

اسم المقرر	:	الصحة الشخصية للرياضي		تاريخ الإمتحان	:	٢٠١٧/١/١١
كود المقرر	:	HESS_PEHE		زمن الإمتحان	:	ساعة
الفرقة	:	الأولى		الدرجة الكلية	:	درجة (٧٠)

نموذج اجابة ماده الصحة الشخصية للرياضي "الفرقة الأولى"

الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٦م/٢٠١٧م

(٢٠ درجة)

السؤال الأول:-

١- وضح ماهى أنواع الملاعب الرياضية وما هى الأشتراطات الصحية لكل منها
الملاعب المكشوفة والمغطاة:

* الملاعب الرملية والترابية:

تساعد الغبار بها يؤدي إلى الإصابة ببعض أمراض الجهاز التنفسي .

*الملاعب المزروعة الطبيعية:

يجب أن تقص النجيلة بصورة منتظمة حتى لا تؤثر على مستوى أداء اللاعبين .

* الملاعب المزروعة الصناعية:

لها أضرار كثيرة بخصوص إصابات الملاعب، حيث ارتفعت نسبة إصابة اللاعبين

الذين يتدربون عليها ويسير الاتجاه الحالى نحو زراعة الملاعب بالنجيل الطبيعي .

تخطيط الملاعب:

يجب ترك مساحة كافية بين خطوط الجانِب والمضمار أو المشاهدين .

الملاعب المغطاة:

• يجب أن تراعى فيها جودة التهوية الطبيعية والصناعية .



- يجب أن تراعى فيها جودة الإضاءة الطبيعية والصناعية .
- يجب أن تتوفر حمامات وأدشاش كافية نظيفة .
- المخارج والمداخل فى كل الملاعب يجب أن تكون كافية ومناسبة لتدفق الجماهير أثناء الدخول والخروج .

٢- تكلم عن الاشتراطات الصحية لحمامات السباحة والأمراض التى تنتقل عن طريق الحمام

شروط خاصة بالمبنى:

- يجب أن يكون جدار الحمام من مادة غير منفذة كالقيشاني، ولكى يسهل تنظيفها .
- يجب أن ترتفع جدران الحمام ٢٠-٥٠ سم فوق مستوى الأرض المحيطة بالحمام لحجز القاذورات .
- يجب أن يكون قاع الحمام منحدرًا بالتدرج .
- يجب تواجد حوض للأقدام بجانب الحمام وبه مادة مطهرة .

شروط خاصة بالمياه:

- ١- ضرورة إضافة مادة الكلور بكمية ٢,٠ - ٦,٠ جزء فى المليون .
- ٢- تضاف سلفات النحاس بنسبة ٤,٠ جزء فى المليون .
- ٣- أن تكون المياه فى حركة مستمرة "فلتر" .

شروط خاصة بالأفراد:

- ١- أن يمنع أى فرد مصاب بمرض جلدى من النزول فى الحمام .
- ٢- أن يأخذ كل فرد حماماً قبل النزول للحوض .
- ٣- السير فى حوض الأقدام .
- ٤- نظافة المايوه والمناشف التى يستخدمها الأفراد .
- ٥- الدخول للمراحيض قبل نزول الحمام .
- ٦- عدم ازدحام الحوض بالأفراد بحيث يكون نصيب الفرد ٢م٤ .
- ٧- عدم السماح لغير المشتركين بالنزول إلى الحمام .

الأمراض التى تنتقل عن طريق الحمام:

- ١- الالتهاب الفطري الجلدى فى القدم المسمى التينيا •
- ٢- بعض الالتهابات الجلدية البكتيرية •
- ٣- التهاب العينين •
- ٤- التهاب الحلق والأذن الوسطى والجيوب الأنفية •
- ٥- بعض الأمراض والنزلات المعوية •
- ٦- بعض الأمراض مثل: التيفود والدوسنتاريا والالتهاب الكبدى الوبائى نتيجة شرب مياه الحمام •
- ٧- بعض حوادث الغرق وبعض الإصابات الناتجة عن القفز، ويكون سبب مثل هذه الحوادث والإصابات هو: الأفراد الذين يستعملون الحمام بدون رقابة أو إشراف •

