتكاثر أيضاً في الحفر الأرضية وفي الأشجار وفي البرك والآبار المفتوحة والبحيرات والمستنقعات أو المخاضات
- قدم النصائح التالية للصف:
 - يجب أن يتأكد الناس من نظافة المراحيض وبقاء حفر التصريف مغلقة عند عدم استعمالها
 - يجب تغطية الآبار والينابيع
 - يجب ردم أو معالجة البرك والأحواض أو الأواني التي قد يتكاثر فيها البعوض أو الحلزون.
- اعرض الوسائل التوضيحية والصور الفوتوغرافية التي تستطيع أن تستعيرها من العامل في صحة المجتمع، وأسأله هل لديه أفلام حول هذا الموضوع لتعرضها على الصف

الأنشطة التعليمية (تتمة)

النشاط 5: مكافحة بق الفراش والصراصير والجردان

- بين للصف أن بق الفراش والصراصير والجردان تنقل الأمراض
- سجل في لائحة الأماكن التي قد يختبئ فيها بق الفراش أو الصراصير أو الجردان
- تعرف على الأنشطة التي تحمي بيوتنا وأطفالنا من بق الفراش والصراصير والجردان
- ناقش الطرائق التقليدية المحلية المستخدمة في مكافحة بق الفراش والصراصير والجردان وكفاءة هذه الطرائق
- سجل الطرائق المقترحة في لائحة على السبورة وأكد على حقيقة أن نظافة المنزل هي أفضل الطرق لمكافحة هذه الدوئيات

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الصور الفوتوغرافية
- السبورة
- التمثيل
- الإيضاحات العملية
- وسائل الإيضاح
- الأفلام
- الملصقات

الوحدة 11: الماء والصحة	
الأهداف التعليمية	
• تعلم أن الامداد بالماء التنظيف أمر ضروري لصحة المجتمع	
الحقائق التي يراد تعلمها	
<ul style="list-style-type: none"> • الماء الملوث وغير الصالح للشرب يسبب الكثير من الأمراض • لكي يتمتع الناس بالصحة، يحتاجون الماء التنظيف اللازم من أجل مايلي: <ul style="list-style-type: none"> - الشرب - تحضير الطعام وطبخه - غسل الجسم - غسيل الثياب • الماء التنظيف يرد من الأنابيب المحمية، والينابيع، والآبار وأما الماء اللازم للشرب من أي مصدر آخر فلا بد من معالجته لضمان صلاحيته للشرب، فإذا تعذر غليه فلا بد من ترشيحه • يسبب الماء الملوث الإسهال والأمراض الأخرى ولا سيما عند الأطفال 	
الأنشطة التعليمية	
<p>النشاط 1 : مصادر الماء</p> <ul style="list-style-type: none"> • ابدأ بتلاوة من القرآن الكريم حيث يذكر الماء في العديد من السور، ارجع إلى الآية التالية من سورة النحل: "هو الذي أنزل من السماء ماء لكم منه شراب ومنه شجر فيه تسمون(10) ." • استشهد أيضاً بالآية التالية من سورة الفرقان: "وأنزلنا من السماء ماء طهوراً(48)" • اشرح معاني الآيات من السورتين وشجع الكبار على المشاركة في النقاش • بيّن للصف أن الماء التنظيف ضروري للوضوء • دع الطلاب يستعرضون مصادر الماء المتوفرة في المجتمع • بين للطلاب أن جميع الكائنات الحية تحتاج للماء؛ الإنسان والحيوان والنبات • بين للصف أن الناس يمكنهم سحب الماء من البرك والأنهار والينابيع والآبار وصهاريج مياه الأمطار <p>النشاط 2 : سحب الماء من البركة</p> <ul style="list-style-type: none"> • بيّن للصف أن من الضروري غلي الماء المسحوب من البرك أو ترشيحه قبل استخدامه • انصح الصف بأن عليهم منع أطفالهم من الاستحمام في البركة • وضح لهم بأن ماء البركة غير المغلي يمكن أن يستخدم لإرواء المواشي ولسقي الحدائق وليس للشرب أو للطبخ 	

الأنشطة التعليمية (تمة)

النشاط 3: ماء النهر

- بين للصف أن ماء النهر يجب غليه أو ترشيحه أو تطهيره قبل شربه.
- أخبرهم أيضاً أن بإمكانهم غسل ثيابهم في منطقة مغادرة النهر للقربة فقط، وأن بإمكانهم السماح للحيوانات بالشرب من مكان قبل مكان غسل الثياب فقط

النشاط 4: ماء الينابيع

- إبدأ ببيان أن ماء الينبوع نظيف عادة
- بين لهم أيضاً أنه ينبغي تسوير النبع وإحاطته بسياج يحيط به أو بخندق أو بناء جدران إسمنتية حجرية عليه مع تجهيزه بالأنابيب وتغطيته
- اشرح ما ذكر سابقاً بالاستناد إلى وسائل الإيضاح

النشاط 5: ماء البئر

- إبدأ بإخبار الصف أن الماء المأخوذ من البئر نظيف عادة إذا كان البئر محمياً بشكل كافٍ
- وضح للصف أن البئر يكون محمياً بشكل كافٍ في الحالات التالية:
 - إذا كان عمقه 3 أمتار على الأقل.
 - إذا كانت جدرانه مبطنة بالحجارة.
 - إذا كان محاطاً بجدار من الحجارة.
 - إذا كان له غطاء قابل للتحويل.
 - إذا كان الناس يحمونه من الأوساخ

النشاط 6: الماء من صهاريج جمع مياه المطر

- اشرح للصف أنه ينبغي حماية مياه المطر المجموعة في صهاريج لأغراض الشرب والطبخ
- وجوب إبقاء الصهريج مغلقاً ونظيفاً منذ بداية الفصل المطري
- ينبغي أن يدخل الماء الصهريج من خلال مرشحة على شكل الشاشة أو المنخل لاستبعاد الأوراق والوسخ والحشرات
- يجب أخذ الماء من الصهريج بواسطة أنبوب أو مضخة يدوية

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الإيضاحات العملية
- الصور الفوتوغرافية
- الوسائل الإيضاحية
- التمثيل
- الزيارات في مجموعات
- الأفلام

الوحدة 12: بيتنا التي فيها معاشنا

الأهداف التعليمية

- أن نتعلم أن البيئة الصحية هي البيئة النظيفة ، وأن تلوث البيئة يشكل خطراً على حياة الإنسان

الحقائق التي يراد تعلمها

- للبيئة جوانب رئيسية ثلاثة ، هي الهواء والتربة والماء
- من المهم أن نحافظ على المصادر الطبيعية فلا نسرف مثلاً في استعمال الماء
- يتلوث الهواء مما تنفثه عوادم السيارات ، ومن حرائق الغابات ، ومن الانبعاثات الصناعية
- البيئة النظيفة والمأمونة ترفع مستوى حياة الأفراد جسماً ونفسياً واجتماعياً

الأنشطة التعليمية

النشاط 1 : الهواء النظيف

- عدّد أنواع ملوثات الهواء التي لاحظتها في مدينتك أو قريتك. (الشوائب المؤذية في الهواء)
- اذكر مصادر هذه الملوثات إلى جانب كل منها
- صف كل نوع من هذه المصادر
- اشرح كيف يمكن أن تضر هذه المصادر بالإنسان أو بالحيوان أو بالنبات
- عدّد الطرق التي يمكن بواسطتها منع تلوث الهواء في المجتمع ، أو تقليله إلى أدنى ما يمكن
- صمّم - بمساعدة المتعلمين - ملصقاً يعرض رسالات مناسبة موجهة للمجتمع حول تلوث الهواء
- ناقش الجوانب السلبية لحرق النفايات والفضلات المنزلية (المواد البلاستيكية وغيرها)

النشاط 2 : التلوث الضوضائي

- وضع للصف أن الضوضاء تأتي من محركات السيارات وأبواق السيارات ، ومن الطائرات والقطارات والماكينات الصناعية، وهي تؤدي لإزعاج الكثير من الأفراد في المجتمع
- أشرك الصف في مناقشات حول وسائل تقليل الضجيج في المجتمع إلى أدنى ما يمكن
- عدّد مصادر الضوضاء في مجتمعك وشجع المتعلمين على اقتراح الطرائق والوسائل التي تؤدي إلى التخفيف منها
- اشرح لماذا تبنى المطارات بعيداً عن المناطق السكنية
- صمّم ملصقاً يحث الناس على الوقاية من التلوث بالضجيج. وأشرك المتعلمين في ابتكار أفكار هذا الملصق

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الرسوميات
- الملصقات

القسم د : المعلومات الصحية الوحدة 13 : الإسعاف الأولي

الأهداف التعليمية

- أن نفهم أن الحوادث التي تؤدي لموت الأطفال والكبار يمكن الوقاية منها

الحقائق التي يراد تعلمها

- إن اتباع قواعد معينة للسلامة تساعد الأطفال والكبار على تجنب الأوضاع المنطوية على مخاطر وتمنع وقوع الحوادث
 - يمكن المساعدة في تدارك الأخطار المحتملة، باتخاذ بعض إجراءات السلامة في المنزل ، مثل تخزين السكاكين بشكل ملائم، وحفظ أعواد الشقاب بعيداً عن متناول الأطفال، عدم إمرار أشربة الكهرباء تحت السجاد والبسط، وتجنب استخدام السجاجيد التي تنزلق بسهولة، والاحتفاظ بالمواد الكيميائية وبالادوية بعيداً عن متناول الأطفال
 - حتى في حال التقيد بقواعد السلامة فإن الحوادث قد تقع، ومن المهم أن نعرف ما يجب علينا عمله في حال وقوع الحادث. والقاعدة الذهبية: اطلب المساعدة دائماً، كما أن من الضروري معرفة طرق الإسعاف الأولي
- 1-13 : الحمى**

