

بہ نام خدا  
پیشگامان سلامت:

معرفی برنامه

نحوہ انتخاب

شرح وظایف



# برنامه بهداشتیاران مدارس (در مقطع متوسطه اول) به نام پیشگامان سلامت:

مقدمه:

طرح پیشگامان سلامت از طرحهای آموزش همسالان، از سال ۱۳۸۳ با اهداف ذیل در مدارس کشور انجام می گردد:

- ۱- آموزش سلامت رفتار
- ۲- حمایت دانش آموزان از خود و همسالان در مقابل بیماریها
- ۳- ارتقاء سلامت جامعه
- ۴- افزایش تجربیات مفید شخصی و مهارتهای اجتماعی دانش آموزان

**حیطه عمل:**

کلیه مدارس متوسطه دوره اول (راهنمایی سابق)

# گروه های پیشگامان سلامت مدارس

- ۱- گروه سلامت تغذیه
- ۲- گروه مبارزه با بیماریها
- ۳- گروه دوستداران محیط زیست
- ۴- گروه پیشروان سلامت روانی
- ۵- گروه حافظان سلامت عمومی و بهداشت محیط
- ۶- گروه پیشگیری از آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پر خطر
- ۷- گروه فوریت های پزشکی و پیشگیری از حوادث

# برنامه بهداشتیاران مدارس (در مقطع متوسطه اول) به نام پیشگامان سلامت:

## اهداف:

- ۱- آموزش سلامت رفتار
- ۲- حمایت دانش آموز از خود و همسالان در برابر بیماریها
- ۳- ارتقاء سلامت جامعه

## نحوه اجرا:

منتخبین از کلاس های مختلف واحد آموزشی با تمایل خود انتخاب و در گروه های هفتگانه تقسیم میشوند تا زیر نظر مراقب سلامت فعالیت نمایند.

## جلسات آموزشی:

- ۱- عمومی برای کلیه اعضا
- ۲- اختصاصی برای اعضا اصلی هر گروه

# برنامه بهداشتیاران مدارس ( در مقطع متوسطه اول) به نام پیشگامان سلامت:

## وظایف:

- ۱- مربی به عنوان تسهیل گر بر کار گروه ها و جلسات آنها نظارت دارد.
- ۲- اعضا گروه با استفاده از آموزش همسالان آموزش های دریافتی را به سایر دانش آموزان مدرسه انتقال می دهند.
- ۳- همکاری اعضا طرح پیشگامان سلامت با کارکنان واحد آموزشی در زمینه ارتقاء سطح سلامت دانش آموزان واحد آموزشی
- ۴- تکمیل فرم ها و ارسال بموقع به واحد کارشناسی بهداشت منطقه
- ۵- ارسال گزارش عملکرد در موعد مقرر (اردیبهشت ماه)

# برنامه بهداشتیاران مدارس

(در مقطع متوسطه اول) به نام پیشگامان سلامت:

**شیوه اجرا:**

۱- طرح در شورای مدرسه و توجیه دبیران و انجمن اولیامریان جهت مشارکت

در طرح

۲- عضوگیری از دانش آموزان علاقمند واحد آموزشی در ۷ گروه کاری

حداقل از هر کلاس یک عضو در هر گروه

۳- استفاده از اعضای کمیته بهداشت شورای دانش آموزی به عنوان سرپرست

و منشی در هر گروه

۴- هدایت گروهها توسط مربی با توجه به شرح وظایف هر گروه ((ارائه نکات -

نظارت بر فعالیتها - بررسی عملکرد گروه)

۵- صدور کارت عضویت جهت اعضای گروهها

# برنامه بهداشتیاران مدارس (در مقطع متوسطه اول) به نام پیشگامان سلامت:

## نحوه ارائه مطالب:

- ۱- مربی سرفصلهای آموزشی و موضوعات تحقیقی مربوط به هر گروه را جهت تحقیق و پژوهش اعضای گروه ارائه می دهد (هر دو هفته یک بار)
- ۲- سپس اعضای هر گروه در زمان مشخص شده با انجام تحقیقات و پژوهشهای ویژه، مطالب لازم را در اوقات فراغت خویش جمع آوری می کنند.
- ۳- پس از بررسی مربی اطلاعات خویش را در مراسمات آغازین و زمانهای مانده از کلاس های درس خویش با هماهنگی دبیران در اختیار سایر همسالان خویش می گذارند.
- ۴- هم چنین فعالیتهای عملی گروهها و چکیده مطالب در دید عموم دانش آموزان قرار می گیرد.

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۱- گروه سلامت تغذیه:

الف) آموزش به همسالان در زمینه موضوعات تغذیه (گروههای غذائی و اهمیت آن برای بدن، نقش املاح و ویتامینها در سلامت بدن، بهداشت مواد غذائی و چگونگی نگهداری آن، مضرات مصرف مواد غذائی غیر بهداشتی در مدرسه و خانه)

ب) کنترل و نظارت بر نحوه تهیه، توزیع و فروش مواد غذائی در مدرسه و عملکرد پایگاه تغذیه سالم مدرسه



# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۲- گروه مبارزه با بیماریها:

الف) آموزش همسالان در زمینه آشنائی با بیماریهای واگیر و غیر واگیر و بیماریهای قابل پیشگیری با واکسیناسیون، بیماریهای دهان و دندان، ایدز، تالاسمی، آرتروز، کم خونی و...

