

تقرير لبرامج جمعية المشي والجري بالأحساء

الربع الثاني (ابريل - مايو - يونيو)



تقرير الربع الثاني



الملخص التنفيذي

اجمالي عدد الشراكات

2

اجمالي عدد المتطوعين

274

اجمالي عدد المشتركين

2230

اجمالي عدد البرامج

15



50 1272 958

البرامج المنفذة خلال الربع الثاني

التاريخ	البرامج	NO
ابريل - مايو - يونيو	ساعة رياضية (مستمر طوال العام)	1
9 أبريل 2025	محاضرة الصحة النفسية	2
24/23/22/21 أبريل 2025	محاضرة المشي والجري مفتاح الصحة والعافية	3
25 أبريل 2025	مسار الأثير 2	4
26 أبريل 2025	امش 30	5
10 مايو 2025	COSPLAY WALK IN	6
15 مايو 2025	اللقاء الحوارى " الاسرة ثروة الوطن "	7

البرامج المنفذة خلال الربع الثاني

التاريخ	البرامج	NO
17 مايو 2025	يوم رياضي صحي للجميع	8
21 مايو 2025	ماراثون الحساب الذهني 2	9
27 مايو 2025	ساعة رياضة (الرياضة الصحية بالصيف)	10
13 يونيو 2025	سباق التتابع للمعاقين	11
17 يونيو 2025	ساعة رياضة (مكافحة التصحر والجفاف)	12
25 يونيو 2025	ساعة رياضة (مكافحة التدخين)	13
24-25 يونيو 2025	ملتقى الإعلام الشبابي الاجتماعي	14

[illegible]

صور البرامج



صور من المنصة التطوعية



تقارير لبرامج الربع الثاني

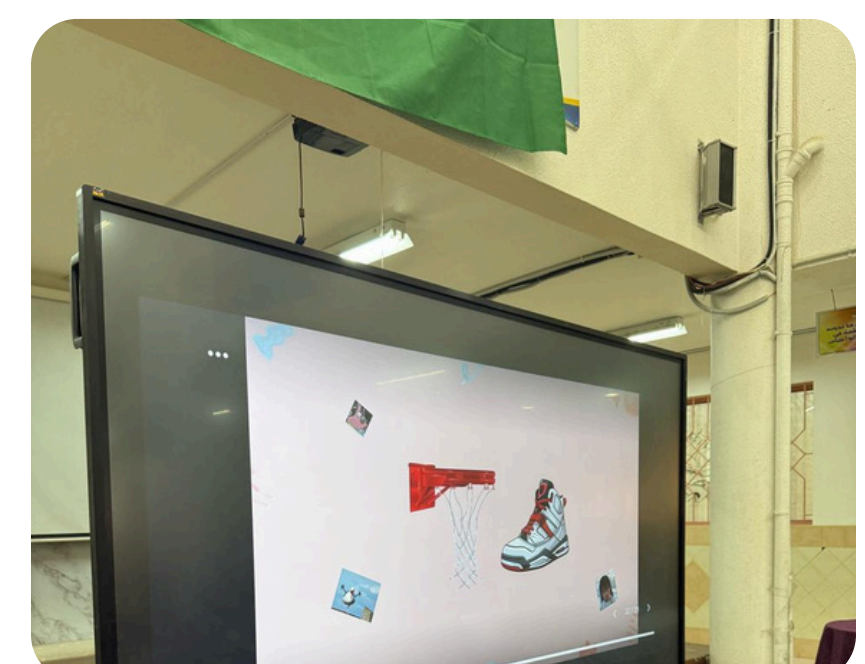
الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	
نوع النشاط	محاضرة الصحة النفسية
وصف النشاط:	محاضرة بتقديم الدكتورة هبة شفيق عن الصحة النفسية و مفهومها ومظاهرها و صفات الشخص الصحيح نفسياً و الأعراض المبدئية للمرض النفسي ومحسنات الصحة النفسية
عدد المشاركين:	96
الموقع:	الكلية التقنية للبنات بالأحساء
تاريخ النشاط:	9 ابريل 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	
جمعية المشي والجري بالأحساء	نوع النشاط
محاضرة المشي والجري مفتاح الصحة والعافية	وصف النشاط:
محاضرة بم تقديمها في مدارس البنات (ابتدائي - متوسط - ثانوي) للتوعية بأهمية الرياضة وفوائدها مع فقرات رياضية تفاعلية	عدد المشاركين:
407	الموقع:
مدرسة الثالثة عشر للبنات - مدرسة التاسعة ابتدائي بنات - مدرسة السادسة عشر للبنات - مدرسة الرابعة عشر للبنات	تاريخ النشاط:
24/23/22/21 أبريل 2025	
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (قبل النشاط)