- يقال بوجود الحمى عند ارتفاع درجة حرارة الشخص فوق $37,5^{\circ}$ مئوية، وقد يبدو الطفل قبل سن المدرسة في حالة مرضية شديدة إذا تجاوزت درجة حرارته 38° مئوية
- إن الحمى كالإسهال تؤدي إلى فقدان كمية كبيرة من سوائل الجسم
- يصاب المرء بالحمى عندما يتعرض جسمه لغزو الميكروبات التي تسمى الجراثيم. وتعيش الجراثيم في الهواء والتربة والماء وفي أبدان المصابين بالعدوى من البشر والحيوان

الأنشطة التعليمية

- اشرح للمتعلمين كيفية قياس حرارة الإنسان (الملحق 1)
- بيّن لهم أن على المريض أن يتناول الدواء فور إصابته بالحمى
- أخبرهم بأن على المصاب بالحمى أن يتناول كمية كبيرة من الماء ، لأنه سيفقد كمية كبيرة من الماء عن طريق التعرق.
- بيّن لهم أن عليهم أخذ المريض إلى المستشفى فوراً، إذا ترافقت الحمى بإحدى الشكاوى التالية:
 - تيبس في العنق
 - ألم شديد
 - غياب الوعي
 - تلون العينين باللون الأصفر
 - إسهال شديد
 - اختلاجات (تشنجات)

الطرائق والوسائل التعليمية (تتمة)
<ul style="list-style-type: none"> • المحادثة • الإيضاح العملي • التمثيل
الحقائق التي يراد تعلمها
<p>2-13 : الرعاف</p> <ul style="list-style-type: none"> • يمكن أن يكون الرعاف (النزف الأنفي) خطراً للغاية، ويجب إيقافه فوراً
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • يبيّن للمتعلمين أنه ينبغي على المصاب بالرعاف أن: <ul style="list-style-type: none"> - أن يجلس وألا يضطجع - أن يضغط على أنفه بأصابعه لمدة 15 دقيقة أو يضع القطن في أنفه - أن لا يستنثر (ينفث) لمدة ساعة على الأقل • فُهم بإيضاح عملي يوضح النقاط السالفة الذكر. • اطلب من الصف أن يؤدي إيضاحات عملية مشابهة لما قمت به • اعرض بعض الصور الفوتوغرافية والرسومات الأخرى لتوضيح المشهد
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • التمثيل • الإيضاح العملي • الصور الفوتوغرافية
الحقائق التي يراد تعلمها
<p>3-13 : التسمم</p> <ul style="list-style-type: none"> • التسمم شائع بين الأطفال ولاسيما في السنة الأولى والرابعة من العمر • يمكن الوقاية من التسمم • ينبغي على الأبوبين الاحتفاظ بالمواد السامة بعيداً عن متناول الأطفال: مثل (الدد ت) والليندان، وغيرها من مبيدات الحشرات وسموم الفئران

الأنشطة التعليمية

- بيّن للصف أن هناك الكثير من المواد السامة في المنزل وفي الجوار
- ذكر لهم أن الكحول والمخدرات والأدوية هي مواد سامة، كما أن التبغ هو أيضاً مادة سامة عند تدخينه بشكل منتظم ولمدة طويلة
- بيّن للصف أن علامات التسمم الحادة تشمل مايلي:
- الحروق في الشفتين والقمم والخنجرة من جراء ابتلاع المواد الكيميائية
- القيء والإسهال
- الشلل
- فقد الوعي، جزئياً أو كلياً
- عدم القدرة على التنفس
- بيّن للمتعلمين أن المريض إذا كان واعياً وليس لديه حروق في الشفتين والقمم، يجب أن يعتمد القيء
- بيّن للمتعلمين أيضاً أنه إذا كان المريض فاقداً للوعي ولديه حروق في الشفتين أو في القمم، فيجب أخذه فوراً إلى المركز الصحي أو المستشفى
- قم بإيضاح عملي لكيفية تعهد القيء للمتعلمين مستعيناً ببعض الرسومات
- استخدم الملصقات للإعلان على نطاق واسع، عن أخطار الكحول والمخدرات والتبغ

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الإيضاح العملي
- الملصقات
- الصور الفوتوغرافية

الحقائق التي يراود تعلمها

- 4-13 : الجروح العادية والجروح العميقة والكدمات
- كل الجروح تنزف، وتؤلم وهي معرضة للعدوى بسهولة
 - يجب تنظيف جميع الجروح بعناية ثم حمايتها بضماد أو بنسيج نظيف
 - إذا كان المريض يفقد كمية كبيرة من الدم فيجب إيقاف النزف
 - إذا كان للجروح رائحة كريهة فذلك يعني أنها مصابة بالعدوى ويجب معالجتها بعناية، ويفضل أن يتم ذلك في المستشفى أو في مركز صحي
 - يجب غسل اليدين دائماً بالماء والصابون، قبل معالجة الجروح وبعدها

الأنشطة التعليمية

- اذكر للمتعلمين كيفية فحص الشخص المجرع
- قم بإيضاح عملي لخطوات الإسعاف الأولى لإيقاف النزف

الأنشطة التعليمية (تتمة)	
<ul style="list-style-type: none"> • اختر الملصقات أو الصور الفوتوغرافية التي تظهر أنماطاً مختلفة من الجروح وكيفية معالجتها • قم بإيضاح عملي لكيفية ربط الضمادات • اذكر للمتعلمين أنه في حالة وجود كسر عظمية، لابد من إرسال المريض إلى مركز صحي 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • التمثيل • الإيضاح العملي • الصور الفوتوغرافية • الأفلام 	
الحقائق التي يراد تعلمها	
5-13 : داء الكلب	
<ul style="list-style-type: none"> • داء الكلب مرض حيواني، يصاب الإنسان بعدواه إذا عضه كلب مصاب به • يجب اتخاذ إجراءات فورية بعد التعرض لعضة الكلب • يمكن لداء الكلب أن ينتقل بالكلاب والقطط والثعالب والذئب وبنات آوى • ينتقل داء الكلب إلى الإنسان بواسطة لعاب الحيوان الذي يلوث الجرح 	
الأنشطة التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح للمتعلمين أن الحيوان الذي يتصرف بشكل غريب ويبدو سادراً، ومتملماً أو متهيجاً يحتمل أن يكون مصاباً بداء الكلب • أخبر المتعلمين أن العلامات الأخرى لإصابة الحيوان بداء الكلب هي ظهور الزيتد على الفم، والامتناع عن الأكل والشرب، والظهور بمظهر غير أليف • انصح المتعلمين بأن يأخذوا أقصى درجات الحذر عند التعامل مع الحيوان الذي يبدو مريضاً أو يتصرف بشكل غريب. فحتى لو كان الحيوان لا يعرض فإن لعابه قد يسبب داء الكلب إذا لامس جرحاً أو خدشاً. 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الإيضاح العملي 	

الحقائق التي يراد تعلمها
<p>6-13 : الحروق</p> <ul style="list-style-type: none"> • أن الحروق تنجم عن النار أو الأشياء الساخنة أو المحترقة ، أو الماء المغلي أو الزيت الذي يغلي ، أو من الصدمة الكهربائية أو من بعض المواد الكيماوية (مثل الأحماض أو القلويات) • أن الأولوية يجب أن تعطى للعناية بالمنطقة المحترقة.
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • ناقش مع المتعلمين إجراءات الوقاية من الحروق • اذكر للمتعلمين أنه عند احتراق مساحة واسعة من الجلد ، ينبغي أخذ المريض فوراً إلى المستشفى أو المركز الصحي • قم بإيضاح عملي لمخطوات الإسعاف الأولي التي يجب اتخاذها في حالات الحروق
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الإيضاح العملي
الحقائق التي يراد تعلمها
<p>10-13 : الكسور</p> <ul style="list-style-type: none"> • الكسور تعالج بطرق مختلفة بحسب العظم المكسور • يجب أخذ جميع المرضى الذين يشتبه بإصابتهم بكسر إلى المركز الصحي أو إلى المستشفى لوضع التشخيص النهائي ورسم خطة المعالجة الملائمة • إذا وقع الإنسان أو تعرض لضربة عنيفة، يحتمل أن يصاب بكسر في عظام الأطراف
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • قم بإيضاح عملي للأعماط المختلفة من الكسور في مختلف أجزاء الجسم مستعيناً بالملصقات والصور الفوتوغرافية • تأكد من أن الرسوم التوضيحية التي عرضتها على المتعلمين تظهر بوضوح مدى الاختلاف في المعالجة بين جزء من الجسم وجزء آخر • اذكر للمتعلمين أنه ينبغي استخدام العصائب والجبائر لتثبيت المفاصل التي هي فوق الكسر وتحتة (وذلك للحيولة دون تبدل وضع العظام المكسورة) .

