

١- التربية الصحية هي حالة اكتمال فى الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد الخلو من الامراض او العاهات ()

٢- الصحة من الناحية البدنية هي مقدرة اعضاء واجهزة الجسم المختلفة على أداء وظائفها بشكل طبيعى ومتوافق ()

٣- الصحة من الناحية النفسية هي اكتمال العقل والتوازن النفسى نسبة الى المرحلة العمرية التى يجتازها الانسان وقدرته على التكيف مع نفسه ()

٤- الصحة من الناحية الاجتماعية قدرة الانسان على التكيف مع المحيط الخارجى ()

٥- الصحة هي علم وفن تحقيق الوقاية من الامراض واطالة العمر وترقية الصحة والكفاية ()

٦- الصحة هي حالة توازن بين وظائف الجسم والمحيط البيئى والعوامل الطبيعية والبيولوجية والاجتماعية ()

٧- تعد التربية الصحية من أهم مجالات الصحة العامة الحديثة وجزءا أساسيا لأى برنامج للصحة العامة ()

٨- التربية الرياضية جزء من التربية العامة ولا يقتصر دورها على أن يتلائم الفرد مع البيئة والحياة الحديثة بل يتعدى ذلك إلى اكساب الافراد تفهما أفضل للخدمات الصحية المتاحة للمجتمع والاستفادة منها ()

٩- التربية الصحية تزويد افراد المجتمع بالمعلومات الصحية بغرض التأثير الفعال على اتجاهاتهم وتعديل وتطوير سلوكهم الصحى ()

١٠- حدوث تطور فى فلسفة المجتمعات من أسباب تطور مفهوم التربية الصحية ()

١١- تسعى الصحة العامة لتحقيق السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية ()

١٢- التربية الصحية هي عملية تعليم المجتمع كيفية حماية نفسه من الأمراض والمشاكل الصحية التى تظهر فى المجتمع ()

١٣- التربية الصحية عملية تغيير أفكار وأحاسيس وسلوك الأفراد فيما يتعلق بصحتهم ()

١٤- العمل على تغيير مفاهيم الافراد فيما يتعلق بالصحة من اهداف التربية الصحية ()

١٥- العمل على تغيير الاتجاهات والسلوك والعادات لتحسين مستوى صحة الفرد والاسرة والمجتمع من اهداف التربية الصحية ()

- ١٦- العمل على تنمية وإنجاح المشروعات الصحية من اهداف التربية الصحية ()
- ١٧- العمل على نشر الوعي الصحى بين أفراد المجتمع من اهداف التربية الصحية ()
- ١٨- التربية الصحية هي نظام تربوي هام يعمل على تربية الفرد وإعدادة عن طريق النشاط البدنى الذى يمارس بتوجيه وإشراف ليكتسب الفرد من خلاله المهارات الحركية المختلفة اللازمة للحياة ()
- ١٩- تحقيق السرور والسعادة والرضا واشباع الرغبات والميول من اهداف أنشطة التربية الرياضية ()
- ٢٠- تكوين لجان صحية من التلاميذ من واجبات مدرس التربية الرياضية ()
- ٢١- اكتساب الفرد انماطاً سلوكية حميدة وخبرات متعددة فى نواحى النظام والانضباط والطاعة من اهداف أنشطة التربية الرياضية ()
- ٢٢- تعتبر الصحة مفهوم نسبي من القيم الاجتماعية للانسان ()
- ٢٣- حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم وان حالة التوازن هذه تنتج من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التى يتعرض لها (الصحة - الصحة العامة - التربية الصحية - التربية الرياضية)
- ٢٤- الصحة المثالية تتوافر فيها طاقة صحية ايجابية تمكن الفرد من مواجهه المشاكل والمؤثرات البدنية والنفسية والاجتماعية دون ظهور اي اعراض مرضية ()
- ٢٥- تعتبر الصحة الايجابية الدرجة الاولى من درجات الصحة ()
- ٢٦- يعتبر المرض الظاهر الدرجة من درجات الصحة (الثالثة - الرابعة - الخامسة - السادسة)
- ٢٧- المرض الظاهر لا تتوفر فيه طاقة ايجابية من الصحة، لذلك فإنه عند التعرض لاي مؤثرات ضارة يسقط الفرد فريسة للمرض ()
- ٢٨- السلامة المتوسطة لا يشكو المريض من اعراض واضحة ولكن يمكن فى هذه الحالة اكتشاف المرض عن طريق التحاليل او الاختبارات الطبية المختلفة ()
- ٢٩- الوعي الصحى هو تعبير يقصد به إلمام المواطنين بالحقائق والمعلومات الصحية وايضا احساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم من المواطنين ()
- ٣٠- تعتبر الصحة الايجابية بمثابة هدف بعيد لبرامج الصحة المدرسية والصحة العامة فى المجتمع لمحاولة العمل على تحقيقه ()