الجهة :	جمعية المشي والجري بالأحساء
تفاصيل النشاط	
نوع النشاط	مسار الاثير ٢
وصف النشاط	مسيرة مشي بجودة شمال الاحساء لتتبع الأثير الناقل للضوء وعيش التجربة والاستمتاع دون تلوث أي تلوث للضوء مع فعاليات مصاحبة و وجبة العشاء
تاريخ النشاط	25 أبريل 2025
موقع النشاط	جودة (شمال الاحساء)
مدينة النشاط	الاحساء
عدد الرياضات المنفذة	رياضة المشي
عدد المشاركين المتوقع	50
الفئة المستهدفة	نساء - رجال

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

جمعية المشي والجري بالأحساء				النادي
تفاصيل النشاط				
مسار الاثير ٢				نوع النشاط
مسيرة مشي بجودة شمال الاحساء لتتبع الأثير الناقل للضوء وعيش التجربة والاستمتاع دون تلوث أي تلوث للضوء مع فعاليات مصاحبة و وجبة العشاء				وصف النشاط
25 أبريل 2025				تاريخ النشاط
جودة شمال الاحساء				موقع النشاط
الاحساء				مدينة النشاط
رياضة المشي				عدد الرياضات المنفذة
عدد المشاركين المتوقع	إجمالي عدد المشاركين:		64	إجمالي المواطنين:
	إجمالي الذكور:		30	إجمالي المقيمين:
	إجمالي الإناث:		14	إجمالي المشاركين أكبر من 18 سنة:
	إجمالي ذوي الإعاقة:		0	إجمالي المشاركين أصغر من 18 سنة:
55				
9				
62				
2				

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي:	
جمعية المشي والجري بالأحساء	نوع النشاط
مسار الأثير ٢	الروابط الخاصة بصور وأدلة تنفيذ النشاط:
https://www.wra.org.sa/gallery/%D8%B5%D9%88%D8%B1-%D9%85%D8%B3%D8%A7%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%AB%D9%8A%D8%B1-2/	
التحديات والدروس المستفادة منها	
تحديد مسار امن وواضح مع ضمان سلامة المشاركين	التحدي:
مشاهدة النجوم في صحراء ساكنة تزرع الشعور بالسكينة وتتعلم من خلالها مدى تحملك الجسدي والنفسي	الدرس المستفاد:
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	امش 30
وصف النشاط:	شاركت جمعية المشي والجري بالأحساء بحملة امش 30 التي نظمتها وزارة الصحة على مستوى المملكة لتعزيز الصحة
عدد المشاركين:	المشاركين على مستوى الاحساء
الموقع:	ممشى أمانة الاحساء
تاريخ النشاط:	26 ابريل 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (قبل النشاط)

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
تفاصيل النشاط	
نوع النشاط	COSPALY WALK IN
وصف النشاط	مسيرة مشي بزي الانمي بمنتزه المشقر من خلال ربط ثقافة الانمي ومحبيه بالرياضة ومع أركان مصاحبة
تاريخ النشاط	10 مايو 2025
موقع النشاط	منتزه المشقر
مدينة النشاط	الأحساء
عدد الرياضات المنفذة	رياضة المشي
عدد المشاركين المتوقع	100 شخص
الفئة المستهدفة	كافة فئات المجتمع

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي :				جمعية المشي والجري بالاحساء			
تفاصيل النشاط							
نوع النشاط				COSPLAY WALK IN			
وصف النشاط				هي مسيرة مشي ممتعته مع زي الانمي الخاص بك وتهدف الى ربط ثقافة الانمي ومحبيه بالرياضة مع اركان مصاحبة و إقامة مسابقة اجمل زي لفئة الأطفال والكبار وتتويج المراكز الثلاث الأولى بجوائز مالية وهدايا			
تاريخ النشاط				10 مايو 2025			
موقع النشاط				منتزه المشقر			
مدينة النشاط				الأحساء			
عدد الرياضات المنفذة				رياضة المشي			
عدد المشاركين المتوقع		إجمالي عدد المشاركين:		175	إجمالي المواطنين:		167
		إجمالي الذكور:		81	إجمالي المقيمين:		8
		إجمالي الإناث:		93	إجمالي المشاركين أكبر من 18 سنة:		125
		إجمالي ذوي الإعاقة:		1	إجمالي المشاركين أصغر من 18 سنة:		50

