

## pdf doc مقدمة اذاعة عن الغذاء الصحي للإذاعة المدرسية

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، الذي هدانا إلى الدين الحق، ولم يجعلنا من الضالين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد الطاهر الأمين، خاتم الأنبياء والمرسلين، والصلاة والسلام على آله وصحبه أجمعين،  
وبعد:

الحمد لله سبحانه وتعالى الذي خلقنا في أحسن تقدير، ولم ينقص في خلقنا، فحاشا لله تعالى ذلك، بل النقص من المخلوق نفسه، وهذا النقص ينطوي على عدم وعي الإنسان بقيمة النعم التي أنعمها الله تعالى على عباده، فلا يوجد أجمل من نعمة الصحة في هذه الحياة الدنيا، وهذه النعمة من النعم التي يسأل عنها الإنسان في حياته الآخرة، جسد الإنسان هو الأمانة التي أوكلها الله تعالى للإنسان، فلا ينبغي له أن يغفل عنها، بل يجب عليه أن يحافظ عليها، ومن بين الأمور التي يتحقق بها ذلك، الغذاء الصحي، الذي يمتلك التأثير الأكبر على الصحة، فمتى كان الغذاء سليماً كان الصحة سليمة، والعكس بالعكس، وهذا هو موضوع إذاعتنا المدرسية لهذا اليوم

### مقدمة اذاعة قصيرة عن الغذاء الصحي

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله على ما أنعم علينا، والصلاة والسلام على رسول الله محمد صلى الله عليه وسلم، وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد:

مدير المدرسة المحترم، الأساتذة الكرام، الزملاء الأعزاء، أسعد الله صباحكم، أتمنى لكم يوماً سعيداً، وبارك الله عليكم بالصحة والعافية، إن محور حديثنا اليوم في إذاعتنا المدرسية عن الصحة، فالصحة هي النتيجة المنطقية للتعامل مع الجسم، وغالباً ما ترتبط بالاهتمام والتنظيم بين الوجبات وأوقات النوم، والسهر والراحة، حيث يمكن اعتبار الوجبات الصحية البوصلة الأساسية التي تحرك الجسم وراه، سواء عند المرض أو العلاج أو الصحة أو العافية، فقد أنعم الله على عباده بأن خلق لهم ثماراً تكفيهم للشفاء والغذاء، فالغذاء الصحي هو دواء ووقاية إلى جانب منحه الجسم الصحة والقوة، وهذا ما سنبحر في تفاصيله خلال إذاعتنا المدرسية لهذا اليوم

### مقدمة اذاعة مميزة عن الغذاء الصحي

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين،  
أما بعد:

المعلمين والمعلمات الأفاضل، الطلاب الأعزاء، وفقكم الله تعالى لكل خير، الذي ملأنا برحمته وفضله بعد أن كرمنا، جنباً إلى جنب مع بقية خلقه، إذ أعطانا العقل لإرشادنا لما فيه خير لنا، وكما نعلم فإن العقل السليم لا يكمل مهمته إلا عندما يكون الجسم سليماً وصحياً، وبالتالي يجب على الشخص العاقل إدارة شؤونه لضمان سلامة عقله وجسمه حتى تستمر صحته قوية صلبة، فالصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراها إلا المرضى، وربما أكثر ما يضر بالصحة والعقل، هو التغذية، خاصة في عالم اليوم حيث توجد أصناف عديدة من الوجبات الجاهزة، والتي غالباً ما تكون مجهولة المكونات، لا نعرف مصدرها، أو الطريقة التي تمت بها صناعتها، وهذا موضوع مهم جداً، سنتعرف على تفاصيله في الإذاعة المدرسية اليوم

### مقدمة اذاعة مدرسية عن الغذاء الصحي روعة مميزة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أساتذتنا الكرام وطلابنا المحترمون، جعلكم الله ممن يسمعون القول ويتبعون  
إحسنة، أما بعد:

إن الغذاء الصحي للإنسان من أهم الأمور الصحية التي يجب أن يعرفها كل إنسان، فهو بمثابة درع وقاية يحمي الإنسان من الأمراض التي تحيط به في كل مكان، إنه الحجر الأساسي الذي تقاس به صحة الفرد، ومن المهم للغاية أن يكون الجميع مهتمين بالأكل الصحي، وأن يبتعدوا عن الوجبات المعلبة والجاهزة، والاستفادة بدلاً من ذلك من بركات موسم الصيف وبركات فصل الشتاء، لأن هذه المنتجات تحتوي على مواد يمكن أن توفر لجسم الإنسان كل ما يحتاجه من أجل حياة أفضل، حيث يجب أن نحرص كل الحرص على أن تكون أجسامنا سليمة

خالية من جميع الأمراض، وحمائتها من كل أنواع المتاعب، والآن نترككم مع أقسام الإذاعة المدرسية الجميلة التي تتحدث عن الغذاء الصحي.