- ٣١- حل المشاكل الصحية والمحافظة على صحة الفرد وصحة المجتمع من اهداف نشر الثقافة الصحية ()
- ٣٢- التعرف على الخدمات والمنشآت الصحية فى المجتمع والغرض من انشائها وكيفية الانتفاع بها من اهداف نشر الثقافة الصحية ()
- ٣٣- الثقافة الصحية هى الامام بالبيانات والمعلومات والحقائق الصحية والتي ترتبط بالصحة والمرض ولكن قد لا يستخدمها الفرد فى حياة او يستفيد بها ()
- ٣٤- تقديم المعلومات والبيانات والحقائق الصحية التي ترتبط بالصحة والمرض لكافة المواطنين (الثقافة الصحية - الوعي الصحي - السلوك الصحي - العادة الصحية)
- ٣٥- العادة هو ما يؤديه الفرد بلا تفكير أو شعور نتيجة كثره تكراره ()
- ٣٦- الممارسة هي ما يفعله الفرد عن قصد نابع من تمسكه بقيم معينه ()
- ٣٧- تتحول الممارسة الصحة السليمة إلى عادة تؤدي بلا شعور نتيجة كثره التكرار ()
- ٣٨- علم الصحة العامة هي علم تشخيص وعلاج المجتمع ()
- ٣٩- علم الطب هو علم تشخيص وعلاج والفرد ()
- ٤٠- تعتبر الصحة الشخصية من مكونات الصحة العامة ()
- ٤١- تعتبر الصحة الاجتماعية من مكونات الصحة العامة ()
- ٤٢- حث أفراد المجتمع للامتناع عن أي عمل يضر بصحة الفرد وصحة الآخرين من اهداف الوعي الصحي ()
- ٤٣- حث أفراد المجتمع للامتناع عن أي عمل يضر بصحة الفرد وصحة الآخرين من اهداف الوعي الصحي ()
- ٤٤- يعتبر المستوى الصحي للشعب أحد مقاييس التقدم والرفي لكل أمة ()
- ٤٥- تعد من عناصر الرعاية الصحية الأولية (التربية الصحية - التربية الرياضية - التربية الحركية - الصحة العامة)
- ٤٦- حالة اكتمال فى الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد الخلو من الامراض او العاهات (التربية الصحية - الصحة - التربية الرياضية - الصحة العامة)