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	COSPLAY WALK INK
الروابط الخاصة بـ صور وأدلة	https://www.wra.org.sa/gallery/cosplay-walk-in/
التحدي:	التحديات والدروس المستفادة منها
الدرس المستفاد:	حرارة الطقس بدء البرنامج بوقت مناسب لتجنب شدة الحرارة
مكتبة الصور	



الملخص التنفيذي للنشاط

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	اللقاء الحواري "الأسرة ثروة الوطن"
وصف النشاط:	شاركت رئيس مجلس الإدارة الأستاذة أماني العمير في الجلسة الحوارية التي نظمها مجلس شؤون الأسرة بالمجلس المحلي من خلال محور (تعزيز الروابط الأسرية من خلال الأنشطة الرياضية)
عدد المشاركين:	320
الموقع:	مركز التنمية الاجتماعية
تاريخ النشاط:	15 مايو 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (قبل النشاط)

النادي:		جمعية المشي والجري بالأحساء
تفاصيل النشاط		
نوع النشاط	ماراثون الحساب الذهني 2	
وصف النشاط	وهي فعالية تربوية تعليمية تهدف إلى تعزيز مهارات الذكاء الذهني وربطها بالنشاط البدني للطالبات في مدرسة الاحسان للطفولة المبكرة	
تاريخ النشاط	21 مايو 2025	
موقع النشاط	الصالة الرياضية المغلقة في نادي الروضة الرياضي بالجشه	
مدينة النشاط	الأحساء	
عدد الرياضات المنفذة	رياضة المشي	
عدد المشاركين المتوقع	24	
الفئة المستهدفة	طالبات مدرسة الاحسان للطفولة المبكرة	

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي				جمعية المشي والجري بالاحساء			
تفاصيل النشاط							
نوع النشاط				ماراثون الحساب الذهني 2			
وصف النشاط				وهي فعالية تربوية تعليمية تهدف إلي تعزيز مهارات الذكاء الذهني وربطها بالنشاط البدني للطالبات في مدرسة الاحسان للطفولة المبكرة والتنافس على الثلاث مركز الاولى بين طالبات رابع وخامس وسادس			
تاريخ النشاط				21 مايو 2025			
موقع النشاط				الصالة الرياضية المغلقة في نادي الروضة الرياضي بالجشه			
مدينة النشاط				الاحساء			
عدد الرياضات المنفذة				رياضة الجري			
عدد المشاركين المتوقع		إجمالي عدد المشاركين:		24	إجمالي المواطنين:		24
		إجمالي الذكور:		0	إجمالي المقيمين:		0
		إجمالي الإناث:		24	إجمالي المشاركين أكبر من 18 سنة:		0
		إجمالي ذوي الإعاقة:		0	إجمالي المشاركين أصغر من 18 سنة:		24

الملخص التنفيذي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	ماراثون الحساب الذهني 2
الروابط الخاصة بصور وأدلة تنفيذ النشاط:	https://www.wra.org.sa/gallery/%D8%B5%D9%88%D8%B1-%D9%85%D8%B3%D8%A7%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%AB%D9%8A%D8%B1-2/
التحدي:	التحديات والدروس المستفادة منها
الدرس المستفاد:	تنظيم الوقت بدقة بين الفقرات والاسئلة والمراحل المختلفة
	أهمية التخطيط المسبق والتجريب العملي لأي فعالية تعليمية
مكتبة الصور	



