

مهارت‌های بهداشتی: ویژه ی بهداشتیاران مدارس (آموزشیار بهداشت) -
چهارم دبستان/ مولفان ریاض غیرتمند... [و دیگران]؛ تصویرگران بهرام شامی...
[و دیگران]؛ ویراستار عذرا سنگلجی...
تهران: هنر آبی، ۱۳۸۴.
۲۸ص: مصور (رنگی). -- (مجموعه کتابهای بهداشت مدارس)

ISBN : 964-8909-16-4

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
گروه سنی: ج.

۱. آموزش بهداشت (ابتدایی). ۲. شاگردان ابتدایی - بهداشت - راهنمای
آموزشی. ۳. کودکان - بهداشت - به زبان ساده. الف. غیرتمند، ریاض. ب. شامی
، بهرام، تصویرگر. ج. سنگلجی، عذرا، ویراستار. د. فروست.

۸۵۸۲۳ م ۷ / ۳۷۲

۱۳۸۴

۱۶۷۱۴ - 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 ۰۲۱-۴۴۶۷۵۶۷

نام کتاب:	مهارت‌های بهداشتی ویژه بهداشتیاران مدارس (آموزشیار بهداشت) - 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 هلیسایی، هاشم شفیعی
چاپخانه:	محرر
نوبت چاپ:	اول ۱۳۸۴
شابک:	۹۶۴-۸۹۰۹-۱۶-۴
شمارگان:	۵۰۰۰

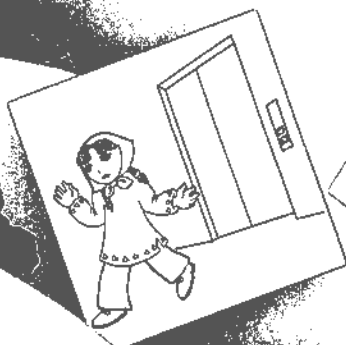
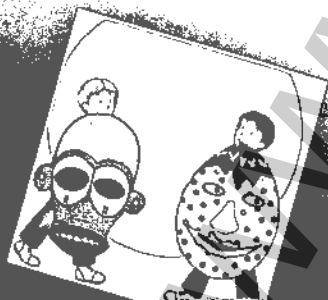
حق چاپ محفوظ است

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

مهارت‌های بهداشتی

ویژه ی بهداشتیاران مدارس
(آموزشیار بهداشت)

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 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 گرفته‌ایم. 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- تیرماه 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.