الأنشطة التعليمية (تمة)
<ul style="list-style-type: none"> • قم بإيضاح عملي لكيفية حمل المصاب بالكسر بطريقة مناسبة ، مع التأكيد على عدم تحريك المريض أكثر مما ينبغي عند وضعه على النقالة • ارسـم صوراً تمثل الأنماط المختلفة للكسور
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • التمثيل • الإيضاح العملي • الملصقات • الصور الفوتوغرافية • الصور المرسومة
الحقائق التي يراد تعلمها
<p style="text-align: center;">11-13 : العَضَات</p> <ul style="list-style-type: none"> • جميع العضات يمكن أن تكون خطيرة وقد تؤدي للموت. ويجب معالجتها بأسرع ما يمكن • جميع العضات (والجروح) تنطوي على خطر العدوى، ولا سيما بالكزاز (التتanos)، لذا يجب تنظيفها تنظيفاً جيداً • عضة الأفعى غير خطيرة إذا تلقى المريض الإسعافات الأولية على الفور
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • أخبر المتعلمين بأن الهدوء والراحة واجتناب تعاطي الكحول أمور تساعد في إبطاء سرعة انتشار السم إلى باقي أنحاء الجسم • اشرح لهم وجوب تنظيف الجرح جيداً بالماء والصابون ثم طلائه بصبغة اليود وقم بإيضاح عملي لهذا التمرين • اذكر لهم الأهمية القصوى لأخذ المريض فوراً إلى المستشفى أو إلى المركز الصحي • قم بإيضاح عملي لكيفية ربط العصابة في موضع أعلى من مكان جرح عضة الأفعى كإسعاف أولي مع التأكيد على عدم ترك العصابة عليه لمدة تزيد كثيراً عن نصف ساعة
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الإيضاح العملي

الوحدة 14: كيفية انتشار المرض
الأهداف التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • أن نتعلم كيفية دخول العوامل الممرضة إلى الجسم. وكيفية قيام الجسم بالدفاع عن نفسه
الحقائق التي يراد تعلمها
<ul style="list-style-type: none"> • هناك أمراضاً معدية وأخرى غير معدية • الأمراض المعدية هي الأمراض التي تنتقل من شخص إلى آخر، وهي تشمل السل والكرزاز، وبعض أنواع الإسهال، والسيلان، والزكام (البرد)، والنزلة الوافدة (الانفلونزا)، والحصبة، والحماق، وداء الكلب، والثآليل. وتنتج هذه الأمراض عن الإصابة بالجراثيم (البكتريا) أو الفيروسات أو الفطريات • لا تنتشر الأمراض غير المعدية من شخص لآخر، وتشمل هذه الأمراض الحمى الروماتيزمية، والجلطات القلبية، ونوبات الصرع، والسكتة المخية، والشقيقة (الصداع النصفي)، والساد (الكاتاركت)، والسرطان. ولهذه الأمراض أسباب كثيرة ومختلفة ولكنها لا تتسبب مباشرة عن الجراثيم أو الفيروسات.
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • عرف الأمراض المعدية والأمراض غير المعدية • اذكر أمثلة عن الأمراض المعدية وعن الأمراض غير المعدية • قم بوصف الجراثيم والفيروسات والفطريات • اشرح ماهي الطفيليات، واضرب أمثلة عن الطفيليات الضارة بالإنسان • شارك في إجراء عملية مسح للأمراض السائدة في المجتمع • عدّد الوسائل والطرق التي يدافع بها البدن عن نفسه ضد العوامل الممرضة • ناقش مع المجموعة الاحتياطات التي ينبغي اتخاذها من قبل أفراد الأسرة لحماية أطفالهم وأنفسهم من الأمراض • استعرض مع المجموعة الأمراض المعدية وغير المعدية في المجتمع • عدّد أسماءها المحلية
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعة • التمثيل • الزيارات في مجموعات • الرسوم البيانية • الملصقات

الوحدة 15: الاحتياجات الصحية والمرافق الصحية في المجتمع	
الأهداف التعليمية	
• أن نستكشف الاحتياجات الصحية في المجتمع والخدمات الصحية المتوافرة	
الحقائق التي يراد تعلمها	
<ul style="list-style-type: none"> • طرائق ووسائل القيام بمسح صحي في مجتمع صغير • طرائق التعرف على القياديين الطبيعيين في المجتمع • التعرف على المشكلات الصحية الرئيسية في المجتمع والكشف عن أسبابها • كيفية انتخاب اللجنة الصحية للمجتمع • طرائق ووسائل إشراك أفراد المجتمع في حل مألديهم من مشكلات صحية 	
الأنشطة التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • ساهم في توجيه عمليات المسح الصحي المتعلقة بالمشكلات الصحية في المجتمع • ادفع المتعلمين إلى المساهمة في تنفيذ المسح الصحي المتعلق بالخدمات الصحية في المجتمع وأشرك أحد العاملين في صحة المجتمع في عملية المسح • ناقش النتائج مع المتعلمين وشجعهم على تقديم المقترحات وعلى تشكيل لجنة صحية محلية • ارسم خريطة تظهر فيها المرافق الصحية في المجتمع والمناطق المجاورة وحدد هذه المرافق • ارسم خريطة صحية للقربة أو للمدينة وحدد أماكن المراكز الصحية المتوفرة والموظفين الصحيين فيها • عدّد أسماء الموظفين الصحيين على السبورة وساعد المتعلمين على التعرف على أدوارهم وأماكن سكناهم • اختتم الدرس بإعداد لوحة حديثة تظهر المرافق الصحية والموظفين الصحيين الموجودين في المنطقة • ناقش اللوحة مع الطلاب 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • الزيارات في مجموعات • اللوحة • الخريطة • السبورة 	

الوحدة 16: العناية بالأطفال المرضى
الأهداف التعليمية
• أن نتعلم كيفية العناية بالأطفال المرضى
الحقائق التي يراد تعلمها
<ul style="list-style-type: none"> • معظم الأطفال يصابون بالمرض بين حين وآخر • الأطفال ذوي التغذية الجيدة يكونون عادةً أقل تعرضاً للمرض من الأطفال ذوي التغذية السيئة • التمنيع (التطعيم) الكامل يقي من معظم الأمراض التي تقتل صغار الأطفال • الطفل المريض يحتاج للعناية أكثر من المريض البالغ، وأنه لا يجوز ترك الطفل المريض وحده
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح للصف الأمراض الأكثر شيوعاً والأكثر خطورة على الأطفال. وحدّد، بمساعدة أحد العاملين في صحة المجتمع، الأمراض الفيروسية التي تصيب الأطفال في المجتمع • بيّن للتعلمين أن التمنيع (التطعيم) حيوي للأطفال. وشرح لهم الأوقات والأمكنة التي يمكن أن يتم فيها ذلك (راجع الوحدة 17). • قم بإيضاح عملي لكيفية الشعور بارتفاع الحرارة لدى الطفل المريض • قم بإيضاح عملي للطريقة الصحيحة للمحافظة على نظافة الطفل المريض • اشرح للمتعلّمين أن الطفل المريض ينبغي: <ul style="list-style-type: none"> - إعطاؤه كمية كبيرة من السوائل، ليشربها - إطعامه طعاماً مهروساً. - إراحته في مكان نظيف وهادئ - المحافظة على نظافته باغتساله بماء نظيف
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • الإيضاح العملي • الملصقات • الصور الفوتوغرافية

الوحدة 17: التمنيع (التطعيم)	
الأهداف التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • أن نعلم أن التمنيع يقي من الموت وأنه ضروري لحماية الأطفال 	
الحقائق التي يراد تعلمها	
<ul style="list-style-type: none"> • الأمراض المعدية الستة الشائعة ، والتي يمكن الوقاية منها بالتمنيع: <ul style="list-style-type: none"> - السل - الخناق (الديفتريا) - السعال الديكي (الشاهوق) - الكزاز (التتانوس) - شلل الأطفال - الحصبة • لا بد من تطعيم جميع الأطفال الذين تقل أعمارهم عن السنة ، ضد الأمراض الستة الشائعة 	
الأنشطة التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • استكشف الأسماء المحلية للأمراض المعدية الستة الشائعة • قم بوصف العلامات والأعراض الرئيسية لها • قم بإعداد جدول زمني للتمنيع وشرح تفاصيله، واشرك المتعلمين في المناقشة • اذكر أسماء اللقاحات المختلفة والأمراض التي تقي منها • ناقش مع المتعلمين أفضل الأماكن للتطعيم في المجتمع. واذكر لهم بأن من الواجب تنظيم دورات التطعيم في أماكن مستوفىة مزودة بالماء - والصابون والنور ، وفيها عدد كاف من الطاولات والمقاعد والكراسي • اشرك أحد العاملين المحليين في صحة المجتمع 	
الطرائق والوسائل التعليمية	
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات • الزيارات في مجموعات • اللوحات • الملصقات • النماذج 	

الوحدة 18 : الإسهال
الأهداف التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • أن نتعلم كيفية الوقاية من الإسهال ومعالجته
الحقائق التي يراد تعلمها
<ul style="list-style-type: none"> • الإنسان يعتبر مصاباً بالإسهال إذا كان يتبرز برازاً سائلاً ثلاث مرات في اليوم على الأقل • المريض المصاب بالإسهال يفقد الماء والأملاح، وقد يصاب بالتجفاف وبالضعف الشديد، وقد يموت إذا لم يعالج • المريض يجب أن يتناول مزيجاً من الماء والسكر والأملاح للمعالجة، وأنه يجب أن يستمر في تناول الطعام لكي لا يفقد قواه
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح للمتعلمين أن الإسهال ينتج من دخول الجراثيم إلى الجسم عن طريق ماء الشرب الملوث ، والطعام غير النظيف وغير المأسون ، والأيدي الوسخة • صف للمتعلمين الطرق الأربعة التي يمكن للناس أن يصابوا بالإسهال عن طريقها وهي المذكورة أعلاه • قم بتحضير المحلول الواقي من التجفاف (ماء + ملح + سكر) • قم بإيضاح علامات التجفاف باستخدام نماذج تصنعها مع المتعلمين • عدد أسماء الأطعمة المتوافرة محلياً والتي يجب تقديمها للمصاب بالإسهال
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • الإيضاح العملي • النماذج • الملصقات • اللوحات