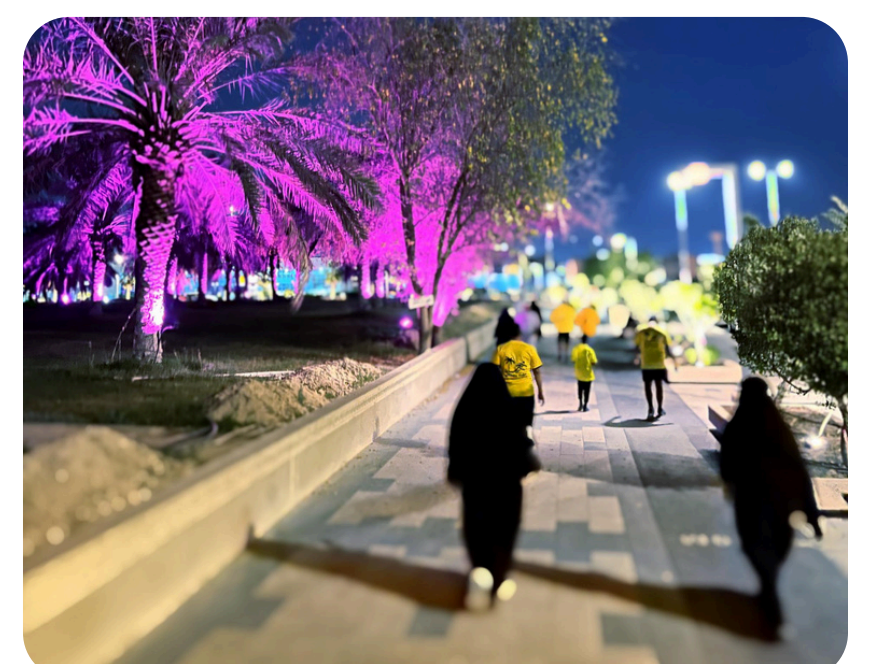
الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	
نوع النشاط	يوم رياضي صحي للجميع
وصف النشاط:	شاركت الجمعية بركن تعريف في الفعالية التي نظمتها فرع وزارة الصحة بالأحساء
عدد المشاركين:	52
الموقع:	نادي الفتح
تاريخ النشاط:	17 مايو 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	
ساعة رياضة (الرياضة الصحية بالصيف)	نوع النشاط
ضمن مجدولات المشي لساعة رياضة قدم الدكتور جمال الجمل محاضرة بعنوان الرياضة الصحية بالصيف	وصف النشاط:
16	عدد المشاركين:
ممشى امانة الأحساء	الموقع:
27 مايو 2025	تاريخ النشاط:
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (قبل النشاط)

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
تفاصيل النشاط	
نوع النشاط	مبادرة سباق التتابع للمعاقين
وصف النشاط	سباق جري تتابعي لمسافة 400 متر ينطلق المتسابق الأول ذوي الإعاقة الحركية 100 م يليه ذوي الاعاقة البصرية 100م ويكمل بعده ذوي الأعاقة السمعية 200 م
تاريخ النشاط	13 يونيو 2025
موقع النشاط	مدينة إيبكس الرياضية
مدينة النشاط	الأحساء
عدد الرياضات المنفذة	رياضة الجري
عدد المشاركين المتوقع	30
الفئة المستهدفة	ذوي الإعاقة

الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي				جمعية المشي والجري بالأحساء			
تفاصيل النشاط							
نوع النشاط				سباق التتابع للمعاقين			
وصف النشاط				سباق جري تنافسي لمسافة 400 متر ينطلق المتسابق الأول ذوي الإعاقة الحركية 100 م يليه ذوي الإعاقة البصرية 100 م ويكمل بعده ذوي الإعاقة السمعية 200 م			
تاريخ النشاط				13 يونيو 2025			
موقع النشاط				مدينة ابيكس الرياضية			
مدينة النشاط				الأحساء			
عدد الرياضات المنفذة				رياضة الجري			
عدد المشاركين المتوقع		إجمالي عدد المشاركين:		42	إجمالي المواطنين:		40
		إجمالي الذكور:		30	إجمالي المقيمين:		2
		إجمالي الإناث:		12	إجمالي المشاركين أكبر من 18 سنة:		29
		إجمالي ذوي الإعاقة:		42	إجمالي المشاركين أصغر من 18 سنة:		13