- ٤٧- مقدرة اعضاء واجهزة الجسم المختلفة على أداء وظائفها بشكل طبيعى ومتوافق (الصحة العقلية - الصحة النفسية - الصحة البدنية - الصحة الاجتماعية)
- ٤٨- اكتمال العقل والتوازن النفسى نسبة الى المرحلة العمرية التى يجتازها الانسان وقدرته على التكيف مع نفسه (الصحة العقلية - الصحة النفسية - الصحة البدنية - الصحة الاجتماعية)
- ٤٩- قدرة الانسان على التكيف مع المحيط الخارجى (الصحة العقلية - الصحة النفسية - الصحة البدنية - الصحة الاجتماعية)
- ٥٠- علم وفن تحقيق الوقاية من الامراض واطالة العمر وترقية الصحة والكفاية (التربية الصحية - الصحة - التربية الرياضية - الصحة العامة)
- ٥١- تطوير الحياة الاجتماعية والمعيشة من اهم اهداف الصحة العامة ()
- ٥٢- تعتبر التربية الصحية فى محيط المدرسة من اساليب التربية الصحية ()
- ٥٣- تعتبر الصحة الشخصية من اساليب التربية الصحية ()
- ٥٤- تتعلق بتوعية الفرد بأهمية الصحة والنظافة والتغذية والنوم والعمل والراحة ومزاولة النشاط الرياضى (التربية الصحية فى الاسرة - التربية الصحية فى المدرسة - الصحة الشخصية - التربية الصحية فى العمل)
- ٥٥- يفضل الاستحمام يومياً فى فصل الصيف والشتاء للمحافظة على الصحة الشخصية ()
- ٥٦- يفضل اخذ قسط وافر من الراحة يومياً بحيث لا تقل عدد ساعات النوم اليومية عن ساعات للبالغين (٤ - ٤ - ٨ - ١٠)
- ٥٧- المدرسة هى البيئة الأولى التى تتعهد الطفل بالتربية منذ ولادته ()
- ٥٨- إختيار الغذاء المناسب وطرق تحضيره وتقديمه وتخزينه من حقائق التربية الصحية المنزلية ()
- ٥٩- يقصد بالتربية الصحية المدرسية مراحل التعليم الإبتدائية والإعدادية والثانوية فقط ()
- ٦٠- تهتم التربية الصحية المدرسية بإمداد الطالب بالخبرات التعليمية والحقائق والمعلومات الصحية بقصد توسيع مداركهم ()
- ٦١- تقديم الوجبات الغذائية للتلاميذ من حقائق التربية الصحية المدرسية ()

٦٢- طريقة التربية الصحية التي تهئ مقابلة المعلم والمتعلم ومواجهتهما (توجيه الجماهير - تنظيم المجتمع - الفصول الصحية)

٦٣- تعتبر الاجتماعات من طرق التربية الصحية بتوجيه الجماهير ()

٦٤- وضوح التجاوب والانفعال من الافراد من مميزات التربية الصحية بطريقة تنظيم المجتمع ()

٦٥- جذب انتباه الافراد من مميزات التربية الصحية بطريقة توجيه الجماهير ()

٦٦- طريقة التربية الصحية التي تستخدم وسائل الاعلام المعروفة (تنظيم المجتمع - توجيه الجماهير - النصائح الفردية - الفصول الصحية)

٦٧- مميزات التربية الصحية بطريقة تنظيم المجتمع أن توصيل المعلومة من جانب واحد ()

٦٨- طريقة التربية الصحية التي تهدف الى النهوض بالمجتمع ورعايته الصحية مع تنسيق البرامج الصحية القائمة فى المجتمع فى نفس الاتجاه. (تنظيم المجتمع - توجيه الجماهير - النصائح الفردية - الفصول الصحية)

٦٩- تقسيم العمل على اعضاء اللجنة (الاولي - الثالثة - الخامسة - السادسة)

٧٠- تجتمع اللجنة وتقوم بدراسة المشكلة وتفهمها الخطوة رقم من الخطوات الاساسية لحل المشكلات (الاولي - الثالثة - الرابعة - الخامسة)

٧١- الاهتمام بالتربية الصحية هو الاساس فى حماية الايدى العاملة وليس بناء المستشفيات والمصحات العلاجية ()

٧٢- يحرم قانون تنظيم اشغال الاحداث من الذكور والاناث فى الصناعة باشتغال الاحداث دون سن (العاشرة - الثانية عشر - الخامسة عشر - الثامنة عشر)