٣- وضع تأثير التكيف على التدريب فى الأماكن المرتفعة عن مستوى سطح البحر

لا تؤثر المرتفعات المنخفضة على الكفاءة البدنية، بينما تزداد صعوبة فى المرتفعات المتوسطة والعالية، وذلك بسبب انخفاض الضغط الجوى مع انخفاض ضغط الأكسجين مما يؤدي إلى قلة كميته فى الدم •

ويعتبر زيادة الدين الأكسجيني أحد أسباب انخفاض الكفاءة البدنية ويصاحب ذلك نقص كمية الأكسجين فى الدم وزيادة سرعة التنفس وزيادة ضربات القلب، ومن ثم يصاحب ذلك هبوط فى نشاط الأعضاء الحسية •

ويؤدى التكيف على الحياة فى المرتفعات إلى زيادة عدد الكرات الحمراء فى الدم من ٥- ٦ ملايين لتصل إلى ٧-٨ ملايين فى المليمتر المكعب من الدم لتكون قادرة على حمل الأكسجين، أى تزيد سعة الدم الأكسجينية من ١٩-٢٠% - ٢٢ - ٢٥% •

مثال: ضغط مكونات الهواء عند سطح البحر يقارب ٧٦٠ مم زئبق •

ضغط مكونات الهواء أعلى سطح البحر يقارب ٤٠٠ مم زئبق •

نسبة الأكسجين فى الهواء ٢٠% •



الضغط الجزئى للأكسجين عند سطح البحر = - = ١٥٢ مم زئبق .

١

$$٢ \times ٤$$

الضغط الجزئى للأكسجين أعلى من سطح البحر = -

١

$$= ٨٠,٠٠٠ مم زئبق .$$

وهذا يؤدي إلى خفض نسبته في الدم ونقص الكفاءة البدنية .

٤- تكلم عن تأثير ارتفاع درجة الحرارة وتأثير الرطوبة على جسم الرياضي اثناء ممارسة النشاط الرياضي

- درجة الحرارة:

الجسم يفقد الحرارة الزائدة منه عن طريق الإشعاع والحمل والتوصيل والتبول والتنفس، ولكن عندما تزيد درجة حرارة الجو عن ٣٧ ° فإن الجسم ترتفع درجة حرارته حسب نظرية الإشعاع، وفي هذه الأثناء تحدث بعض التغيرات بالجسم هي:

- ١- تمدد الأوعية الدموية بالجلد .
- ٢- دفع الدم من الأعضاء الداخلية تجاه الجلد .
- ٣- زيادة نشاط الدورة الدموية .
- ٤- وهذا يؤدي إلى رفع درجة حرارة الجلد .
- ٥- فتزداد كمية الحرارة المفقودة بوسيلة الإشعاع والحمل .
- ٦- ويظهر العرق الذي يعمل على تبخر الماء .
- ٧- زيادة سرعة التنفس التي تساعد على تخلص الجسم من حرارته

ونتيجة لذلك تظهر بعض الأعراض مثل التراخي والكسل والصداع و الدوار .

وبناء عليه يزداد إفراز العرق ويفقد الجسم جزءاً كبيراً من الأملاح ويسبب ذلك جفاف الجسم

ويبدأ الشعور بالمغص والقيء والدوار .



وهذا يعرف بضرية الحرارة حيث ترتفع درجة حرارة الجسم إلى ٤٠-٤١ م^٤ وعلى الرياضيين التأقلم مع مثل هذا الجو بالتدرج وليس فجأة مع تعويضهم بالماء والملح، ويجب أن يرتدى الرياضيون ملابس رياضية خفيفة، وأحياناً يضطر البعض إلى بل الملابس بالماء لتساعد على تلطيف درجة حرارة الجسم •

- تأثير الرطوبة:

هى: الرطوبة هى زيادة نسبة بخار الماء فى الهواء الجوى •

لماذا؟ لأنه كلما ارتفعت درجة حرارة الجو ترتفع درجة حرارة الهواء، وكلما كان ذلك فى مكان قريب من مياه البحر فإن الهواء الجوى الحار يحمل معه قدراً كبيراً من بخار الماء •
وأثرها: أنه كلما زادت الرطوبة قلت فرص تبخر العرق من سطح الجلد وهذا يزيد من درجة حرارة الجسم •

وهذا يعوق عملية التنفس، لأن الهواء الجوى يكون مشبعاً ببخار الماء •

(١٠ درجات)

السؤال الثانى:-

١- خطأ

٢- صح

٣- صح

٤- صح

٥- صح

٦- خطأ

٧- خطأ

٨- خطأ

(١٠ درجات)