## مقدمة عن الغذاء الصحي للإذاعة المدرسية

خير ما نفتتح به حديثنا، بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، الذي هدانا إلى دينه القويم، والصلاة والسلام على سيدنا محمد الأمين، وعلى آله وصحبه أجمعين، وبعد:

السادة المعلمين، أعزائي الطلاب، أسعد الله صباحكم وطاب يومكم، إن الأكل الجيد هو وسيلة ممتازة لمساعدة جسمنا على البقاء قويًا وصحيًا ومحصنًا. وفي كثير من الأمراض، فلن تكون الأدوية كافية للعلاج، ولكن من المهم أيضًا أن نتناول طعامًا جيدًا، لأن ما نأكله يؤثر على نظام المناعة لدينا، ومزاجنا ومستوى طاقتنا، لذلك يجب أن نتعلم تناول الطعام بطريقة تحافظ على صحة جسمنا قدر الإمكان، وعادةً ما يشتمل النظام الغذائي الصحي على الأطعمة الغنية بالمغذيات من جميع المجموعات الغذائية الرئيسية، ولجني فوائد النظام الغذائي الصحي، يجب استبدال الأطعمة التي تحتوي على الدهون المتحولة والملح المضاف والسكر بخيارات غذائية صحية، حيث أن اتباع نظام غذائي صحي ومغذي له العديد من الفوائد الصحية، فيساهم في حياة أكثر طبيعية، ويتم بناء جسم أقوى ومناعة أقوى.

## مقدمة اذاعة عن الغذاء الصحي للإذاعة المدرسية بالإنجليزي

يسعى العديد من المعلمين والمعلمات لتشجيع طلابهم على تقديم بعض فقرات الإذاعة المدرسية باللغة الإنجليزية، لذلك نضع بين أيديكم هذه المقدمة عن الغذاء الصحي باللغة الإنجليزية:

In the name of God, the Most Gracious, the Most Merciful, and praise be to God, Lord of the Worlds, who guided us to the true religion, and did not make us among the misguided, and prayers and peace be upon our master Muhammad, the pure, the trustworthy, the seal of the prophets and messengers, and prayers and peace be upon all his family and companions, and after: Praise be to God Almighty, who created us in the best It is an appreciation, and it did not decrease in our creation, so God forbid that, rather the deficiency is from the creature itself, and this deficiency implies a person's lack of awareness of the value of the blessings that God Almighty has bestowed upon his servants. Man asks about it in his next life. The human body is the trust that God Almighty has entrusted to man. He should not neglect it, but rather he must preserve it. Among the things that achieve this is healthy food, which has the greatest impact on health. When The food was healthy, the health was healthy, and vice versa, which is the topic of our school radio for today.

## ترجمة مقدمة اذاعة عن الغذاء الصحي للإذاعة المدرسية

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، الذي هدانا إلى الدين الحق، ولم يجعلنا من الضالين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد الطاهر الأمين، خاتم الأنبياء والمرسلين، والصلاة والسلام على آله وصحبه أجمعين، وبعد:

الحمد لله سبحانه وتعالى الذي خلقنا في أحسن تقدير، ولم ينقص في خلقنا، فحاشا لله تعالى ذلك، بل النقص من المخلوق نفسه، وهذا النقص ينطوي على عدم وعي الإنسان بقيمة النعم التي أنعمها الله تعالى على عباده، فلا يوجد أجمل من نعمة الصحة في هذه الحياة الدنيا، وهذه النعمة من النعم التي يسأل عنها الإنسان في حياته الآخرة، جسد الإنسان هو الأمانة التي أوكفها الله تعالى للإنسان، فلا ينبغي له أن يغفل عنها، بل يجب عليه أن يحافظ عليها، ومن بين الأمور التي يتحقق بها ذلك، الغذاء الصحي، الذي يمتلك التأثير الأكبر على الصحة، فمتى كان الغذاء سليمًا كان الصحة سليمة، والعكس بالعكس، وهذا هو موضوع إذاعتنا المدرسية لهذا اليوم.

## خاتمة اذاعة عن الغذاء الصحي للإذاعة المدرسية

أساتذتنا الكرام بارك الله بكم، مدير مدرستنا الفاضل حفظك الله، وجميع الطلاب الأعزاء، هناك العديد من الطرق البسيطة والإيجابية لتحسين نظامنا الغذائي والتي يمكننا القيام بها في المنزل دون الحاجة إلى التحدث إلى اختصاصي تغذية، كاستبدال المشروبات الغازية بالماء والشاي والأعشاب، والتقليل من تناول الملح بما لا يزيد عن ٦ جرامات في اليوم، وعدم تجاهل وجبة الإفطار حيث يعتقد البعض أنها ستساعدهم على إنقاص الوزن، وهذا خطأ لأنه مهم جداً لاتباع نظام غذائي صحي، وعدم تناول اللحوم بجشع وبشكل متكرر، ويجب أن تحتوي الوجبات الغذائية على ما لا يقل عن ٥٠٪ من المنتجات الطازجة، واستبدال حليب البقر بحليب النبات إن أمكن، وتناول الفاكهة الكاملة بدلاً من العصائر قليلة الألياف، والتي غالباً ما تحتوي على سكر مضاف، وتجنب اللحوم المصنعة التي من المحتمل أن تزيد من خطر الإصابة بسرطان القولون، هذا كل ما لدينا عن الغذاء الصحي، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.