

برنامه سالانه ی آموزش بهداشت در مدارس ابتدایی

آموزش دانش آموزان در مقطع ابتدایی باید با جذابیت های سمعی و بصری همراه بوده و از نظر زمانی زیر یک ساعت طول بکشد، چرا که کودکان در این مقطع به راحتی دچار حواس پرتی و شیطنت های خاص خود می گردند. از این رو مراقبین سلامت با تنوع در نوع آموزش همچون بازی، نمایش، قصه، شعر، سرود، تراکت، پوستر، سخنرانی و... می توانند توجه کودک را جلب نموده و به آموزش موضوعات مختلف بهداشتی بپردازند.

طبق جدول زیر مراقبین سلامت می توانند ضمن انجام کارهای روزمره خود در مدارس مانند معاینات، نظارت بر بهداشت محیط، نظارت بر پایگاه تغذیه سالم و غذای دانش آموزان و... به آموزش موضوعات بهداشتی نیز بپردازند.

این آموزش ها می توانند بصورت تراکت، پوستر، ارایه ی فیلم و کلیپ کوتاه، چهره به چهره، جمعی و سر صف، کلاسی، برگزاری کارگاه، شعر و قصه خوانی، سرود و... صورت گیرد.

ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی مهر ماه
۱		آموزش بهداشت پوست و مو (هنگام یا بعد از معاینات پدیکلوز)
۲		آموزش پیشگیری از بیماری های واگیردار تنفسی مانند آنفلوآنزا و سرماخوردگی
۳		آموزش بهداشت محیط (نظافت کلاس ها، سرویس های بهداشتی، حیاط و...)
۴		آموزش پیشگیری از بیماری های قلبی-عروقی
۵		آموزش تغذیه سالم



ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی آبان ماه
۱		آموزش بهداشت دهان و دندان (هنگام یا بعد از معاینات دهان و دندان)
۲		آموزش پیشگیری از بیماری های غیر واگیر مانند دیابت و کم خونی ناشی از فقر آهن
۳		آموزش شستشوی صحیح دست ها (هر هفته تکرار شود)
۴		آموزش تغذیه با موضوع کلسیم و اهمیت مصرف شیر و لبنیات
۵		آموزش خودمراقبتی در هنگام خشم

ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی آذر ماه
۱		آموزش بهداشت چشم (هنگام یا بعد از معاینات بینایی)
۲		آموزش تغذیه با موضوع ویتامین ها
۳		تکرار آموزش بهداشت محیط (نظافت کلاس ها، سرویس های بهداشتی، حیاط و...)
۴		آموزش های پیشگیری از بیماری های فصل زمستان
۵		آموزش بهداشت روان با موضوع ناخن جویدن و کنترل اضطراب



ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی دی ماه
۱		آموزش بهداشت پوست و مو (هنگام یا بعد از معاینات مرحله دوم پدیکلوز)
۲		آموزش تغذیه با موضوع پروتئین ها
۳		تکرار آموزش شستشوی صحیح دست ها
۴		آموزش هوای پاک و حفاظت از محیط زیست
۵		آموزش بهداشت روان با موضوع مهربانی



ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی بهمن ماه
۱		آموزش بهداشت گوش
۲		آموزش تغذیه با موضوع هرم غذایی و پیشگیری از چاقی
۳		آموزش تاثیر ورزش و تحرک در سلامتی
۴		آموزش های پیشگیری از بیماری های فصل زمستان
۵		آموزش استفاده صحیح از رایانه، موبایل، و فناوری های نوین

ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی اسفند ماه
۱		آموزش بهداشت محیط و تفکیک زباله و بازیافت پسماندها
۲		آموزش تغذیه با موضوع مصرف صبحانه و میان وعده سالم
۳		آموزش مخاطرات آتش بازی در چهارشنبه سوری
۴		آموزش حفاظت از منابع طبیعی و مصرف صحیح آب
۵		آموزش بهداشت روان با موضوع چگونگی پر کردن اوقات فراقت



ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی فروردین ماه
۱		آموزش بهداشت پوست و مو (هنگام یا بعد از معاینات مرحله سوم پدیکلوز)
۲		آموزش تغذیه با موضوع فواید غذاهای خانگی و سنتی و مضرات فست فودها
۳		تکرار آموزش بهداشت محیط (نظافت کلاس ها، سرویس های بهداشتی، حیاط و...)
۴		
۵		



ردیف	تاریخ	موضوعات آموزشی اردیبهشت ماه
۱		آموزش حفاظت از زمین و محیط زیست
۲		آموزش تغذیه در فصل گرما
۳		آموزش بیماری های آسم و آلرژی
۴		آموزش پیشگیری از حوادث ترافیکی و سوانح
۵		آموزش پیشگیری از رفتارهای پرخطر مانند دعوا کردن، اعتیاد و...

نمونه هایی از تراکت های آموزشی





با تفکیک صحیح مواد و بازیافت آنها

به بهداشت محیط کمک کنیم

واحد بهداشت آموزشگاه.....



هر کدام از ما یک سفیر سلامتیم

با دفع صحیح زباله،

دوست زمین باشیم



واحد بهداشت آموزشگاه.....



در خانه یا مدرسه با صدای بلند حرف نزنید

و تا جایی که می توانید از جاهای پر سر و صدا دوری کنید



آلودگی صوتی

می تواند باعث صدمات شنوایی شود

واحد بهداشت آموزشگاه :

با صدای بلند حرف نزنید و از مکان های پر سر و صدا دوری کنید



برای تمیز کردن گوش های خود هنگام آلودگی از یک بزرگتر کمک بگیرید



هنگام شنا از گوشی های مخصوص حفاظت گوش استفاده کنید



هیچ گاه اجسام تیز مثل مداد یا گوش پاک کن را داخل گوش نکنید