٧٣- اثنتى قانون تنظيم اشغال الاحداث من الذكور والاناث فى الصناعة بعض الصناعات البسيطة وتم تحديد فترة العمل ساعات فى اليوم (خمسة - ستة - سبعة - ثمانية)

٧٤- حدد قانون لتنظيم اشتغال النساء فى الصناعة والتجارة فترة العمل الي ساعات (خمسة - سبعة - ثمانية - تسعة)

٧٥- قانون بتحديد ساعات العمل فى بعض الصناعات بحيث لا يشتغل العامل اكثر من ساعات متتالية (خمسة - سبعة - ثمانية - تسعة)

٧٦- حدد القانون فترات العمل فى الصناعات المجهدة بالا يزيد عن تسع ساعات يتخللها فترات راحة لاتقل عن ساعتان ()

٧٧- الاهتمام بالوسائل التربوية لشغل اوقات الفراغ من طرق الوقاية من اخطار الصناعة ()

٧٨- الاتربة والغازات والابخرة وجميع مخلفات عمليات التصنيع من المشاكل الصحية فى بيئة المصنع
()

٧٩- التعرض للأمراض المعدية خصوصا فى حالات الوبئة من المشاكل الصحية فى بيئة المصنع ()

٨٠- إثارة وعى افراد المجتمع وحثهم للعمل على حل هذه المشاكل من طرق واساليب تنظيم المجتمع ()

٨١- وضع خطوات اساسية لحل المشكلات من طرق واساليب تنظيم المجتمع ()

٨٢- عدم ضمان وصول وسيلة الاتصال من عيوب طريقة التربية الصحية بتنظيم المجتمع ()

٨٣- عدم رغبة المتعلم من الاستماع الى البرامج الصحية من عيوب طريقة التربية الصحية بتوجيه الجماهير ()

٨٤- المرونة فى تغيير الموضوع إذا لم يلق تجاوب من قبل الافراد من مميزات طريقة التربية الصحية بالمقابلة الشخصية ()

٨٥- الفصول الصحية من طرق التربية الصحية بتوجيه الجماهير ()

٨٦- استفادة الاسرة بميزانيتها فى الانفاق على الصحة من حقائق التربية الصحية المنزلية ()

٨٧- الوسيلة المستخدمة لتوصيل المعلومات والخبرات الى جموع الناس (وسائل الاعلام - طريقة الوحدات - طريقة المشروعات - طريقة المشكلات)

٨٨- وسائل الاعلام لا تساعد على جذب الانتباه بدرجة كافية من عيوب وسائل الاعلام فى التربية الصحية ()

٨٩- احتمال عدم سماع أو رؤية أو قراءة الوسيلة اما لاسباب فنية أو اقتصادية أو تعليمية من عيوب وسائل الاعلام فى التربية الصحية ()

٩٠- تستخدم الفصول الصحية بطريقة مباشرة للمرحلة الجامعية ()

٩١- تستخدم طريقة الربط فى المراحل الاعدادية والثانوية فقط ()

٩٢- تهتم طريقة الوحدات بالحقائق والمعلومات التى تتصل بالصحة والمرض بالمواد الدراسية المختلفة ()

٩٣- تستخدم طريقة الوحدات فى المرحلة الابتدائية فقط ()

٩٤- تهتم طريقة الوحدات بالمواد الرئيسية فى وحدات عملية تعالج كل منها موضوعا معيناً كتحريس الحساب واللغة والصحة، وكلها تدور حول موضوع واحد ()

