

مهارت‌های بهداشتی ویژه بهداشتیاران مدارس (بهداشت‌یاد مواد غذایی) - سوم دبستان / مولفان ریاض غیرتمند... [و دیگران] تصویرگران بهرام شامی... [و دیگران] ویراستار عذرا سنگلجی... تهران: هنر آبی، ۱۳۸۴.

۲۴ ص: مصور (رنگی) -- (مجموعه کتابهای بهداشت مدارس)

ISBN : 964-8909-13-x

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.  
گروه سنی: ب.

۱. کودکان -- تغذیه. ۲. تغذیه -- بهداشت. ۳. سلامتی.  
الف. غیرتمند، ریاض. ب. شامی، بهرام، تصویرگر. ج. سنگلجی، عذرا،  
ویراستار. د. فروست.

۸۵۸ م ۳ / ۶۱۲  
۱۰۲۱۹ - ۸۴ م

کتابخانه ملی ایران



انتشارات هنر آبی - بلوار مرزداران - بین یادگار امام و اشرفی اصفهانی - خیابان  
سهند - کوچه سرو - پلاک ۱۴ - واحد ۴ - تلفن: ۰۹۱۲۱۹۸۶۴۱۵ و ۰۲۱-۴۴۴۶۷۵۶۷

نام کتاب: مهارت‌های بهداشتی ویژه بهداشتیاران مدارس (بهداشت‌یاد مواد غذایی) - سوم دبستان  
مولفان: دکتر ریاض غیرتمند، فاطمه شیخ الاسلامی، عذرا سنگلجی، محبوبه حیدری  
ویراستار: عذرا سنگلجی  
ناشر: انتشارات هنر آبی  
مدیر هنری: بهرام شامی  
تصویرگران: بهرام شامی، فاطمه هلیسایی، آرزو شامی  
چاپخانه: محرر  
نوبت چاپ: اول ۱۳۸۴  
شابک: ۹۶۴-۸۹۰۹-۱۳-x  
شمارگان: ۵۰۰۰

حق چاپ محفوظ است

وزارت آموزش و پرورش  
معاونت تربیت بدنی و تندرستی  
دفتر سلامت و تندرستی

# مهارت‌های بهداشتی

ویژه ی بهداشتیاران مدارس  
(بهداشتیار مواد غذایی)

سال سوم دبستان



مربی و معلم عزیز

پدر و مادر گرامی

ما، شما و کودکان می‌توانیم زندگی بهتری داشته باشیم؛ زندگی که از آن لذت ببریم و روز به روز از سلامت جسمی، روانی و اجتماعی بالاتری برخوردار گردیم به شرط آن که باور داشته باشیم که اگر همه به فکر هم باشیم و در این راه تلاش کنیم، می‌توانیم از سلامت و زندگی باکیفیت بهره‌مند گردیم. کودکان بیشترین وقت خود را در دو محیط خانه و مدرسه می‌گذرانند. خانه، محیط امن و مدرسه محیط مقدسی است و رفتارها در این دو محیط شکل می‌گیرد. ولی باید بدانیم که ارتقاء سلامت و برخورداری از زندگی بهتر که رضایت ما را فراهم کند، بدون مسلح شدن به مهارت‌های بهداشتی امکان‌پذیر نیست، به‌ویژه این که این مهارت‌ها باید در کودکی آموخته شوند و در همان کودکی و سپس در دوره‌ی نوجوانی تمرین شوند تا در بزرگسالی در موقعیت‌های پیچیده زندگی به کار آیند. به همین منظور دفتر سلامت و تندرستی کتاب‌هایی را با عنوان مهارت‌های بهداشتی ویژه‌ی بهداشتیاران مدارس دوره‌ی ابتدایی تدوین نموده است. در این کتاب هاسعی شده مطالب بهداشتی با استفاده از شیوه‌های فعال آموزش و در قالب شعر، قصه، آزمایش، تحقیق و... تهیه شود که توسط مربیان بهداشت در مدارس با دانش‌آموزان تمرین گردد. شایان ذکر است، در تدوین این مجموعه از نظرات خانم‌ها: دکتر نوری، دکتر میرمجلسی، اسفنجانی، شیروانی و رودنژاد تحت نظارت و راهنمایی‌های سرکار خانم متقیان بهره گرفته ایم. لذا از همه‌ی کسانی که در این امر مهم متقبل زحمات زیادی شدند تشکر و قدردانی می‌نمایم و انتظار دارم معلمان و مربیان عزیز با استفاده از تجربیات خویش ما را یاری نمایند تا معایب و کمبودها را جبران کنیم.

امیدوارم همواره بتوانیم با استفاده از چنین فرصت‌هایی توفیق خدمت به کودکان را به دست آوریم.

دکتر ریاض غیرتمند

مدیر کل دفتر سلامت و تندرستی

وزارت آموزش و پرورش

تهران- تیرماه ۱۳۸۴