

مقدمة اذاعة مدرسية عن الغذاء الصحي

بسم الله الرحمن الرحيم، نحمد الله الكريم المنان الذي من علينا بنعمة الصحة، وأمرنا بالحفاظ عليها من خلال تناول جميع أنواع الغذاء الذي خلقه الله سبحانه وتعالى، كما أوصنا الله بالبعد عن أي طعام أو شراب يسبب أي ضرر لعقولنا وأجسامنا، أما بعد: سوف تكون فقرات إذاعتنا لهذا اليوم عن أهمية تناول الغذاء الصحي للكبار والصغار.

مقدمة إذاعة قصيرة عن الغذاء الصحي

الحمد لله الذي خلق لنا عقلاً مفكراً، وقلباً خاشعاً، ولساناً شاكراً، أما بعد:

نرى من حولنا العديد من الأمراض المزمنة التي يصعب علاجها والتخلص منها مثل أنواع السرطانات المختلفة، والسكتات الدماغية وغيرها، ولقد أكد معظم أطباء العالم أن السبب في تلك الأمراض يعود إلى كثرة تناول الغذاء الغير صحي الذي يؤثر على صحة العقل والجسد، لذلك واجبنا تجاه أجسامنا هو الحفاظ على تناول كميات مناسبة من الطعام الصحي، واتباع أسلوب غذائي سليم للحفاظ على أجسامنا من الأمراض والذي يمثل في تناول الخضروات، والفواكه، والألياف، والبعده قدر الإمكان عن السكريات، والدهون، ولذلك سوف يتم التعرف من خلال فقرات إذاعتنا الآتية عن أهمية الغذاء الصحي.

مقدمة إذاعة طويلة عن الغذاء الصحي

بسم الله والصلاة والسلام على سيدنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم، أما بعد: يسعدنا أن نقدم إذاعتنا اليوم عن موضوع هام له دور كبير في الحفاظ على صحة الإنسان ألا وهو الغذاء الصحي، ولقد أثبتت الدراسات العالمية أن كمية الأملاح الزائدة في أي طعام قد تتسبب في ارتفاع ضغط الدم، وذلك لأن الملح الكثير يعمل على تقليل فرصة الجسم في امتصاص الكالسيوم الذي يلعب دور هام في الحفاظ على صحة العظام، فالغذاء الصحي له قدرة كبيرة في التخلص من جميع الأمراض التي تواجه مناعة الجسم، ولذلك نجد أن اللوز يحتوي على نسبة معتدلة من الألياف الغذائية التي تعمل على تنظيم حركة الأمعاء، والكالسيوم، وليس اللوز فقط نجد أيضاً أن حبوب زيت السمك تعمل على علاج جميع أمراض الروماتيزم، والمفاصل، لذلك سوف نتعرف من خلال فقراتنا فضل الحفاظ على تناول أطعمة صحية.

مقدمة مؤثرة عن أهمية الغذاء الصحي

بسم الله الرحمن الرحيم، لقد أشرقت علينا شمس يوم جديد ونحن بصحة وسلام، حامدين الله رب العالمين وشاكرين فضله، أما بعد:

إن الطعام السليم هو الذي يمد الجسم بالطاقة والحيوية والنشاط، فإذا كان الطعام غير صحي سوف يفقد الجسم العديد من العناصر اللازمة لبنائه، كما أن الطعم لا يعتبر مصدر للسعادة والمتعة فقط بل هو مصدر حياة الجسم، والعقل، فنجد الكثير من الأشخاص الذين يفرطون في تناول المأكولات السريعة، والسكريات، والأطعمة الضارة ولذلك يعانون من العديد من أنواع الأمراض مثل أمراض القلب، والعظام وغيرها، ولذلك يجب على كل شخص أن يتناول جميع أنواع الغذاء الصحي الذي من الله علينا به حتى يحيا حياة كريمة، ويحصل على صحة سليمة وعقل سليم فكما قال الحكماء من قبل: (العقل السليم في الجسم السليم)، ولذلك سوف نتعرف من خلال تلك الفقرات عن فضل الغذاء الصحي على أجسامنا.

مقدمة إذاعة شيقة عن الغذاء الصحي

بسم الله، والحمد لله الذي وهب لنا النعم وحده لا شريك له لا إله إلا هو، السيد مدير مدرستنا، والسادة المعلمين والمعلمات، والطلاب الأعزاء أسعد الله يومكم هذا، وجعله خير الأيام، بعد التحية والسلام:

إن الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يشعر به إلا المرضى، عند التأمل في تلك المقولة سوف نفكر من هم الأصحاء: هم الذين يحافظون على صحة أجسادهم من خلال تناول العديد من الأطعمة الصحية التي تحافظ على توازن الجسم، وتلك الأطعمة تشمل

الفيتامينات، المعادن الغذائية الهامة، والبروتينات، والكالسيوم وغيرها، فالصحة هي المعادلة المتوازنة بس الغذاء والجسد، في الناتج الذي نحصل عليه من اختيار غذائنا، حيث تعتبر جميع الوجبات اليومية السليمة هي البوصلة التي تقود مسار الجسم، كما أن جميع الأمراض النفسية تحدث نتيجة للإصابة بالأمراض الجسدية والتي تتأثر بشكل كبير بتناول الطعام الصحي، ولذلك سوف نقدم لكم بعض الفقرات الهامة عن أهمية الحفاظ على الجسم من خلال الغذاء السليم.