

عنوان پیشنهاد

روش های ارتقای سطح بهداشت فردی دانش آموزان

چکیده

در مدارس که اصول بهداشتی رعایت می شود (مدارس سالم) دانش آموزان نه تنها توانایی بیشتری برای یادگیری دروس خود دارند، بلکه مطالب بهداشتی ای می آموزند که در تمام عمر به آنها کمک می کند تا از بیماریهای قلبی، صدمات مغزی و یا حتی سرطان پیشگیری کنند. آموزش صحیح بهداشت در مدارس توسط معلمان دوره دیده، باعث افزایش آگاهی دانش آموزان در ارتباط با ارتقاء سطح سلامت و پیشگیری از بیماریها، دسترسی به اطلاعات صحیح بهداشتی، محصولات و سرویسهای بهداشتی، رفتار سالم، توانایی برقراری ارتباط با دیگران، افزایش توانایی تصمیم گیری و تعیین هدف در زندگی می گردد.

مقدمه:

با فرارسیدن سال تحصیلی جدید احتمال ابتلا به بیماریهای واگیردار ناشی از حضور دانش آموزان در کنار هم در مدارس افزایش می یابد . از همین رو مسئولان بهداشتی و مسئولان مدارس باید تأکید بسیار زیادی بر شست و شوی دست دانش آموزان به ویژه هنگام خروج آنها از دستشویی داشته باشند و آموزشهای صحیح شستن دست به دانش آموزان نیز مد نظر قرار گیرد. علاوه بر این ها، والدین باید به فرزندان دانش آموز خود بیاموزند که قوانین مدرسه را بشناسند و به آن احترام بگذارند. وسایل شخصی مانند لیوان و دستمال را هر

روز به همراه خود به مدرسه ببرند، برای نوشیدن آب در مدرسه از لیوان خود استفاده کنند، برای بهداشت

فردی خود اهمیت قائل شوند

پیشینه و تاریخچه موضوع

توجه به اهمیت و پرورش بهداشت مدارس در کشورهای مختلف جهان همزمان نبوده است و از نظر تاریخی

کیفیت عمل و برنامه ریزی و فعالیت های بهداشت مدارس در کشورهای مختلف متفاوت می باشد. شاید اولین

اقدام در زمینه بهداشت مدارس مربوط به کشور فرانسه باشد، این کشور همراه طرح آموزش علمی خود در

سال ۱۷۹۳ میلادی ماده ای را در رابطه با بهداشت مدارس و انتخاب یک نفر پزشک به عنوان مسئول بهداشت

مدارس به تصویب رساند

اهمیت بهداشت مدارس

مدرسه به عنوان یک ساختار اجتماعی، برای آموزش، محیطی را فراهم می نماید که کودک در آن سال های

حساس زندگی خود را سپری می کند. هنگامی که کودک، دبستان را آغاز می کند شش سال از عمرش گذشته

است و از محیط خانه به واحد اجتماعی مدرسه وارد و با محیط و با خطرات تهدید کننده سلامتی، تماس

بیشتری پیدا می کند. کودک در مدرسه، فردی از افراد جامعه کوچک مدرسه است، به علاوه عضوی از اعضاء

یک خانواده نیز می باشد که مجموع آن ها جامعه و اجتماع را تشکیل می دهد لذا با ارائه خدمات در مدارس

خدمات بهداشتی به جامعه نیز گسترش می یابد. بهداشت مدارس در سیاست بهداشتی و راهبرد کلی سرمایه

گذاری های بهداشتی درمانی کشور و مجموعه برنامه های توسعه و رفاه اجتماعی جایگاه و اهمیت ویژه دارد

برخی معیارهای بهداشت محیط مدارس

محلی که برای احداث مدرسه در نظر گرفته می‌شود: باید ضمن نزدیک بودن به مسیر وسایط نقلیه عمومی (از کارخانه ها، خطوط راه آهن، بزرگراه ها، بیمارستان ها، خطوط برق فشار قوی، فرودگاه، گورستان، کشتارگاه، دامداری، مرغداری، باغ خانه، محل انباشتن زباله و کود، مراکز پر سر و صدا و پر رفت و آمد و مراکزی که به نحوی ممکن است ایجاد مزاحمت، دود، گرد و غبار و سر و صدا نمایند) دور باشد. مدرسه باید حداقل ۵۰۰ متر با مراکز و محل های مذکور و مزاحم فاصله داشته باشد

راه حل های پیشنهادی

باید از دوره ی ابتدایی به دانش آموزان روش صحیح مسواک زدن و ضرورت انجام این کار را آموزش داد و جلسات آموزش بهداشت برای اولیای دانش آموزان گذاشته شود تا دانش آموزان در خانه زیر نظر اولیا بتوانند درست مسواک بزنند. و دیگر موارد بهداشتی را رعایت نمایند.

برای علاقه مند شدن دانش آموزان از طریق مصاحبه با افراد کلیدی آموزشگاه و مطالعه کتب و تحقیق در اینترنت به مطالب فوق دسترسی پیدا کردم.

(۱) آموزش بهداشت با بهره گیری از فرصت ها و موفقیت های پیش آمده، توضیح در باره بیماری خاص یا حادثه زمانی که یکی از دانش آموزان مبتلا شده باشد.

۲) گنجاندن مطالب بهداشتی، در کتب درسی یا در کتاب های دروس پایه های مختلف، مثلا می توان بوسیله

نسبت ها، میزان ها، درصد و سایر مسایل ریاضی بهداشت را به دانش آموزان بیاموزند

۳) استفاده از کتاب های منبع، آموزش بهداشت برای دانش آموزان و معلمان، که مطالب این کتاب ها راهنمای

مناسبی برای ارائه اطلاعات و مجموعه فعالیت های مرتبط با بهداشت مدارس برای گروه هدف می باشند

۴) آموزش دسته جمعی در کلاس

۵) آموزش از طریق برگزاری بحث ها در کلاس

۶) استفاده از وسایل کمک آموزشی مثل پمفلت، عکس، پوستر، فیلم و ...

۷) آموزش های فردی و مشاوره برای حل مشکلات دانش آموزان

۸) استفاده از روش آموزش همسالان، که آموزش توسط دانش آموزان با استفاده از روش های مختلف مثل

اجرای نمایش، ایفای نقش و ... انجام می شود.

۹) آموزش های عملی، اجرا برای آموختن

۱۰) تشکیل نمایشگاه های گوناگون

۱۱) گردش علمی

انتخاب راه حل

علاوه بر تذکر به دانش آموزان ذکر شده شروع به صحبت با مادرها یشان نمودم و همچنین جلب توجه دانش آموز به دانش آموزان تمیز و شاخص کردن آنها را سر منشا کار خود قرار دادم به او می گفتم و به بهداشت در کلاس توجه داشتم و بچه های تمیز را تشویق می کردم که در او ایجاد انگیزه می کرد و کوچکترین رفتار مثبت او را تشویق می کردم.