

مهارت‌های بهداشتی، ویژه ی بهداشتیاران مدارس (بهداشتیار محیط) -
چهارم دبستان/ مولفان ریاض غیرتمند... (و دیگران)؛ تصویرگران بهرام شامی...
(و دیگران)؛ ویراستار عذرا سنگلجی...
تهران، هنر آبی، ۱۳۸۴.
۳۶ص، مصور (رنگی). -- (مجموعه کتابهای بهداشت مدارس)

ISBN : 964-8909-19-9

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
گروه سنی: ج.

۱. بهداشت محیط زیست -- راهنمای آموزشی (ابتدایی). ۲. آموزش بهداشت
(ابتدایی). ۳. بهداشت مدرسه ها. الف. غیرتمند، ریاض. ب. شامی، بهرام،
تصویرگر. ج. سنگلجی، عذرا، ویراستار. د. فروست.

۳۶۳/۷ م ۸۵۸۳

۱۳۸۴

م ۸۴-۱۶۷۱۰

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 ۰۲۱-۴۴۶۷۵۶۷

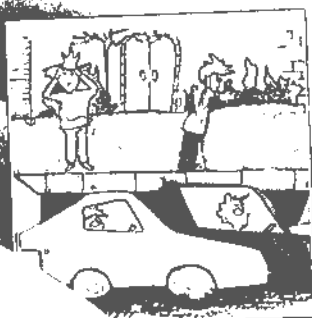
نام کتاب: مهارت‌های بهداشتی ویژه بهداشتیاران مدارس (بهداشتیار محیط) - چهارم دبستان
مولفان: دکتر ریاض غیرتمند، فاطمه شیخ الاسلامی، عذرا سنگلجی، محبوبه حیدری
ویراستار: عذرا سنگلجی
ناشر: انتشارات هنر آبی
مدیر هنری: بهرام شامی
تصویرگران: بهرام شامی، فاطمه هلیسائی، سمینه خویی، زهره ایمانی، پیمان فرگاهی
چاپخانه: محرر
نوبت چاپ: اول ۱۳۸۴
شابک: ۹۶۴-۸۹۰۹-۱۹-۹
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 محیط)

سال چهارم دبستان



مری و معلم عزیز پدر و مادر گرامی

ما، شما و کودکانمان 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 کتاب‌ها سعی 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 میر مجلسی، اسفندیجانی، 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 شده‌اند 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 - تیر ماه ۱۳۸۴



دوست خوب من،
سلام



تو در کلاس چهارم دبستان درس می‌خوانی، تا بحال مطالب زیادی یاد گرفته‌ای و می‌توانی به خوبی از کتاب‌های مفید استفاده کنی.

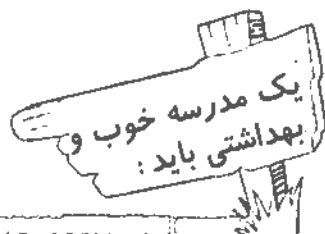
تو در عین حال یک بهداشتیار هم هستی. یعنی کسی که یک دوست خوب و صمیمی برای بهداشت است. این کافی نیست که مافقط به بهداشت فردی خودمان توجه کنیم. لازم است به بهداشت همکلاسی‌ها، افراد خانواده، بهداشت محیط زندگی و بهداشت شهر و روستایمان هم توجه کنیم. زمانی ما می‌توانیم در سلامت زندگی کنیم که همه انسان‌هایی که در اطراف ما هستند، سالم و تندرست باشند.

تو چنین وظیفه‌ای را به عهده گرفته‌ای. یعنی یک مراقب خوب و یک دوست خوب برای بهداشت همگان هستی.



آیا می‌دانید که یک مدرسه خوب و بهداشتی چه ویژگی‌هایی دارد ؟
اگر نمی‌دانی می‌توانی از مربی بهداشت، مدیر مدرسه، پدر یا مادر
خود بپرسی و نظرات آنها را بنویسی.

.....
.....
.....



- تعداد دستشویی‌ها و توالت‌ها و آب‌خوری‌هایش متناسب با تعداد دانش‌آموزان باشد .
- کف و دیوار دستشویی و توالت‌ها و آب‌خوری‌ها قابل شستشو باشد.
- دستشویی و توالت‌ها هواکش داشته باشد .
- کلاسها نور خوبی داشته باشند و درها و دیوارهای آن تمیز باشند.
- رنگ تخته سیاه سبز یا سیاه باشد.
- پرریزهای برق روکش داشته باشند .
- راه پله‌ها و پنجره‌ها حفاظ داشته باشند .
- فاضلاب و زباله به طور بهداشتی جمع‌آوری و دفع گردند.