- ٩٥- تعتبر مرحلة تحليل ودراسة أهداف الوحدة الخطوة رقم في خطوات التي يسير عليها المعلم في طريقة الوحدات. (واحد - اثنين - ثلاثة - اربعة)
- ٩٦- تعتبر مرحلة الإعداد والتحضير للوحدة الخطوة رقم في خطوات التي يسير عليها المعلم في طريقة الوحدات. (واحد - اثنين - ثلاثة - اربعة)
- ٩٧- الوحدات قصيرة ومتوسطة وطويلة المدي من انواع الوحدات في طريقة الوحدات ()
- ٩٨- تتراوح مدة الوحدات قصيرة المدي في طريقة الوحدات من اسبوع الي شهر ()
- ٩٩- طريقة ليست شائعة الاستخدام بين التلاميذ (وسائل الاعلام - الوحدات - المشكلات - النصائح الفردية)
- ١٠٠- زيادة القدرة على البحث والقراءة العلمية من مميزات طريقة المشكلات ()
- ١٠١- إعطاء الفرصة للتلميذ للقيام بعمل مستمر والتدريب المتصل حول موضوع المشكلة من مميزات طريقة المشكلات ()
- ١٠٢- طريقة استغلال أوجه النشاط المدرسي هو استغلال مناسبة معينة في تحقيق هدف صحي معين سواء في المدرسة أو في البيئة المحيطة ()
- ١٠٣- إن الطلاب في المرحلة الجامعية بصفة خاصة يرون في آبائهم القدرة والمثل الذي يجب أن يحتذى به ()
- ١٠٤- أوجه النشاط المدرسي المختلفة يمكن استغلالها من بين أساليب التربية الصحية سواء كان ذلك النشاط رياضياً أو ثقافياً أو اجتماعياً ()
- ١٠٥- المشروع هو تصميم لعمل يزمع الانسان القيام به لتحقيق غرض معين ()
- ١٠٦- تتكون طريقة المشروعات من عناصر رئيسية (ثلاثة - اربعة - خمسة - ستة)
- ١٠٧- أن يجرى العمل في بيئته الطبيعية من العناصر الاساسية في طريقة المشروعات ()
- ١٠٨- تنقسم المشروعات في طريقة المشروعات الى اقسام (اثنين - ثلاثة - اربعة - خمسة)
- ١٠٩- المشروعات الفردية والزوجية والجماعية من انواع المشروعات في طريقة المشروعات ()
- ١١٠- أن يكون للتلميذ فيه دور ايجابي واضح من صفات المشروع الناجح ()
- ١١١- أن يحوى ألوانا متعددة من النشاط متقنة مع موضوع المشروع من صفات المشروع الناجح ()
- ١١٢- إكساب التلاميذ القدرة على المثابرة وبذل المجهود من فوائد طريقة المشروعات ()

