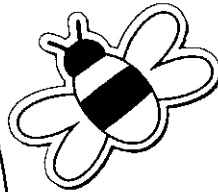


بهداشت و تندرستی

مکتبہ کبانی حاجی (مہینہ)

انتشارات آویدا





انتشارات اویدا

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

نوبت و سال چاپ: نخست - ۱۳۹۱

خوشنویسی روی جلد: منوچهر اسکندری

صفحه آرا و طراح جلد: صغری ابراهیمی

چاپ و صحافی: نیما بابلسر



بهداشت و تندرستی

سکینه کیانی حاجی (مهین)

سرشناسه: کیانی حاجی، سکینه ۱۳۳۲.

عنوان و نام پدیدآور: بهداشت و تندرستی / سکینه کیانی.

مشخصات نشر: ساری: آویدا، ۱۳۹۱.

مشخصات ظاهری: ۶۶ ص: مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۳۲۲۸-۲-۴

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: گروه سنی: پ، ج.

موضوع: شعر کودکان

موضوع: بهداشت -- شعر

رده بندی دیویی: ۸۱۸/۱۳۳۳ پ ۱۳۹۱

شماره کتابشناسی ملی: ۲۸۴۱۸۴۰

مازندران- ساری تلفکس: ۰۱۵۱-۲۲۹۵۲۸۰

Email: avida_publish@yahoo.com

فهرست مطالب

- ۹ سخنی با دانش آموزان
- ۱۰ معاینات پهداستی
- ۱۲ سرود آب
- ۱۳ قلّه تدرستی
- ۱۴ سرود پرستار
- ۱۵ رابطه؟
- ۱۶ پهداشت یعنی تمیزی



۱۷ سلامتی

۱۸ گیاهی گفت

۱۹ بهداشت

۲۰ سرود جمعه

۲۱ لیوان

۲۲ دستمال

۲۳ حوله

۲۴ مسواک

۲۵ صابون

۲۶ جوراب

۲۷ سرود کفش (پاپوش)



شانه ۳۰

واکسن ۳۱

سرود پهداشتیار ۳۳

پهداشتیار کلاس ۳۴

پهداشتیار مواد غذایی ۳۵

پهداشتیار محیط ۳۶

آموزشیار پهداشت ۳۷

سرود روان پهداشتیار ۳۸

نمایشنامه دندان درد ۳۹

نمایشنامه رفتگر زحمکش ۴۰

سرود ورزش ۵۰



۵۱) سرود شیر

۵۳) شیر مادر = مهر مادر

۵۴) شعر پهداشتی

۵۴) شعار پهداشتی

۵۵) پیام پهداشتی

۵۷) نمایشنامه زیاله آی زیاله

۶۲) برنامه کلاس

۶۳) مناسبت‌های پهداشتی

www.ketab.ir



سخنی با دانش آموزان

گل های قشنگم سلام

سلام به شما عزیزانی که عواطف زلالتان به پاکی آب می ماند و احساس ظریفان به گلبرگ های یاس و نرگس همانند است. در حرارت افکار زیبایتان گرمی خورشید تداعی می گردد. می خواهم برایتان از سلامتی این بهترین سرمایه خداوند منان حرف بزنم (الحصۃ افضل النعم) که ارکان اصلی آن شامل: ۱. تغذیه صحیح، ۲. واکسن، ۳. ورزش، ۴. مراقبت و احتیاط می باشد. همه ما با رعایت کردن بهداشت و تمیزی می توانیم از نعمت سلامتی برخوردار باشیم و برای رسیدن به مقصد تندرستی همه ما باید تلاش کنیم باید آب سالم بنوشیم، غذای سالم بخوریم و در هوای سالم نفس بکشیم و دستورات بهداشتی را در هر جا که هستیم بکار بندیم و به دیگران نیز بیاموزیم.

والسلام

دوستدار سلامتی شما مربی بهداشت سکینه کیانی (مهین)



معاینات بهداشتی

چشم

معاینه چشم..... در تاریخ.....

انجام شد.

چشم راست:

چشم چپ:

دندان

معاینه دندان..... در تاریخ.....

انجام شد.

سالم:

پوسیده:

وضعیت رشد

اندازه گیری قد و وزن در تاریخ.....

انجام شد

قد: سانتیمتر

وزن: کیلوگرم

ما باید به اندازه کافی غذا بخوریم