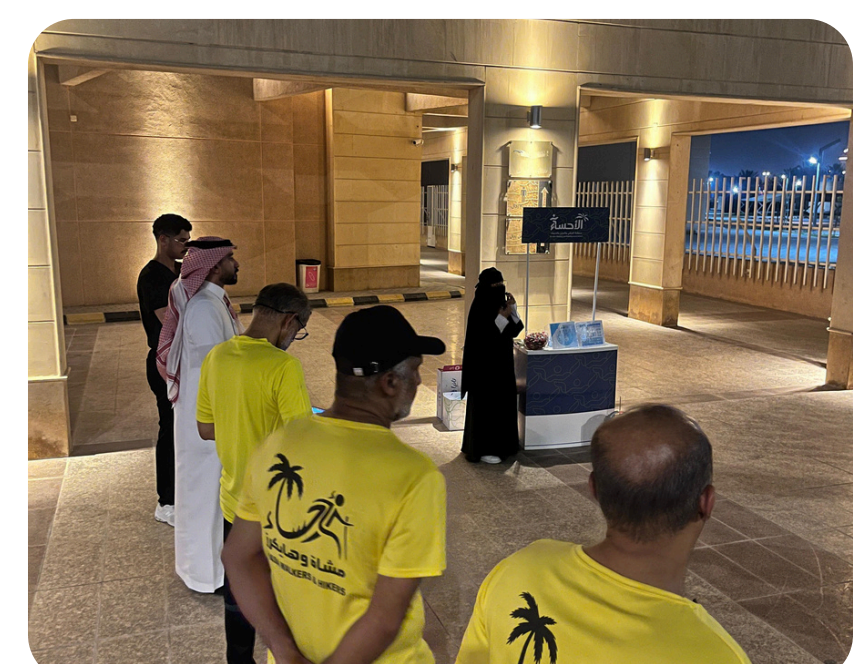
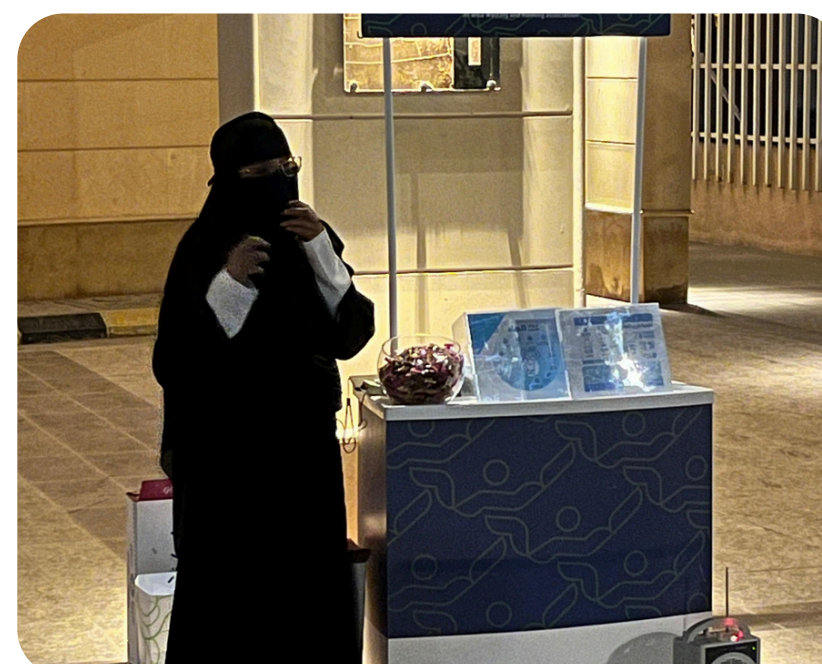
الملخص التفصيلي للنشاط الواحد (تقرير ما بعد النشاط)

النادي:	
جمعية المشي والجري بالأحساء	نوع النشاط
سباق التتابع للمعاقين	الروابط الخاصة بصور وأدلة تنفيذ النشاط:
https://www.wra.org.sa/gallery/%D8%B3%D8%A8%D8%A7%D9%82-%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%AA%D8%A7%D8%A8%D8%B9-%D9%84%D9%84%D9%85%D8%B9%D8%A7%D9%82%D9%8A%D9%86/	
التحديات والدروس المستفادة منها	
اختلاف نوع الإعاقة بين أفراد الفريق يتطلب تنسيقاً دقيقاً في التسليم والاستلام	التحدي:
السباق يجسد أن القدرة الحقيقية في الإرادة والعزيمة	الدرس المستفاد:
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	ساعة رياضة (مكافحة التصحر والجفاف)
وصف النشاط:	ضمن مجدولات المشي لساعة رياضة قدم الدكتور جمال الجمال و الدكتورة صباح الشويش محاضرة بعنوان مكافحة التصحر والجفاف
عدد المشاركين:	15
الموقع:	ممشى امانة الأحساء
تاريخ النشاط:	17 يونيو 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