ب) همکاری با مربی بهداشت در زمینه انجام معاینات مقدماتی

ج) شناسائی دانش آموزان بیمار و معرفی آنها به مربی

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۳- گروه دوستداران محیط زیست:

الف) آموزش همسالان در زمینه مسائل و موضوعات محیط زیست

ب) انجام فعالیتهای آزمایشگاهی و میدانی در ارتباط با مسائل و موضوعات

محیط زیست

ج) برگزاری مراسم در مناسبت های زیست محیطی (روز هوای پاک، روز زمین

پاک)

د) اهتمام در ایجاد و نگه داری فضای سبز مدرسه

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۴- گروه پیشروان سلامت روانی:

الف) آموزش همسالان در زمینه موضوعات مرتبط با مهارت های زندگی (مهارت خود آگاهی، مهارت برقراری رابطه موثر، مهارت همدلی، مهارت روابط بین فردی، مهارت تصمیم گیری، مهارت حل مسئله، مهارت تفکر انتقادی، مهارت تفکر خلاق، مهارت مقابله با هیجان، مهارت مقابله با استرس)

ب) کمک به مربی و کارکنان واحد آموزشی در زمینه ارتقاء سطح سلامت روانی

دانش آموزان

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۵- گروه حافظان سلامت عمومی و بهداشت محیط:

- الف) ارتقاء سطح آگاهی، نگرش و عملکرد دانش آموزان در خصوص سلامت
- ب) آموزش همسالان در زمینه رعایت اصول بهداشت فردی، آشنائی با بعضی از دستگاه های بدن مثل بینائی و...
- ج) آشنائی با مباحث بهداشت محیط و نظارت بر رعایت بهداشت محیط مدرسه. مانند (حیاط، کلاسها، راهروها، سرویسهای بهداشتی، محیط اطراف مدرسه و...)
- د) آشنائی با موضوع بازیافت زباله

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۶- گروه پیشگیری از آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پرخطر:

الف) آموزش همسالان در زمینه نحوه پیشگیری از رفتارهای پرخطر همانند:  
(اعتیاد و سوء مصرف مواد، استعمال دخانیات، خشونت، ایدز، هیپاتیت، الگوهای ناسالم رفتاری، الگوی تحرک کم جسمی)

ب) دعوت از متخصصین جهت برگزاری جلسات و کارگاههای آموزشی در واحد آموزشی

ج) همکاری با کارکنان واحد آموزشی در زمینه پیشگیری از آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پرخطر در واحد آموزشی

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

## ۷- گروه فوریت‌های پزشکی و پیشگیری از حوادث:

- الف) آموزش کمک‌های اولیه و احیای قلبی ریوی به دانش آموزان
- ب) همکاری در زمینه اجرای مانور زلزله در واحد آموزشی
- ج) توانمند سازی دانش آموزان در زمینه نحوه مقابله با حوادث و سوانح غیر مترقبه و کاهش خطر پذیری در مقابل آنها
- د) بررسی وضعیت ایمنی واحد آموزشی

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

**فعالیت‌های مشترک برای تمامی زیر گروه‌های کاری پیشگامان سلامت**

- ۱- تهیه وبلاگ در زمینه موضوع مرتبط
- ۲- انجام پژوهش در زمینه موضوع مرتبط
- ۳- تهیه بروشور، تراکت و پوستر آموزشی
- ۴- انجام بازدید
- ۵- جلب مشارکت اولیاء در زمینه موضوع
- ۶- برپائی نمایشگاه، همایش و کارگاه‌های آموزشی
- ۷- برگزاری مسابقات

# برنامه بهداشتیاران مدارس شرح وظایف پیشگامان سلامت:

**فعالیت‌های مشترک برای تمامی زیر گروه‌های کاری پیشگامان سلامت**

۸- ارتقاء آگاهی در سطح خانواده‌ها

۹- تولید سرود و نمایش عروسکی

۱۰- بررسی مسائل و مشکلات بهداشتی و امور ایمنی واحد آموزشی و ارائه

گزارش

۱۱- همکاری در برگزاری مناسبت‌های بهداشتی

**نکته مهم:**

- تقدیر از دانش آموزان برتر در هفته سلامت

- ارسال گزارش اجرای طرح مطابق فرم گزارش‌گیری مربوطه به منطقه به

همراه مستندات (عکس، بروشور و.....)



**موفق باشید.**

**تهیه و تنظیم از:**

**مربی بهداشت مدارس**

**پری مقلقی**

**مرداد ماه ۹۵**

**استان آذربایجان غربی**