السؤال الثالث:-

- ١- الوزن، الملابس الخارجية ، خامات الملابس وخصائص التصنيع ، التوصيل الحرارى ، قابلية نفاذ الهواء ، خاصية تشرب الماء، المطاطية ، الشحنة الكهربائية ، خاصية اللون والمتانة
- ٢- الصحة المثالية، الصحة الأيجابية ، السلامة المتوسطة ، المرض غير الظاهر ، المرض الظاهر، مستوى الأحتضار
- ٣- المسببات الحيوية ، المسببات الغذائية ، المسببات الكيميائية ، المسببات الطبيعية ، المسببات العضوية والوظيفية ، المسببات النفسية والاجتماعية
- ٤- سبحية ، عنقودية ، ثنائية أو مزدوجة
- ٥- هو كمية الحرارة اللازمة لرفع درجة حرارة جرام واحد من الماء
- ٦- وحيدة الخلية ، متعددة الخلايا
- ٧- سكريات أحادية
- ٨- التنيا ، القراع
- ٩- البروتينات ، الكربوهيدرات ، الدهون ، المعادن ، الفيتامينات ، الماء
- ١٠- هوائية اجبارية ، لاهوائية اجبارية ، هوائية اختيارية

(٣٠ درجة)

السؤال الرابع:-

- ١- عرف التغذية الصحية. مع ذكر أهمية التغذية بالنسبة للإنسان ويعرف علم التغذية بأنه: ذلك العلم الذى يمثل جميع المعلومات المرتبطة بالغذاء الذى يحتاج إليه الكائن الحى، ويدرس جميع عمليات البناء Anabolism والهدم Catabolism التى تحدث للغذاء منذ تناوله عن طريق الفم وحتى إخراجها من الجسم على شكل فضلات .



كما أن هذا العلم يدرس أيضاً كيفية إنتاج الغذاء واستخدامه والتعامل مع مخلفات الإنتاج لتلك الأغذية، وهو ما يعرف بصناعة الغذاء.

أهمية التغذية بالنسبة للإنسان

- إمداد الجسم بالطاقة:
 - بناء الجسم ونموه:
 - تزويد الجسم بالعناصر والمركبات الحيوية:
 - تنظيم العمليات الحيوية في الجسم.
- ٢- تكلم عن العوامل التي تؤثر على زياده احتياج السرعات الحرارية في جسم الإنسان
- نوع العمل الذى يزاوله الإنسان: فكلما كان العمل صعباً كلما ازدادت السرعات الحرارية التى يحتاجها الجسم جدول (١).
 - العمر: كلما كبر الإنسان كلما قلت السرعات الحرارية التى يحتاجها فالطفل بالنسبة إلى حجمه يحتاج سرعات حرارية أكثر من الإنسان الكهل إذ أن الطفل إضافة إلى احتياجه للسرعات الحرارية لحرقتها وتوليد الطاقة للحركة فإن يحتاج مواد غذائية للبناء. أما الكهل فلا يحتاج إلى مواد غذائية لبناء خلايا جديدة. والعلاقة ليست طردية صرفه.
 - نوع الجهد الذى يبذله: فالمصارح يحتاج إلى ضعف الطاقة والسرعات الحرارية التى يحتاجها لاجب تنس الطاولة مثلاً جدول (٢).
 - الجنس: أن الرجل يحتاج إلى ضعف الطاقة والسرعات الحرارية أكثر مما تحتاجه المرأة (٥٠٠ سعره حرارية يحتاج الرجل أكثر من المرأة).
 - الأمراض الجسمية: هناك أمراض تزيد من حاجة الجسم إلى السرعات الحرارية (كالأمراض الهرمونية مثلاً).
 - الوزن: هناك نسبة طردية بين السرعات الحرارية بزيادة وزن الجسم يؤدي إلى زيادة السرعات الحرارية وهناك اختلاف لما يحتاجه الجسم من سرعات حرارية باختلاف العمل والجهد الذى يبذله الفرد وقد أوضح ذلك كريفه (Krefe).