الجهة:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	ساعة رياضة (مكافحة التدخين)
وصف النشاط:	ضمن مجدولات المشي لساعة رياضة قدم الدكتور جمال الجمال و د احمد الخيال و د عبداللطيف العرفج و د ايمان الحربي محاضرة بعنوان مكافحة التدخين
عدد المشاركين:	23
الموقع:	ممشى امانة الأحساء
تاريخ النشاط:	25 يونيو 2025
مكتبة الصور	



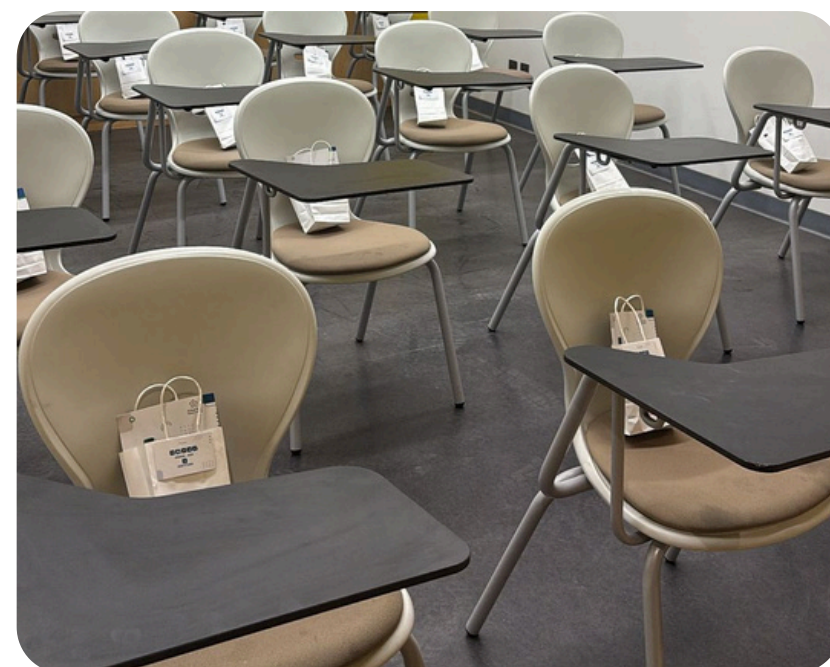
الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	جمعية المشي والجري بالأحساء
نوع النشاط	ملتقى الإعلام الشبابي الاجتماعي
وصف النشاط:	شاركت الجمعية بركن تعريف في الفعالية التي نظمتها جمعية النجاح الشبابية الاجتماعية
عدد المشاركين:	1000
الموقع:	قاعة الأحساء للأفراح والمناسبات
تاريخ النشاط:	25-24 يونيو 2025
مكتبة الصور	



الملخص التفصيلي للنشاط

النادي:	
نوع النشاط	محادثة المشي والجري صحة و لياقة
وصف النشاط:	محاضرة بتقديم الكادر الصحي من تجمع الاحساء الصحي وتحدث عن فوائد المشي مع شرح لأسلوب و أنواع المشي و نصائح لمرضى القلب والسكري عند المشي و ما هو الحذاء المناسب للمشي ونصائح للمشي الصحي
عدد المشاركين:	17
الموقع:	مدينة ابيكس الرياضية
تاريخ النشاط:	29 يونيو 2025
مكتبة الصور	



تقارير إضافية

جمعية المشي والجري بالأحساء				النادي :
274				اعداد المتطوعين:
3500				عدد الساعات التطوعية:
31				إجمالي الفرص:
99.87%				مقياس الرضا:
مجمع النعيم الطبي			اسم الجهة	الشراكات والاتفاقات:
25 مارس 2025	تاريخ توقيع العقد	21 ديسمبر 2024	تاريخ العقد	
مركز العلاج الاحترافي			اسم الجهة	الشراكات والاتفاقات:
25 مارس 2025	تاريخ توقيع العقد	24 مارس 2025	تاريخ العقد	