الوحدة 19: العدوى الجلدية الشائعة والجروح المصابة بالعدوى
الأهداف التعليمية
• أن نتعلم كيفية معالجة الأمراض الجلدية الشائعة
الحقائق التي يراد تعلمها
<ul style="list-style-type: none"> • أن هناك الكثير من الأمراض والمشكلات الجلدية ، منها الدمامل والخراجات، والحماق ، والقوباء، والسعف، والجرب، والبثور والقرحات الصغيرة المتقيحة، والبقع البيضاء على الوجه وعلى الجسم، وغيرها • أن من الأمراض الجلدية ما ينجم عن الجراثيم أو الحشرات التي تهاجم الجلد بشكل مباشر أو عن الفطريات أو عن الإصابات أو الحروق أو المواد الكيميائية
الانشطة التعليمية
<p style="text-align: right;">1-19 : الخراجات والبثور</p> <ul style="list-style-type: none"> • عرف الخراج أو البثرة • أوضح كيفية تطبيق الرِّفادات الحارة على الجزء المصاب <p style="text-align: right;">2-19 : الحماق</p> <ul style="list-style-type: none"> • عدده علامات وأعراض الحماق • اذكر الإجراءات الوقائية التي يجب اتخاذها لتدبير طفل مصاب بالحماق <p style="text-align: right;">4-19 : السُعف (العدوى الفطرية)</p> <ul style="list-style-type: none"> • قم بإيضاح مناطق الجسد التي تحدث فيها العدوى بالفطريات • عدد الطرق الوقائية التي ينبغي اتباعها لمكافحة اتساع العدوى بالفطريات • زود الآباء بالمعلومات المتعلقة بالتعرف على الأمراض الفطرية المعدية والوقاية منها ومعالجتها • بين للمتعلمين أن على المريض أن ينام وحده وأن يبتعد عن الآخرين حتى تشفى إصابته الجلدية الفطرية <p style="text-align: right;">5-19 : الجرب</p> <ul style="list-style-type: none"> • قم بإيضاح مناطق الجسد التي تحدث فيها آفات الجرب • عدد الإجراءات الوقائية التي يجب اتخاذها لمكافحة وإيقاف اتساع هذه العدوى مثل تنظيف الجسم كل يوم، وتبديل الملابس، وتنظيف أغطية السرير، وتقليم الأظفار

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات في مجموعات
- الإيضاح العملي
- الصور الفوتوغرافية
- الملصقات واللوحات
- السبورة

الوحدة 20: الأمراض المعدية الشائعة الناجمة عن الديدان الطفيلية

الأهداف التعليمية

- تعلم كيفية الوقاية من الأمراض المعدية الناجمة عن الديدان الطفيلية ومعالجتها

الحقائق التي يراد تعلمها

- هناك الكثير من أنواع الديدان والحيوانات الدقيقة (الطفيليات) التي تعيش في أمعاء الإنسان وتسبب له المرض
- الديدان التي يشيع وجودها في البراز هي الديدان المدوّرة والديدان السرمية، والديدان الشريطية
- الملاريا هي عدوى تصيب الدم وينقلها البعوض

الأنشطة التعليمية

- اشرح للمتعلمين كيفية انتقال الأميبات
- صف كيفية انتشار الديدان
- اشرح للمتعلمين التأثيرات المؤذية للديدان
- اعرض رسومات تبين أنواع الديدان المختلفة
- صف أعراض الملاريا وكيفية معالجتها
- اذكر أسماء أدوية الملاريا المتوافرة والتي يشيع استعمالها في المجتمع
- اطلب من المتعلمين تعداد أسماء الطرق المستعملة محلياً لمعالجة الملاريا ثم سجلها في لائحة واطلب من المتعلمين تعلمها
- نوّه بالقواعد التي يجب اتباعها لتجنب العدوى بالملاريا
- بيّن علاقة الملاريا بسقوط الأمطار

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات في مجموعات
- الإيضاح العملي
- الصور الفوتوغرافية والملصقات
- السبورة
- الرسومات التوضيحية

الوحدة 21: الأمراض التنفسية الشائعة

الأهداف التعليمية

- أن نتعلم كيفية معالجة الأمراض التنفسية الشائعة والوقاية منها

الحقائق التي يراد تعلمها

- معالجة الأمراض التنفسية الشائعة أمر هام بسبب كثرة حدوثها ، وكثرة تضاعفها بأمراض جرثومية معدية ثانوية.
- الأمراض التي تنتج عن العدوى التنفسية تشمل : الربو، والزكام (نزلات البرد)، والنزلة الوافدة (الإنفلونزا)، وأنواع السعال الناجمة عن العدوى، والالتهاب الرئوي، والتهاب البلعوم، والتهاب اللوزتين، والحسي الروماتيزمية

الأنشطة التعليمية

1-21: الربو

- قم بوصف الربو
- عدّد علامات الربو
- قم بوصف الإجراءات الوقائية التي ينبغي اتخاذها
- بين للمتعلمين كيف يتوصلون إلى أن الطفل مصاب بالربو
- اشرح للمتعلمين أنه ينبغي لكل مريض بالربو مراجعة الطبيب واستشارته

2-21: الزكام (نزلة البرد) والنزلة الوافدة (الإنفلونزا)

- قم بوصف أعراض كل من الزكام والنزلة الوافدة
- قم بوصف الطرق الوقائية التي ينبغي اتخاذها
- عدّد الإرشادات التي يجب اتباعها من قبل المصاب بالزكام والنزلة الوافدة
- تعرف على الطرق المحلية المتبعة في معالجة الزكام والنزلة الوافدة
- عدد هذه الطرق وسجلها على السبورة واطلب من المجموعة تحديد الطريقة الأكثر فعالية من بينها
- بين للمتعلمين أن الأسبرين والباراسيتامول هما علاجان فعالان في معالجة الزكام والنزلة الوافدة

3-21: السعال

- بين للسعال أن السعال ليس مرضاً بحد ذاته ولكنه عرضٌ لكثير من الأمراض التي تؤثر على الحنجرة، أو الرئتين، أو القصبات (وهي شبكة الأنابيب الهوائية في الرئتين)
- عدد أسماء الأمراض الشائعة التي تسبب السعال
- قم بإيضاح كيفية استنشاق أبخرة الماء الساخن
- قم بإيضاح كيفية تصريف المخاط من الرئتين

الأنشطة التعليمية (تتمة)

4-21 : الالتهاب الرئوي

- عُدّد علامات وأعراض المرض
- قم بإيضاح علامات وأعراض الالتهاب الرئوي والقواعد التي يجب اتباعها لتخفيف من المرض عند الأطفال

5-21 : التهاب الحلق والتهاب اللوزتين والحمى الروماتيزمية

- بيّن أن هذه الأمراض كثيراً ما تعقب الزكام الشائع
- اذكر أعراض وعلامات هذه الأمراض
- اذكر القواعد التي ينبغي اتباعها لتخفيف حدة هذه الأمراض
- قم بإيضاح إجراءات الغرغرة بالماء المالح الدافئ
- أسأل الطلاب عن الأشياء التي يتناولونها عادةً عندما يصابون بأحد هذه الأمراض
- ناقش الأفكار المختلفة وسجلها في لائحة
- أكد على أن الأطفال هم ضحايا هذه الأمراض في معظم الأحيان
- اطلب من الصف اتباع التعليمات التالية عند إصابتهم بأي من هذه الأمراض:
 - تغطية الفم عند السعال أو العطاس.
 - استعمال منديل ورقي أو قماشي للتخلص من البلغم والمفرزات الأنفية
 - عدم البصاق على الأرض، داخل أو خارج المنزل
 - عدم المشاركة مع الآخرين في التدخين أو في أوعية الشرب أو أواني الطعام

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات
- الإيضاح العملي
- السبورة
- الصور الفوتوغرافية
- الملصقات

الوحدة 22: أمراض أخرى

الأهداف التعليمية

- أن تتعلم ماذا يعني بالإيدز، والتفاعلات الأرجية (التحسسية)، والصرع، والعدوى البولية التناسلية، والتهاب الكبد، وكيفية معالجة هذه الأمراض

الحقائق التي يراد تعلمها

1-22 : الإيدز

- الإيدز : متلازمة العوز المناعي المكتسب، وهو مرض حديث نسبياً
- ينجم الإيدز عن فيروس يدمر جهاز المناعة في الجسم ، ومن ثم يؤدي إلى الإصابة بأمراض معدية قاتلة وبعض أشكال السرطانات
- حتى اليوم لم يظهر لقاح للمرض، ولم يوجد له علاج، ولم يمكن الشفاء منه
- الفيروس المسبب للإيدز يدعى فيروس عوز المناعة البشري (HIV) وهو يستطيع الانتقال من الشخص المصاب بعدواه إلى الآخرين من خلال الاتصال الجنسي بين أفراد الجنس الواحد أو مع أفراد من الجنس الآخر كما ينتقل بنقل الدم أو مشتقاته الملوثة بالفيروس، وبالإبر الملوثة وغيرها من الأدوات الواخزة
- يمكن أن ينتقل أيضاً من الأم المصابة بالعدوى إلى الجنين أو الوليد
- لا تنتقل العدوى بالمخالطة اليومية العارضة في أماكن العمل أو الشوارع ، ولا بالاشترك في استعمال الأواني أو الثياب، ولا بالطعام أو بالماء أو الهواء، ولا تستطيع الحشرات أو لدغاتها أن تنقل الفيروس

الأنشطة التعليمية

- اشرح ما نعنيه بالإيدز
- أكد على النتائج الجسمية والاجتماعية والنفسية لعدوى الإيدز
- وضح كيف تمهد المخدرات الطريق للإصابة بالإيدز
- أشرك الصف في مناقشة خطورة الإيدز على الأفراد والعائلات والمجتمع
- اعرض صوراً فوتوغرافية عن البشر المعذبين بالإيدز، والفت نظر المتعلمين إلى خطورة المرض
- ثابر على تكرار قولك بأن هذا المرض ليس له لقاح ولايشفى، ومع ذلك يمكن الوقاية منه
- أكد على طرق العدوى والطرق التي لا تؤدي إلى العدوى
- اشرح للمتعلمين أن الاستعفاف عن العلاقات الجنسية خارج الزواج هو الوسيلة الوحيدة المؤكدة للوقاية من الإيدز
- اشرح للمتعلمين أن العازل الطبي يساعد في الوقاية من انتقال العدوى من الزوج المريض للزوج السليم
- اشرح للمتعلمين أن هناك عدداً آخر من الأمراض المنقولة جنسياً إلى جانب الإيدز، مثل داء السيلان، والزهري (السفلس أو الافرنجي)، والقرح اللين، وأن الاستعفاف عن العلاقات الجنسية خارج إطار الزواج يقي منها، وأن كثيراً منها قابل للمعالجة.

الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • الصور الفوتوغرافية • الملصقات • الرسوم التوضيحية المتوفرة
الحقائق التي يراد تعلمها
<p style="text-align: center;">2-22 : التفاعلات الأرجية (التحسسية)</p> <ul style="list-style-type: none"> • الأرجية أو الحساسية تفاعل يصيب بعض الأشخاص دون غيرهم عندما يتعرضون للأشياء التي يتحسسون منها: - بالاستنشاق - بالأكل - بالحقن - بالتماس • الأرجية أو الحساسية ليست عدوى • كثيراً ما يعاني المتحسسون معاناة أشد في بعض أوقات السنة، بحسب الطقس والتبدلات السنوية في الطبيعة
الأنشطة التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح مختلف التفاعلات الأرجية (التحسسية): الحكة، وسيلان الأنف، وتهيج الحنجرة... إلخ • عدّد علامات وأعراض التفاعل الأرجي (التحسسي) • بيّن أن الأدوية قد تسبب التحسس، ويجب تجنب مثل تلك الأدوية
الطرائق والوسائل التعليمية
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في جماعات • الإيضاحات العملية • الرسومات
الحقائق التي يراد تعلمها
<p style="text-align: center;">3-22 : الصرع (نوبات التشنج)</p> <ul style="list-style-type: none"> • الصرع اضطراب عصبي يؤدي للانهيار وفقدان الوعي • عندما يصاب طفل صغير بنوبة تشنج أثناء إصابته بالحمى المرتفعة لا يكون ذلك صرعاً في العادة

<p style="text-align: center;">الأنشطة التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح كيفية التعرف على النوبة الصرعية، وابتحث عن الاسم المحلي للصرع • بين ما ينبغي عمله للمريض أثناء النوبة الصرعية • ارسم صورة تبين كيف ينبغي أن يتم إضجاع المريض أثناء النوبة الصرعية
<p style="text-align: center;">الطرائق والوسائل التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • الإيضاح العملي • الرسومات • الصور الفوتوغرافية
<p style="text-align: center;">الحقائق التي يسهل تعلمها</p>
<p style="text-align: center;">4-22 : العدوى البولية التناسلية</p> <ul style="list-style-type: none"> • في بعض الأحيان يهاجم جسم الإنسان من قبل ميكروبات أو عناصر خارجية الحيات أو قروحاً أو أشكالاً من التهيُّج الموضعي
<p style="text-align: center;">الأنشطة التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • اشرح معنى الحبة، القرحة، الاندفاعات. • أذكر الأمراض التي تنتج عن الاتصال الجنسي، مع تسليط الضوء على أخطار هذه الأمراض على الولدان • أشرك الصف بالاستشهاد بآيات من القرآن الكريم أو أحاديث نبوية شريفة تحرم العلاقات الجنسية غير الصحيحة، وسجل أيضاً عدداً من الأمثال والأقوال المأثورة المحلية • شجع عناصر الصف على إلقاء الكلمات حول هذا الموضوع
<p style="text-align: center;">الطرائق والوسائل التعليمية</p>
<ul style="list-style-type: none"> • المحاضرات • المناقشات في مجموعات • التمثيل • الإيضاح العملي • السبورة • الرسومات

الحقائق التي يراد تعلمها

22-5 : التهاب الكبد

- التهاب الكبد عدوى بفيروس يضر بالكبد، وينتقل من براز الشخص المصاب إلى فم الآخرين عبر الماء أو الطعام الملوثن وهذا ما يدمى بالتهاب الكبد الألفي.
- هناك نمط آخر من التهاب الكبد يدعى التهاب الكبد البائي يمر من دم الشخص المصاب إلى دم الآخرين عن طريق الدم أو الأبر الملوثة أو الاتصال الجنسي
- هنالك أنواع أخرى اكتشفت حديثاً من التهاب الكبد الفيروسي كالأنواع "C" و" B" و" G" ومنها ما ينتقل بنقل الدم والاتصال الجنسي ومنها ما ينتقل بالفم .

الأنشطة التعليمية

- عدد علامات وأعراض التهاب الكبد
- صف الإجراءات الوقائية التي ينبغي اتباعها
- بيّن للصف أن الطفل الذي تصبغ عيناه صفراوين وبوله بنياً قائماً كالشاي قد يكون مصاباً بالتهاب الكبد
- ناقش كيفية التدبير العلاجي للمصاب بالتهاب الكبد

الطرائق والوسائل التعليمية

- المحاضرات
- المناقشات في مجموعات
- التمثيل
- الإيضاح العملي
- الرسومات

المراجع

- المراجع الرئيسية للوحدات الصحية:
- 1- أنموذج المنهج المدرسي الصحي ذي المردود العلمي، مرجع المعلم منظمة الصحة العالمية ، الإسكندرية (1990)
 - 2- العاملون في صحة المجتمع، منظمة الصحة العالمية ، جنيف - (1987)

الملحق 1 التقانات الهامة

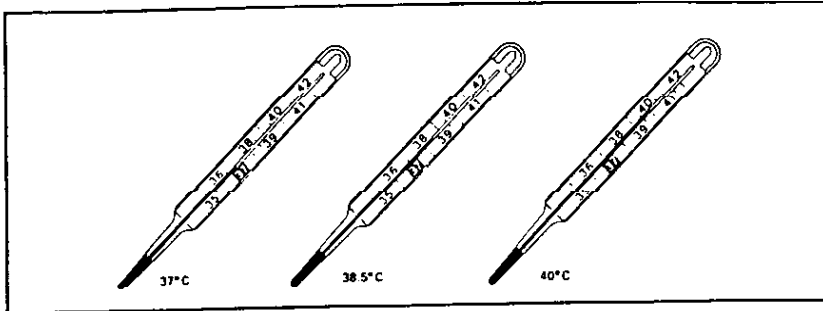
قياس الحرارة:

هناك ثلاث طرق شائعة لقياس حرارة شخص ما: (أ) بوضع مقياس الحرارة في الفم. (ب) بوضع مقياس الحرارة في الإبط. (ج) بوضع مقياس الحرارة في الشرج.

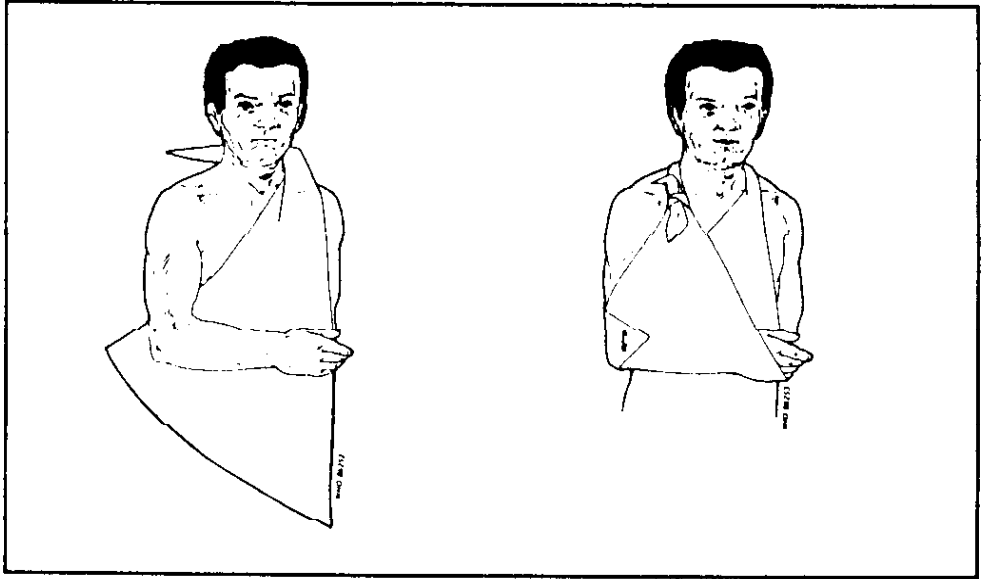
قياس الحرارة في الفم أو في الإبط

- 1- تأكد من أن عمود الزئبق داخل مقياس الحرارة أقل من 35 درجة مئوية. وإذا لم يكن كذلك، هز مقياس الحرارة حتى ينخفض عمود الزئبق بشكل كاف.
- 2- اطلب من المريض أن يضع الجزء الصغير من مقياس الحرارة تحت لسانه وأن يبقي فمه مغلقاً أو في حال وضعه في الإبط أن يثبت مرفقه على جسده.
- 3- اترك مقياس الحرارة في مكانه هذا مدة دقيقتين.
- 4- اسحب مقياس الحرارة للخارج وإقرأ الرقم الذي يوافق قمة العمود الزئبقي داخل مقياس الحرارة، فإذا كان الرقم يزيد عن 37,5 درجة مئوية فالمرضى مصاب بالحمى، وتزداد شدة الحمى بارتفاع ذلك الرقم.
- 5- نظف مقياس الحرارة ببعض الماء والصابون والقطن النظيف، ولا تستعمل الماء الساخن، ثم هز مقياس الحرارة حتى يعود عمود الزئبق باتجاه القسم الصغير من الميزان، واحفظه في مكان أمين بحيث لا يسقط على الأرض فينكسر.