٣- أذكر تصنيفين فقط من تصنيفات المجموعات الرئيسية للأغذية

التقسيم الأول :- يوجد تقسيم للغذاء مبنى على مصادر الحصول على الأغذية، وهذا

التقسيم وضع الأغذية فى مجموعتين أساسيتين **Basic Two Food Groups**، وهما:



١- الأغذية ذات المصدر الحيوانى وتتضمن:

- اللحوم والدواجن والطيور والأسماك •
- المنتجات الحيوانية: كالألبان، والجبن والبيض والزبد •

٢- الأغذية ذات المصدر النباتى وتضم:

- الحبوب: كالقمح، الشعير، الأرز، الذرة •
- البقول: كالعدس، اللوبيا، الفاصوليا، الفول •
- الجذور أو الدرنات: كالجزر، اللفت، البنجر، البطاطا، البطاطس •
- الخضروات: كالكرنب، الملوخية، الخس، الطماطم •

التقسيم الثانى :- بناء على التركيب الكيميائى

- البروتينات •
- الكربوهيدرات •
- الدهون •
- المعادن •
- الفيتامينات •
- الماء •

٤ - وضح ماهى الطرق والوسائل المتبعه لمكافحة الأمراض المعدية

١-اكتشاف المرضى والتبليغ عنهم:

وهو من أهم الأسس التى يقوم عليها مكافحة الأمراض المعدية، الأمر الذى يسهل ويساعد فى الإسراع نحو اتخاذ الاحتياطات الصحية اللازمة، وهو يتطلب:

• تنمية الوعى لدى المواطنين عن أهمية الإبلاغ عن أى حالة تحمل أحد الأمراض المعدية للجهات الصحية •

• أهمية قيام الأطباء والممرضين نحو الإسراع فى التبليغ عن أى حالة مرضية معدية •

• أهمية دور مفتش الصحة فى الإبلاغ عن أى وفيات بسبب أحد الأمراض المعدية •

٢- عزل المرضى:

هو الاحتياطات اللازمة لمكافحة الأمراض المعدية، ويتم عزلهم فى مكان مخصص،

وعادة ما يكون إحدى مستشفيات الحميات، لضمان الرعاية الطبية والعلاجية، وتجنب انتشار



المرض بين أفراد أسرة المصاب، وقد يجوز أن يتم عزل المريض بمنزلة ولكن بعد ضمان تحقيق شروط خاصة فى مكان العزل، والأمراض التى قد يسمح بها فى عزل المريض بمنزلة هى (الدفترية- الحصبة- السعال الديكى- التهاب الغدة النكفية- الملاريا- الجمرة- الكلب- التيتانوس- الدرن الرئوى وغير الرئوى- الجدرى الكاذب- الأنفلونزا - حمى الدنج- الدوسنتاريا الأيبية والبلهارسيا •

٣-التطهير:

من أهم الوسائل المتبعة لمكافحة الأمراض المعدية وهو ينقسم إلى:

- أ- التطهير المستديم أثناء المرض، ويتم بواسطة الممرضات لقتل الجراثيم الموجودة فى إفرازات المصاب، وتطهير مفروشات وملبوسات المصاب أولاً بأول •
- ب- التطهير النهائى الذى يتم بواسطة فرق التطهير التابعة لوزارة الصحة بعد شفاء المريض، أو نقله للعزل الطبى، أو وفاته •
- ج- التطهير العام وهو تطهير الحى أو القرية التى تواجد بها المصاب يتم هذا النوع من التطهير فى حالة الأمراض الوبائية •

٤- مراقبة المخالطين وإكسابهم المناعة باللقاح أو المصل الوقائى:

والمخالطون هم أكثر الناس تعرضاً للعدوى، ويجب تحديدهم، وتطعيمهم باللقاحات أو بالأصال الوقائية، واستمرا مراقبة المخالطين وفحصهم طبياً •

٥- البحث عن منشأ العدوى:

ويتم بواسطة الأطباء الصحيين، بهدف اكتشاف بؤرة المرض ومكافحته فى مصدره، يبحث تاريخ بدء المرض، وتاريخ العدوى، وتنقلات المريض، وعلاقاته بمرضى أو حاملين للجراثيم، وغير ذلك مما له علاقة بنوع العدوى •

٦-الإجراءات المتبعة نحو حالى الجراثيم:

وهى تتم بالأسلوب التالى:

- اكتشاف حاملى الجراثيم •



- الوقاية من حاملي الجراثيم بعد اكتشافهم •

٧-التطعيم العام لجميع المواطنين:

