# 

جـدول پیشنهادی موضوعات آموزشی به دانش آموزان دوره متوسطه دوم



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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 )** |
|  | **اصول بهداشت فردی(مراقبت ازگوش )** |
|  | **آموزش مناسبتی ( بهداشت روان ) ( ارزش غذاهای سنتی نسبت به فست فودها به مناسبت روز جهانی غذا )** |
| آبـــان |  | **آموزش پیشگیری از سرما خوردگی، آنفلونزا و بیماری های تنفسی** |
|  | **آموزش پیشگیری از عفونت ادرای و انگلی** |
|  | **آموزش پیشگیری از بیماری های واگیردار مانند سل، وبا و..** |
|  | **آموزش مناسبتی (پوکی استخوان – دیابت – هپاتیت )** |
| 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 ازایدز )( 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 دوم



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ماه** | **تاریخ** | **موضوعات پیشنهادی** |
| بهمن |  | **کم خونی فقر آهن و کمبود ویتامین د** |
|  | **بیماری آسم** |
|  | **بیمار ی قلبی عروقی** |
|  | **اختلالات ناشی ازکمبود املاح و ویتامین ها** |
|  | **بیماری تالاسمی** |
|  | **بیماری مادرزادی وژنتیکی** |
|  | **بیماری هموفیلی** |
|  | **بیماری صرع** |
| اسفند |  | **آموزش بهداشت روان (چگونگی پر کردن اوقات فراغت- مهارت اعتماد به نفس – مهارت تصمیم گیری –مهارت ارتباطی –مهارت مقابله بااسترس –مهارت حل مساله- خود آگاهی )** |
|  | **پیشگیری ازرفتار پرخطر اعتیاد و دخانیات** |
|  | **مشاوره قبل ازادواج** |
|  | **آموزش مناسبتی ( پیشگیری ازحوادث چهارشنبه سوری – حفاظت ازمحیط زیست** |
| 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** |