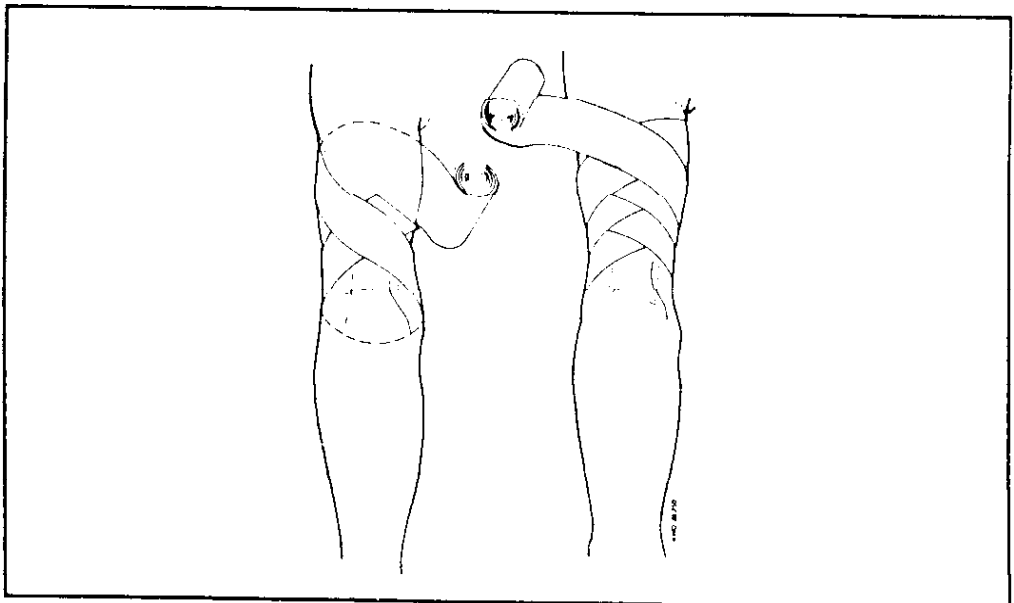
ماهي درجة الحرارة في مقياس الحرارة التالية؟



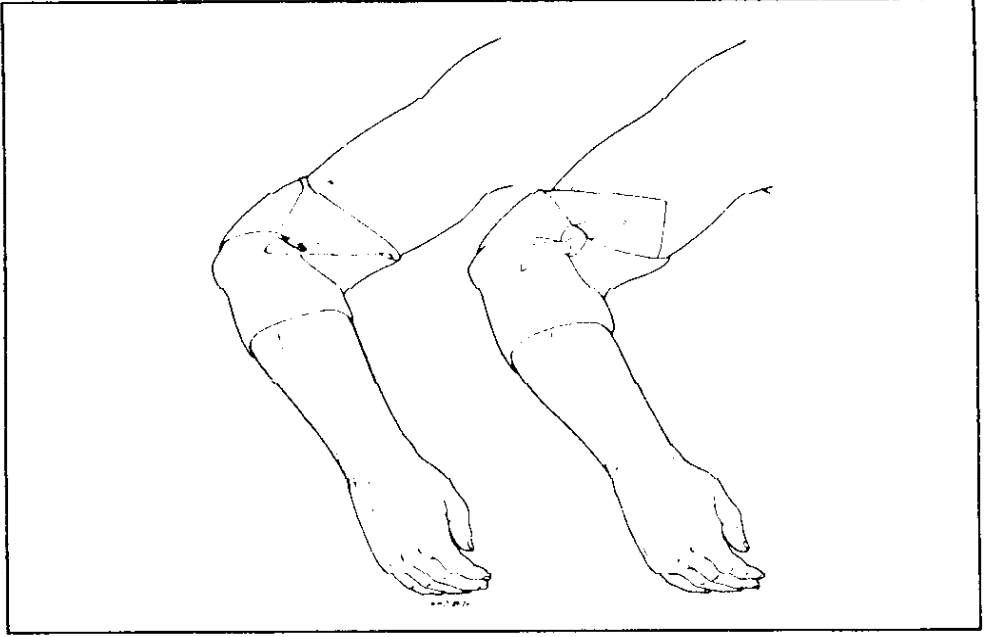
كيف تلف العصاب علي أجزاء البدن المختلفة
وشاح للذراع