وهو يتم حينما يخشى من انتشار الأمراض فى جهة ما، أو عند انتشارها بالفعل، بغرض اكتساب كل إنسان مناعة ضد العدوى، وخاصة فى أمراض الجدري- التيفود- الباراتيفود- الدفتريا- بطاعون •

٨- التوعية بوسائل الإعلام بين الجمهور •

٩- احتياطات أخرى لمكافحة الأمراض المعدية:

- مراقبة المسافرين والقادمين من جهات موبوءة •
- مراقبة القادمين من الخارج •
- تنقية المياه وتطهيرها •
- الاهتمام بالنظافة العامة بطريقة صحية •
- التخلص من القمامة بطريقة صحية •
- تنفيذ الطرق والوسائل المختلفة لمكافحة الأمراض المعدية •
- **تكلم عن العوامل التى تؤثر فى مستويات صحة الفرد، مع ذكر أمثلة كلما أمكن**
 - ١- عوامل تتعلق بالأسباب النوعية للأمراض •
 - ٢- عوامل تتعلق بالإنسان العائل •
 - ٣- عوامل تتعلق بالبيئة •

أولاً: العوامل التى تتعلق بالأسباب النوعية للأمراض:

١-المسببات الحيوية:

- أ- من أصل حيوانى مثل حيوان الأميبيا وحيد الخلية، أو حيوان حمى الملاريا أو تكون متعددة الخلايا مثل ديدان البلهارسيا أو ديدان الانكلستوما أو ديدان الإسكارس •
- ب- من أصل نباتى مثل الفطريات والبكتريا والفيروسات •



٢- المسببات الغذائية:

وفيها يكون سبب الأمراض نتيجة قلة الغذاء أو الإكثار أو كثرتة فى الجسم .

٣-المسببات الكيميائية:

وهذه تكون خارجية (من البيئة) مثل مركب الرصاص والزرنيخ، وقد تكون داخلية، أى تنشأ داخل الجسم مثل المواد التى تتكون فى الدم أثناء مرض البول السكرى أو التسمم البولى أو التسمم الكبدى .

٤-المسببات الطبيعية:

مثل الحرارة- الرطوبة- الضوء- الضوضاء- الكهرباء- الإشعاعات .

٦-المسببات العضوية والوظيفية:

مثل الهرمونات التى تفرزها الغدد الصماء داخل الجسم .

٧-المسببات النفسية والاجتماعية:

مثل الضغط العاطفى- ضغط الحياة الحديثة- الإحساس بالمسئولية- عدم الأمان فى العمل أو الوطن أو المنزل- الإدمان على المشروبات الروحية أو المخدرات .

ثانياً: العوامل التى تتعلق بالإنسان العائل:

وهى عوامل تتعلق بقدرة المضيف أو العائل والتى تعمل على مقاومة المسببات النوعية، وتتكون من عناصر كثيرة منها:

٣- المقاومة الطبيعية وغير النوعية (وهى غير محددة لمرض معين):

أ- مقاومة آية مثل ما يهيئه الجلد والغشاء المخاطى، وما له من أهداب وشعيرات وإفرازات .

ب- حموضة الإفرازات مثل حامض الإيدروكلوريك فى المعدة .

ج- خلايا المقاومة .



د- الدم والبلازما ولها قابلية محاربة مسببات النوعية للأمراض مكتسبة طبيعياً أو مكتسبة صناعياً .

أ- المناعة النوعية المكتسبة طبيعياً:

- * إما سلبية مثل الوليد الجديد، يكتسبها عن طريق أمه .
- * وإما إيجابية يكتسبها عن طريق تعرض الفرد للعدوى وتفاعله مع المسبب النوعي .

ب- المناعة النوعية المكتسبة صناعياً:

- * وهى إما مناعة سلبية من الأمصال .
- * أو مناعة إيجابية تحقق سواء كانت مقتولة أو مروضة أو حقن السموم المروضة، حيث يتفاعل معها الجسم مكوناً أجسام مضادة لها .

٣- العوامل الوراثية والصفات الوراثية:

مثل المياه البيضاء فى العين أو العمى الليلي الوراثي أو البول السكري .

٤-العوامل الاجتماعية والعادات مثل:

- أ- العادات التى تتعلق بإعداد الطعام وتجهيزه، مثل شرب اللبن دون الغلى أو أكل اللحم النيئ .
- ب- العادات المتعلقة بالصحة الشخصية من نظافة وتغذية وغيرها .
- ج- العادات والسلوك الجنسى .