- ١١٣- إثارة الوعي فى المجتمع للعمل على حل هذه المشاكل الخطورة رقم من خطوات خطوات السير فى المشروع على مستوى المجتمع (ثلاثة - اربعة - خمسة - ستة)
- ١١٤- الوسائل السمعية والبصرية هى ليست طريقة من طرق التربية الصحية بل هى عوامل مساعدة لهذه الطرق ()
- ١١٥- يعتبر الوعي الصحي هو الممارسة الصحية عن قصد نتيجة الفهم والاقتناع ()
- ١١٦- يقاس نجاح التقيف الصحي بالالتزام بالسلوك الصحي فقط ()
- ١١٧- يمكن تقسيم الوحدات في طريقة الوحدات إلى نوعين ()
- ١١٨- زيادة التوافق مع الحاجات الشخصية للمتعلمين تعتبر من مميزات الطريقة المباشرة ()
- ١١٩- نظريات التربية الحديثة أسسها الفلسفية والتربوية والاجتماعية تؤكد على أهمية الأمن والسلامة في المناشط الرياضية في حياة الأفراد ()
- ١٢٠- قد ينتشر أي مرض بسبب إهمال القضاء على اسبابه ()
- ١٢١- وضوح الجواب والانفعال من جانب المتعلم للمعلم تعتبر من مميزات وسائل الإعلام ()
- ١٢٢- ترتبط برامج التربية الصحية ارتباطا وثيقا بحاجات وميول الافراد ()
- ١٢٣- يجب تخصيص جزء من وقت المدرب ليقوم فيه بعملية التوجيه والإرشاد للاعبين ()
- ١٢٤- أداء الطالبة ليس إلا محصلة لنوعية المدخلات، فإذا ما احتوت المدخلات على الكثير من نواحي التطوير، لظهر ذلك بصورة إيجابية على النتائج المرجوة ()
- ١٢٥- التدريب على الحياة الديمقراطية والعمل الجماعي تعتبر من فوائد طريقة المشروع ()
- ١٢٦- المشروع هو تصميم لعمل يزمع الإنسان القيام به لتحقيق غرض معين ()
- ١٢٧- لا ترتبط أهداف التربية الصحية وبرامجها بمراحل النمو المختلفة ()
- ١٢٨- استغلال أنشطة التربية الرياضية في توجيه المعلومات والمعارف الصحية يعتبر غير ممكن ()
- ١٢٩- يجب على العاملين في مجال الصحة إعداد الفرد المتكامل عقلياً وجسدياً وسلوكياً حتي يتمكن من مواجهة التحديات التي تصاحب التغيرات السريعة في الحياة ()
- ١٣٠- حث أفراد المجتمع للامتناع والابتعاد عن أي عمل يضر بصحة الفرد وصحة الآخرين يعتبر من الأهداف الرئيسية للتثقيف الصحي ()
- ١٣١- الأمن والسلامة يجب أن تطبق في الملاعب وليس لها أهمية في المدارس ()
- ١٣٢- الندوات والمناقشات تعتبر من الوسائل السمعية فقط ()

- ١٣٣- التربية الصحية هي عملية تغيير أفكار وأحاسيس وسلوك الأفراد فيما يتعلق بصحتهم ()
- ١٣٤- التربية الصحية تلعب دوراً هاماً في مساعدة الأفراد والمجتمعات على تحقيق الأهداف الصحية التي يسعون إلى تحقيقها ()
- ١٣٥- الصحة الشخصية تتعلق بتوعية الفرد بأهمية الصحة والنظافة الشخصية والتغذية والنوم والراحة ومزاولة النشاط الرياضي وممارسة أوجه النشاط الترويحي ()
- ١٣٦- طريقة المشكلات تعتبر طريقة شائعة بين التلاميذ ()
- ١٣٧- يجب على مدرس التربية الرياضية أن ينمى في التلاميذ الرغبة في أن يكونوا أصحاء من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية التي تتفق مع ميولهم ورغباتهم ()
- ١٣٨- رفع المستوى الصحي يكون عن طريق عدة أشياء منها تزويد التلاميذ بالمعلومات الصحية ()
- ١٣٩- التربية الصحية جزء هام من التربية العامة في اكتساب الأفراد تفهماً أفضل للخدمات الصحية المتاحة ()
- ١٤٠- الصحة تهتم بدراسة التفاعل المتبادل بين الجسم البشري لممارسة الأنشطة الرياضية مع البيئة الخارجية ()
- ١٤١- مكافحة الأمراض تعتبر من الإحتياجات الصحية الهامة للأفراد ()
- ١٤٢- النظافة الشخصية ليس لها تأثير على صحة الفرد ()
- ١٤٣- التربية الصحية مشتقة من بيئة التلاميذ ومتصلة بواقع حياتهم ()
- ١٤٤- التربية البدنية والتربية الصحية يسعيان نحو تحقيق هدف مشترك ()
- ١٤٥- العادة الصحية هي ما يؤديه الفرد بلا تفكير أو شعور نتيجة كثرة تكراره ()
- ١٤٦- تستخدم طريقة الوحدات في المرحلة (الابتدائية - الاعدادية - الثانوية)
- ١٤٧- الصحف والمجلات تعتبر من الوسائل (البصريه - السمعية - البصرية والسمعية)