# 

جـدول پیشنهادی موضوعات آموزشی به دانش آموزان دوره متوسطه اول



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ماه** | **ثبت تاریخ** | **موضوعات پیشنهادی** |
| مهـــر |  | **اصول بهداشت فردی (مراقبت ازپوست و مو، پدیکلوزیس )** |
|  | **اصول بهداشت فردی (بهداشت و سلامت دهان و دندان )** |
|  | **اصول بهداشت فردی (مراقبت ازچشم )** |
|  | **روش های شستشو صحیح دست ها** |
|  | **اصول بهداشت فردی (مراقبت ازگوش )** |
|  | **آموزش مناسبتی ( بهداشت روان ) ارزش غذاهای سنتی نسبت به فست فودها به مناسبت** |
| آبـــان |  | **سرما خوردگی و آنفلونزا و بیماری های تنفسی** |
|  | **عفونت ادرای و انگلی** |
|  | **بیماری سل** |
|  | **بیماری وبا** |
|  | **آموزش مناسبتی (پوکی استخوان – دیابت)** |
| آذر |  | **اهمیت مصرف صبحانه و میان وعده سالم** |
|  | **آشنایی یا عوارض چاقی** |
|  | **اهمیت مصرف شیر و لبنیات** |
|  | **پیشگیری از اختلالات کمبود املاح و ویتامین ها** |
|  | **ارزش غذایی سنتی نسبت به فست فودها** |
|  | **تغذیه دوران بلوغ** |
|  | **آموزش مناسبتی ( پیشگیری ازحوادث مانورزلزله )** |
| دی |  | **بهداشت محیط و فضای فیزیکی مدرسه** |
|  | **حفاظت ازمحیط زیست وآموزش مهارت های زیست محیطی** |
|  | **پیشگیری ازحوادث ترافیکی و سوانح ،کمکهای اولیه** |
|  | **آلاینده های زیست محیطی** |
|  | **آموزش مناسبتی ( آلودگی هوا و راه های پیشگیری )** |

جـدول پیشنهادی موضوعات آموزشی به دانش آموزان دوره متوسطه اول



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ماه** | **تاریخ** | **موضوعات پیشنهادی** |
| بهمن |  | **کم خونی فقر آهن و کمبود ویتامین د** |
|  | **بیماری آسم** |
|  | **بیماری صرع** |
|  | **اختلالات ناشی ازکمبود املاح و ویتامین ها 5تالاسمی** |
|  | **بیماری دیابت** |
|  | **کم خونی فقر آهن و کمبود ویتامین د** |
| اسفند |  | **آموزش بهداشت روان (چگونگی پر کردن اوقات فراغت )** |
|  | **پیشگیری ازرفتار پرخطر اعتیاد و دخانیات** |
|  | **آموزش مناسبتی ( پیشگیری ازحوادث چهارشنبه سوری– حفاظت ازمحیطزیست)** |
| فروردین |  | **تاثیر ورزش و تحرک در سلامتی** |
|  | **شناخت اختلالات ساختارقامتی** |
|  | **آموزش حرکات کششی** |
|  | **آموزش مناسبتی(هموفیلی – توجه به شعارروز جهانی بهداشت )** |
| اردیبهشت |  | **استفاده صحیح از یارانه و موبایل** |
|  | **استفاده صحیح از فناوری و محیط های مجازی ارتباطی** |
|  | **خواب کافی** |
|  | **آموزش مناسبتی (آموزش حفاظت از زمین و محیط زیست- هفته سلامت با توجه به شعار )** |