٥- العوامل الوظيفية:

مثل الإجهاد والسهر .

٦-السن والنوع والعنصر:



أى أن هناك أمراض تنتشر أكثر فى الأطفال أو المراهقين وأخرى فى سن الشيخوخة، وكذلك أمراض خاصة بالإناث وأمراض تنتشر فى أجناس عنصرية أكثر من غيرها .

ثالثاً: العوامل التى تتعلق بالبيئة:

١- البيئة الطبيعية:

- أ- الحالة الجغرافية الارتفاع عن سطح البحر .
- ب- الحالة البيولوجية نوع التربة وعليها يتحدد نوع الغذاء والإمداد بالمياه والعناصر الضرورية .
- ج- المناخ - درجة الحرارة والرطوبة- حركة الرياح .

٢- البيئة البيولوجية:

وتشمل عناصر المملكة الحيوانية أو الجيولوجية، وتؤثر فى الإمداد بالطعام والعوامل الوسيطة فى نقل الأمراض، كما تؤثر فى عادات الإنسان وعمله فى الزراعة أو الصناعة .

٣- البيئة الاجتماعية والثقافية:

- أ- كثافة السكان وتوزيعهم- حضر- ريف- ازدحام .
- ب- المستوى التعليمى وما يتبعه من قدر مناسب من الوعى الصحى، والسلوك الصحى، فيما يتعلق بانتشار العدوى واستخدام طرق الوقاية والتعاون مع المنظمات الصحية .
- ج- المستوى الاقتصادى- وما يهيئه من قدر مناسب من الغذاء والسكن والتعليم .

٦- تكلم عن دور مدرس التربية الرياضية فى تقويم صحة التلاميذ

١- الاشتراك فى عملية الفحص الطبى الدورى الشامل، فهو يشترك مع الطبيب والزائرة الصحية فى ملء الاستمارة الخاصة بالتلاميذ وتسجيل التاريخ المرضى لهم، وعليه أن يحرص على حضور عملية الفحص فربما تكون لديه معلومات تفيد فى عملية الفحص، كما أن الصلة القوية التى تربط بين المدرسة والمنزل عن طريق اتصاله بأولياء الأمور والتفاهم معهم بخصوص حالة أبنائهم، ومدرس التربية الرياضية يستفيد من اشتراكه فى عملية الفحص الطبى بمعرفة أنواع الأمراض الموجودة فى المجتمع المدرسى وحصر كل



منها وعمل سجلات خاصة بها، كما يستفيد أيضاً من اشتراكه فى الفحص الطبى بمعرفة أنواع الانحرافات القوامية التى تظهر بين التلاميذ وعليه تسجيلهم وتصنيفهم، وعليه تقسيمهم إلى فئات متجانسة ووضع البرامج والأنشطة الرياضية المناسبة لهم، كما يتعرف مدرس التربية الرياضية من خلال اشتراكه فى الفحص الطبى على الأمراض المنتشرة فى المدرسة، وليس من واجبه معرفة كل ذلك، بل عليه متابعة هذه الحالات وإرشاد وتوجيه التلاميذ إلى طرق العلاج وطرق الوقاية أيضاً.

٢- الاشتراك فى الإشراف الصحى اليومى على التلاميذ وملاحظة الأعراض المفاجئة التى قد تظهر عليهم- وتسجيل هذه الملاحظات وإبلاغها إلى المسئولين بالوحدة الصحية المدرسية وهو يقوم يومياً بنظرة سريعة على التلاميذ أثناء طابور الصباح لملاحظة مدى اهتمامهم بالنظافة الشخصية وخصوصاً على الأجزاء الظاهرة من الجسم "الشعر- الوجه- الأظافر- العينين".

٣- الاشتراك فى الفحوص الجماعية مع الزائرة الصحية- وقد يقع عليه عبء متابعة بعض الحالات المرضية بالمدرسة إلى أن يتم شفاؤها، وعليه أن يبدى جميع ملاحظاته للزائرة الصحية أو الطبيب لتدوينها فى السجلات الصحية.

٤- تقويم صحة التلاميذ النفسية عن طريق ملاحظة سلوك التلاميذ واكتشاف أى انحراف سلوكى، وعليه تسجيل هذه الملاحظات ومحاولة علاج بعض الحالات البسيطة بالتعاون مع أولياء الأمور.