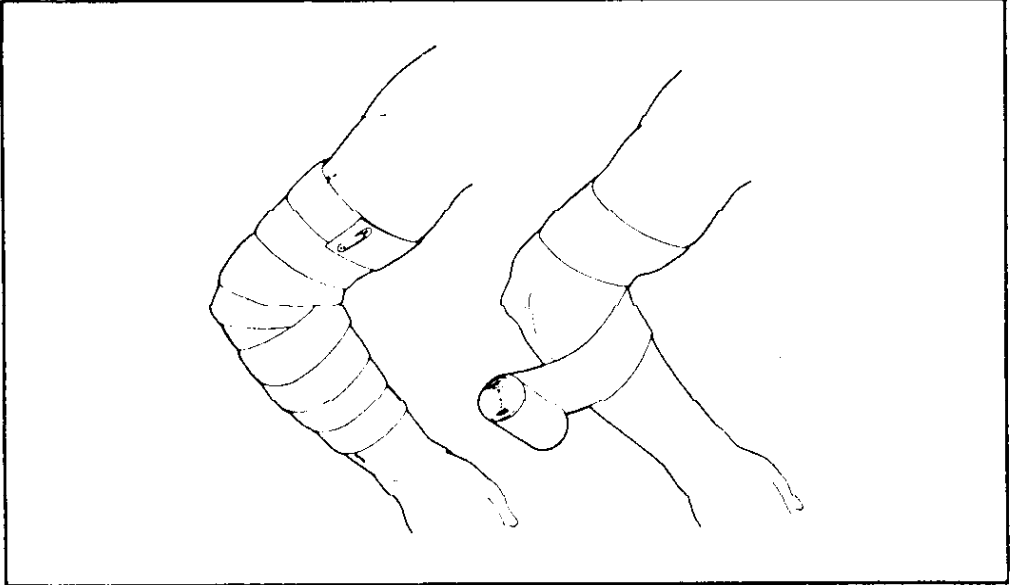
عصابة لفافة للمرفق

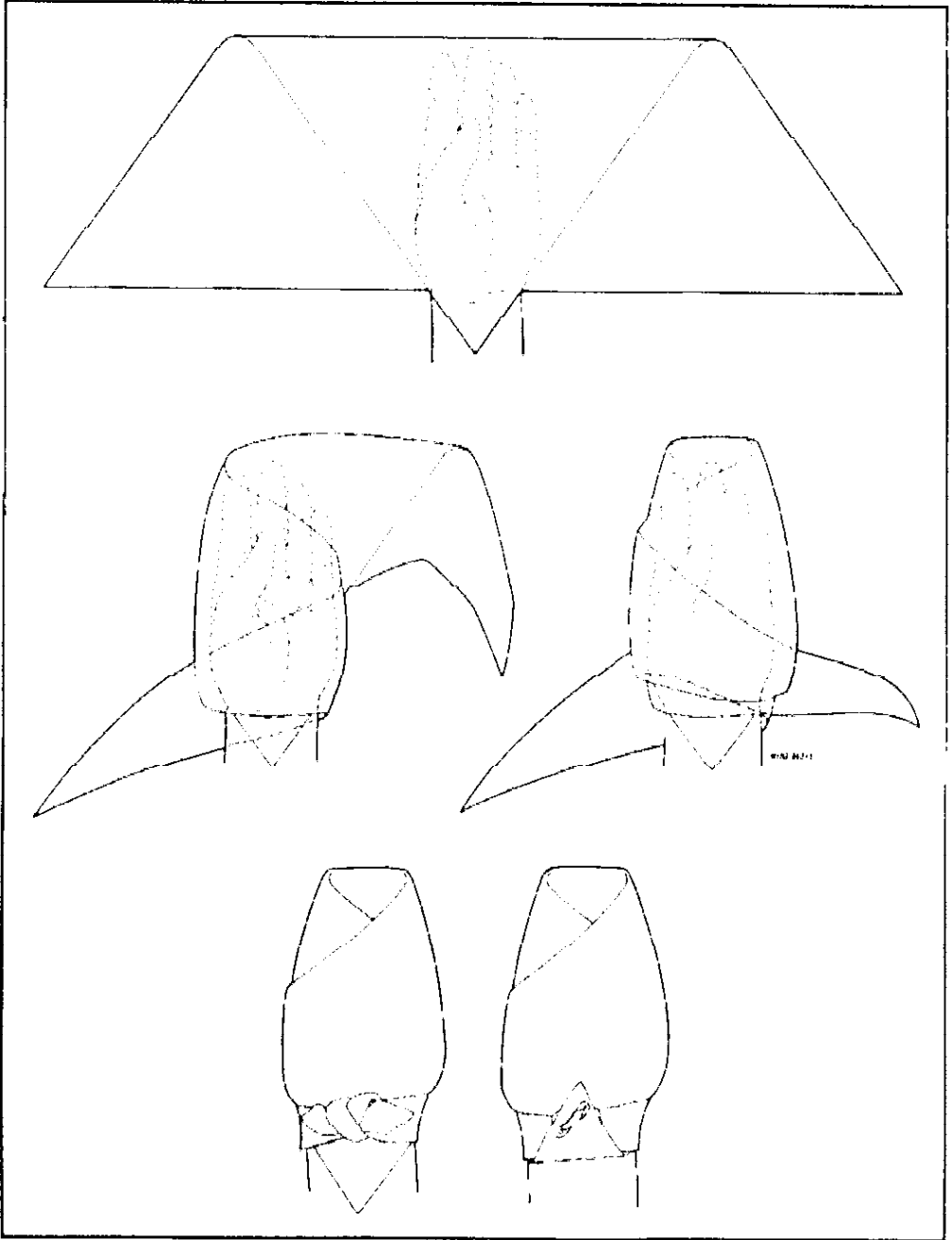


عصابة المرفق

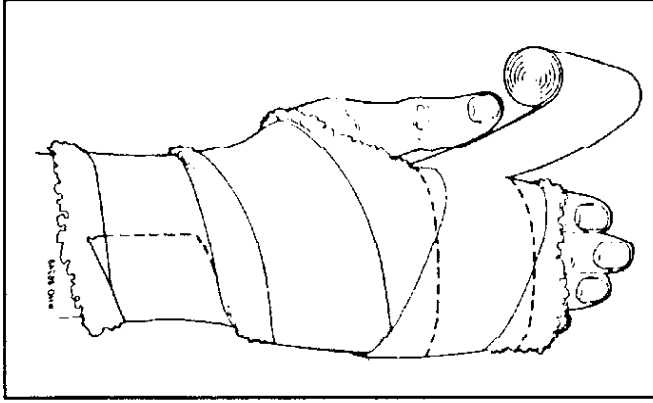


عصابة لفافة للساعد

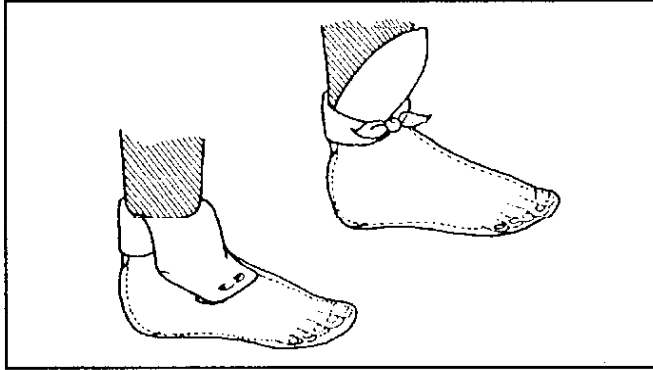




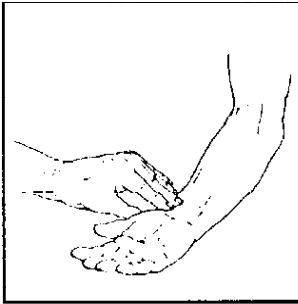
عصابة لفافة لليد



عصابة للقدم



عدُّ النبض



- 1- احضر ساعة لها عقرب ثواني وضعها أمامك
 - 2- ضع إصبعين من أصابع يدك اليمنى فوق رسع المريض في نفس جهة إبهامه، كما هو موضح في الرسم.
 - 3- اضغط بشكل خفيف جداً، فتشعر بضربات منتظمة، هي النبض.
 - 4- عد تلك الضربات خلال دقيقة كاملة ناظراً إلى الساعة. إن عدد الضربات التي حصلت عليه خلال دقيقة واحدة هو معدل النبض. وهو في الحالة السوية يتراوح بين 70-80 ضربة بالدقيقة. وتزداد سرعة النبض في الحالات التالية:
- الجهد: عد النبض بعد إراحة المريض. ففي درجة حرارة 38 مئوية تصبح سرعة النبض 100 نبضة/دقيقة تقريباً.

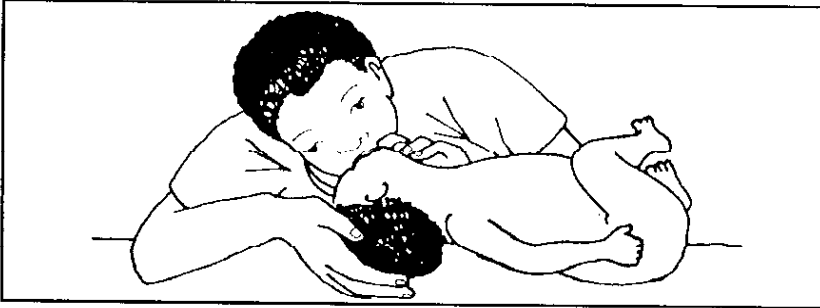
- وفي درجة حرارة 39 مئوية تصبح سرعة النبض 120 نبضة/دقيقة تقريباً.
- التجفاف: فازدياد سرعة النبض إلى 130 مع غياب الحمى قد يكون أحد علامات التجفاف الشديد.
- بعض الأمراض القلبية.

كيفية إجراء الإنعاش فما لفم (التنفس الاصطناعي)

إذا توقف تنفس الوليد مع بقاء نبضات القلب، ينبغي تقديم المساعدة له حتى يعتنفس وإلا تعرض للموت. ويمكن للطريقة الموصوفة أدناه أن تستخدم لمساعدة الأطفال الأكبر سناً أو الكبار على استعادة التنفس بعد توقفه إثر السقوط في الماء أو بعد التعرض لصدمة كهربائية مثلاً.

بالنسبة للوليد

- 1- نظف وبسرعة وبلطف كلاً من الفم والأنف والحنجرة لكي يمكن للهواء أن يمر بسهولة إلى داخل الصدر
 - 2- ضع الطفل على ظهره مع إمالة رأسه كما هو موضح بالشكل المرفق
 - 3- غط بفمك كلاً من فم وأنف الوليد
 - 4- انفخ نفخات ضئيلة، لطيفة داخل صدر الوليد وبمعدل 25-30 مرة بالدقيقة بحيث يرتفع الصدر مع كل نفخة، لاتنفخ بقوة لأن ذلك قد يؤدي صدر الوليد
 - 5- توقف قليلاً لترى هل بدأ الوليد بالتنفس، ثم استأنف النفخ برفق، واستمر وثابر إلى أن يتنفس الوليد بشكل منتظم
 - 6- قد يمر الهواء إلى معدة الوليد، فإذا رأيتها منتفخة اضغطها من الأسفل للأعلى لطردها فيها من الهواء
- قد يبدأ الوليد بالتنفس النظامي على الفور تقريباً، وقد يكون عليك أن تواصل النفخ في صدره مدة تصل إلى 15 دقيقة إذا كان القلب مازال ينبض.



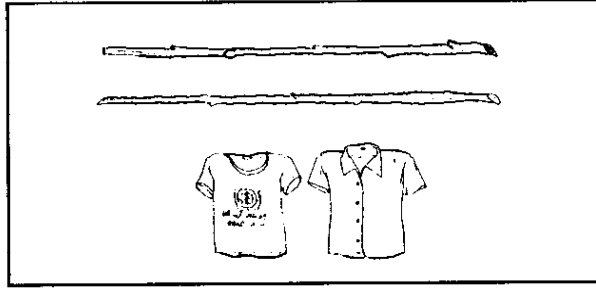
بالنسبة إلى الأطفال الكبار والبالغين

- 1- نفس ما يجري للطفل الوليد.
- 2- نفس ما يجري للطفل الوليد.

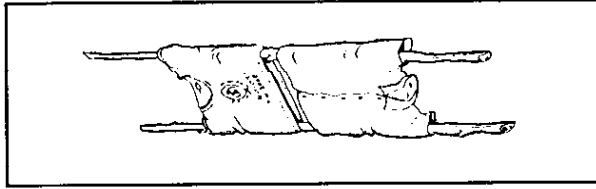
- 3- غطّ فم المريض بقمك بعد سحب فكّه السفلي بإحدى يديك لفتح طريق مرور الهواء إلى الصدر
- 4- انفخ الهواء في صدر المريض بسرعة 15-20 مرة بالدقيقة وبكامل الضغط الصدري لديك وبشكل يكفي لملء صدر المريض وهذا يعني أن عليك أن تأخذ نفساً عميقاً ثم تنفخ كل ثلاث ثوانٍ أو أربع
- 5- ارفع رأسك لتسمح للهواء بالخروج، وافحص المريض لترى هل بدأ بالتنفس، ثابر على ذلك حتى يبدأ المريض بالتنفس، وقد يترتّب عليك فعل هذا ما يزيد على الساعة.

كيفية صنع نقالة

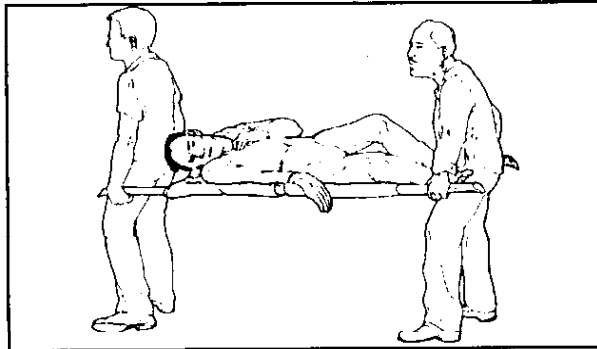
- 1- استعمل عصاوين يبلغ طول كل منهما ٢متر، وقميصين بعد تثبيت أزرارهما



- 2- أدخل العصاوين في أكمام القميصين كما هو موضح بالصورة التالية



- 3- أصبحت النقالة جاهزة ويمكنك الآن نقل المريض بشكل مريح إلى المستشفى أو إلى المركز الصحي



كيفية بناء واستخدام مرشحة للماء (حجم منزلي)

بناء المرشحة

- 1- أحضر برميلاً أو أي حاوية يبلغ عمقها المتر الواحد على الأقل
- 2- انزع الغطاء أو سقف الحاوية (إذا كان موجوداً)
- 3- نظف السطوح الداخلية والخارجية بالفرشاة
- 4- ثبت حنفية (صنبوراً) قرب قاع الحاوية وذلك بلحامها إن أمكن
- 5- ضع الحاوية على أحجار أو على قطع من الأجر بحيث يسهل وضع دلو أو إبريق تحت الحنفية بهدف جمع الماء
- 6- اجمع بعض الحجارة المدورة التي يبلغ قطرها 2-4 سم وضعها في الحاوية حول فتحة الحنفية من الداخل. ورتب هذه الحجارة بطريقة لا تسد تلك الفتحة تماماً
- 7- اجمع بعض الحصى أو الحجارة التي تشبه في حجمها وشكلها البازلاء (قطرها يتراوح بين 0,5 - 1سم) وضع طبقة منها بسماكة 15-20 سم في قعر الحاوية بحيث تغطي الأحجار المصفوفة حول الفتحة الداخلية للحنفية.
- 8- أضف طبقة من الرمل بسماكة 50 سم، على أن يكون الرمل شديد النعومة، وتكون أقطار معظم حبيباته متراوحة بين 0,2-1 مم. ويمكن أن يوضع فوق الرمل طبقة من الصخور المسطحة لمنع تحركه بحركة الماء..

