**الصحة المدرسية**

هي ذلك الجزء من برنامج الصحة العامة الذي يطبق داخل المدارس بهدف رفع المستوى الصحي للمجتمع المدرسي ومن خلاله يتم التعاون بين الاسرة والمدرسة لاكسابهم العادات الصحية السليمة التي من شأنها رفع المستوى الصحي للتلاميذ والبيئة المحيطة بهم.

**أهداف الصحة المدرسية**

تعتبر الصحة المدرسية مجموعة من المفاهيم والمبادئ والخدمات التي يتم تقديمها من أجل تعزيز صحة الطلاب وصحة المجتمع من خلال المدارس، بالتالي فإنّ الهدف الرئيسي هو تحسين وحفظ صحة الطالب ورفع منسوب التعليم، وهنالك مجموعة من الأهداف للصحة المدرسية وهي:

1- تحديد أهم المشاكل الصحية في مجتمع المدرسة وإخبار التربويين بها.

2- تدريب المعلمين على مجموعة من الأعمال منها القدرة على اكتشاف الأمراض مبكراً، ومراقبة البيئة المدرسية، ونشر التوعية الصحية.

3- توفير الخدمات الصحية لمجموعة كبيرة من المجتمع (الطلاب ومنتسبي التعليم).

4- تحسين وتوفير بيئة صحية مدرسية بالتعاون مع الأسرة التربوية.

**أهمية الصحة المدرسية**

تعتبر الصحة المدرسية من الأمور المهمة وذلك للأسباب التالية:

1- توفر الرعاية الصحية للطلاب أثناء وجودهم في المدرسة.

2- تضمن حصول جميع الطلاب على الرعاية الصحية المقدّمة.

3- تراقب انتشار الأمراض المعدية والحد منها و تقدم التوعية الصحية.

5- تعتبر مورداً طبياً يؤدي إلى تطوير السياسات في المدرسة.

6- تعمل على تعزيز الصحة والترفيهية لجميع أعضاء المدرسة بالتالي تعزز نتائج التعليم الإيجابية وتوفير بيئة تعليمية آمنة.

**مكوّنات الصحة المدرسية**

تتكون الصحة المدرسية من مجموعة من العناصر منها:

**1- الخدمات الصحية المدرسية: وتشمل**

أ- الرعاية الصحية للتلاميذ وهيئة المدرسة وتشملك

- تقويم صحة التلاميذ

- متابعة صحة التلاميذ

- الوقاية من الامراض المعدية

- اجراءات الطواريء والاسعافات الاولية.

- رعاية هيئة المدرسة من مدرسين وغيرهم.

ب- البيئة الصحية المدرسية: وتشمل

- البيئة الطبيعية

- البيئة الاجتماعية

- التغذية المدرسية

- الوقاية من الحوادث

3- التربية الصحية المدرسية: وتشمل

- التربية الصحية للاباء

- التربية الصحية للتلاميذ

- التربية الصحية لهيئة المدرسة

2- تدريب العاملين في مجال الصحة المدرسية

3- اجراء البحوث في الصحة المدرسية

**أهداف الصحة والتربية الصحية**

كي نفهم أهداف التربية الصحية يجب أن نلم بأهداف الصحة:

1. **أهداف الصحة**
2. توفر بيئة صحية سليمة.
3. إتاحة الوسائل والمصادر والخدمات الضرورية للمحافظة على صحة الأفراد
4. حث الأفراد على السلوك الواعي الذكي المسئول عن أمان ورقي صحتهم وصحة أطفالهم.
5. **أهداف التربية الصحية**

هي الخبرات التعليمية التي تعمل المدرسة على توفيرها وتتلخص بمايلي:

1. النظافة.
2. الغذاء المتكامل.
3. النوم والراحة.
4. القوام.
5. ممارسة الرياضة.
6. المحافظة على صحة البيئة.
7. الصحة العقلية.
8. منع الحوادث.
9. مكافحة الإمراض المعدية.
10. نظافة وصحة الملبس.
11. العناية الطبية وصحة الأسنان.

12. معرفة الحدود البدنية للفرد والتعايش خلالها.

**كيفية المحافظة على الصحة**

أن جسم الإنسان يعمل كوحدة واحدة وللمحافظة على الحالة الصحية السليمة للفرد يجب أتباع الأمور التالية:

1. المحافظة على اللياقة البدنية وذلك بممارسة النشاط الرياضي بانتظام.
2. الاسترخاء والراحة والنوم وهذه ضرورية للحد من التوتر والتعب وحفظ الطاقة.
3. المشاركة في النشاط الترويحي والذي يساعد الفرد على تنمية مهاراته واهتماماته التي هي أساس استغلال وقت فراغه.
4. يجب العناية التامة بالأسنان حيث وجد أن هناك علاقة ايجابية بين سلامة الأسنان والصحة العامة للفرد.
5. العناية بسلامة وصحة النظر والسمع والنطق السليم حيث أنها حيوية ومهمة للتحصيل والنجاح الأكاديمي (العلمي).
6. تنمية سلامة ورفاهية الفرد ككل عن طريق وضع برنامج جيد للتخطيط للعناية بالصحة الشخصية والاهتمام بنظافة الجلد، الشعر، والأقدام والملابس.
7. التغذية السليمة وتنظيم الوجبات الغذائية.
8. تنظيم الإخراج بوقت معين بتناول كمية كافية من الفاكهة والخضروات والماء.
9. الكشف الطبي الشامل.