تشغيل المرشحة

- 9- اغلق الحنفية الموجودة قرب قاع الخزان.
- 10- صب الماء في الحاوية بعناية لكي يُستثار الرمل الناعم في الطبقة العليا، واملء الحاوية حتى تصل حافة الماء إلى مسافة 2-3 سم قبل الحافة العلوية للحاوية.
- 11- افتح الحنفية وخذ دلواً من الماء المنسكب منها وصبه برفق في الحاوية من الأعلى ويجب سحب الماء من الحنفية ببطء شديد (بحيث لا يزيد معدله عن لتر واحد بالدقيقة بالنسبة لحاوية يعادل حجمها حجم برميل الزيت).
- 12- كرر العملية السابقة 15-20 مرة أو إلى أن يصبح الماء المتدفق من الحنفية رائقاً أترك المرشحة على هذه الحال لمدة يوم أو يومين مع التأكد من أن الرمل مغمور بالماء بشكل دائم.

استعمال المرشحة

- 13- اسحب الماء من الحنفية الموجودة قرب قاع الخزان على ألا يتجاوز معدل السحب 1-2 لتر بالدقيقة.
- 14- بعد نفاذ الماء الموجود في الحاوية، استعمل دلواً آخر لجلب الماء الجديد من البركة أو الجدول واملأ به الحاوية مع التأكد دائماً من أن الرمل مغمور بالماء بشكل دائم.
- 15- يجب المحافظة على أعلى المرشحة مغلقاً باستثناء أوقات ملئها وذلك لإبعاد الحشرات والحيوانات والطيور والأوساخ عنها، وكذلك للتخفيف من فقدان الماء عن طريق التبخر.

تنظيف المرشحة

- 16- بعد مضي أسبوعين أو شهر على استعمال المرشحة يلاحظ تباطؤ في تدفق الماء عبر الحنفية، وعند ذلك يتوجب تنظيف السطح العلوي منها.
- 17- اسحب الماء من الحنفية من دون إضافة المزيد منه فوق الرمل.
- 18- راقب انخفاض مستوى الماء فوق الرمل واحرص على أن يكون مستوى الماء على مستوى الرمل ذاته
- 19- بعد ذلك الوصول إلى المستوى اسحب 10 لترات من الماء (إذا كانت الحاوية تعادل حجم برميل الزيت)، ثم أغلق الحنفية.
- 20- اجرف طبقة من الرمل سماكتها 2 سم (بساكة ابهامك تقريباً).
- 21- املاً الحاوية من جديد بالماء كما هو مذكور في الخطوة رقم (10) أعلاه.

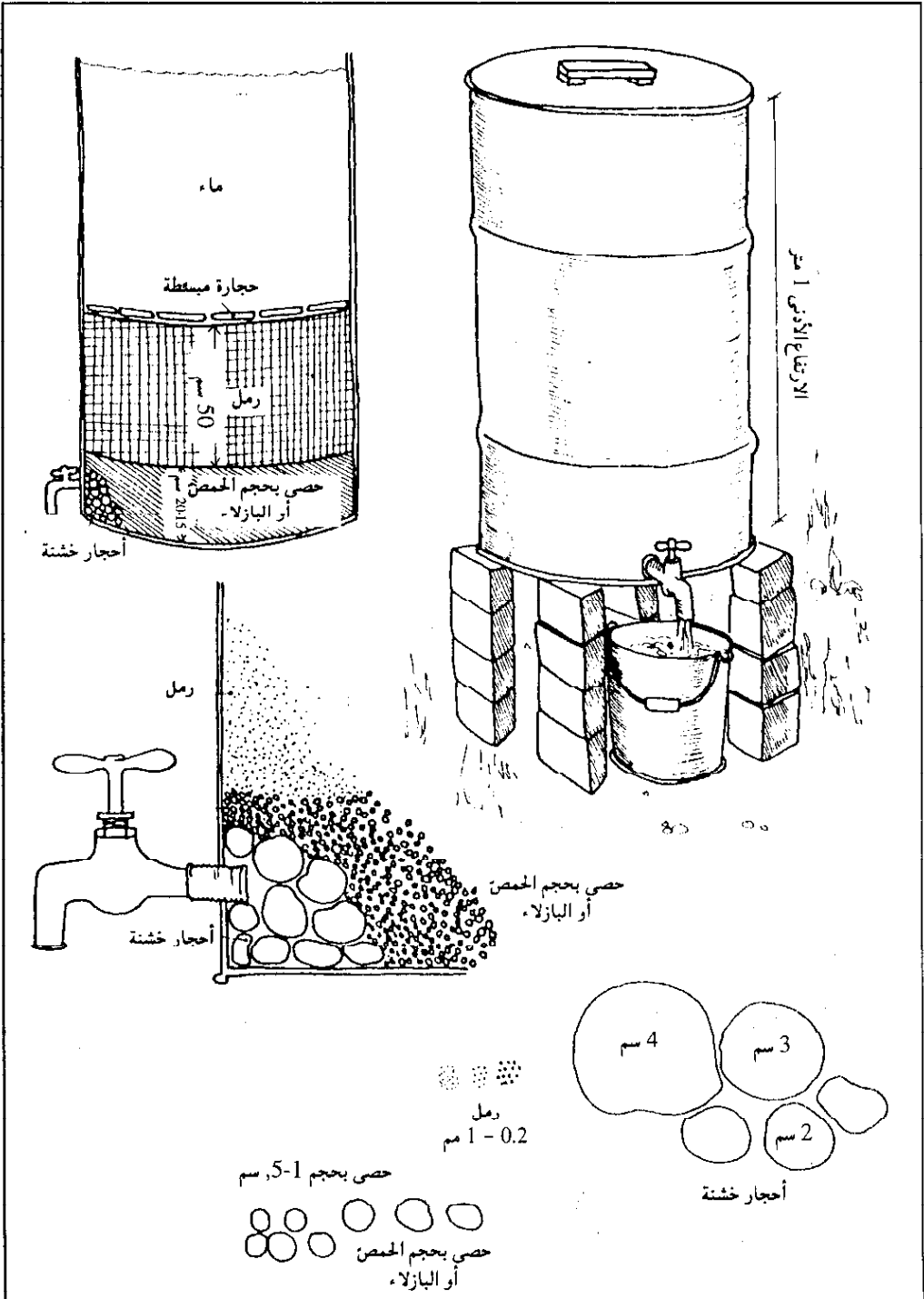
الصيانة على المدى الطويل

- 22- بعد إجراء 4-5 تنظيفات ستقل سماكة الطبقة الرملية إلى حد كبير.
- 23- في التنظيف التالي، اسحب الماء حتى يصل إلى المستوى الموصوف في الخطوات 18, 17 المذكورتين أعلاه.
- 24- اسحب الآن 25 لتراً من الماء ليصبح مستوى الماء أدنى من مستوى الرمل بمقدار 10 سم، واحتفظ بهذا الماء لإعادة المرشحة إلى المرشحة.
- 25- إستخرج الرمل حتى مستوى الماء، واحتفظ به في دلاء أو في سلة.
- املاً المرشحة من جديد بالرمل النظيف، وأعد الرمل الذي احتفظت به في الخطوة (25)
- 26- المذكورة أعلاه، واجعل سطح الرمل أملس.
- 27- عُدْ إلى صب الماء الذي احتفظت به في الخطوة 24، وذلك بلطف، داخل الحاوية.
- 28- املاً الحاوية بالمزيد من الماء حتى يصل مستوى الماء إلى 2-3 سم قريباً من الحافة العلوية للحاوية.
- 29- أصبح الماء المسحوب من الحنفية الآن صالحاً للشرب.

كيفية تطهير ماء الشرب بالمسحوق المبيض

المواد المطلوبة

- زجاجة نظيفة سعتها لتر واحد، يفضل أن تكون من الزجاج الملون البني أو الأخضر وأن يكون لها سدادة أو فليئة محكمة الإغلاق.
- مسحوق تبييض.
- ملعقة صغيرة (ملعقة شاي)
- لتر واحد من الماء الصافي.



تحضير محلول التخزين:

- 1- ضع ثلاث ملاعق صغيرة من مسحوق التبييض في الزجاجاة.
- 2- أضف الماء الرائق إلى الزجاجاة حتى تصبح مملوءة إلى نصفها أو ثلاثة أرباع حجمها. 3-
- 3- أغلق الزجاجاة، خضها حتى تتفتت كتل المسحوق المبيض.
- 4- املاً الزجاجاة بشكل تام بالماء الرائق، خضها عدة مرات لمزج المحتويات.

ملاحظة:

سيبدو محلول التخزين هذا عكراً في البداية، إلا أن المسحوق الأبيض سيترسب في قعر الزجاجاة، وذلك لا يهم لأن المادة البيضاء لا تحتوي على أي مطهر. اختزن المحلول في مكان مظلم بعيداً عن أشعة الشمس.

تطهير ماء الشرب:

- 1- إذا كان الماء المراد تطهيره رائقاً وعتيم اللون، أضف ملء ملعقة صغيرة من محلول التخزين إلى كل 10 لترات من الماء (1,5 مغ كلور ثنائي لكل لتر)
- 2- إذا كان الماء المراد تطهيره عكراً أو ملوناً أو يلون الطين، أضف ملعقتين صغيرتين من محلول التخزين لكل 10 لترات من ماء الشرب (3 مغ كلور لكل لتر)
- 3- بعد إضافة محلول التخزين حرك الماء المراد تطهيره بعضاً نظيفة.
- 4- دعه يرقد لمدة 20 دقيقة لتعطي لمادة الكلور الوقت الكافي لتطهير الماء.

