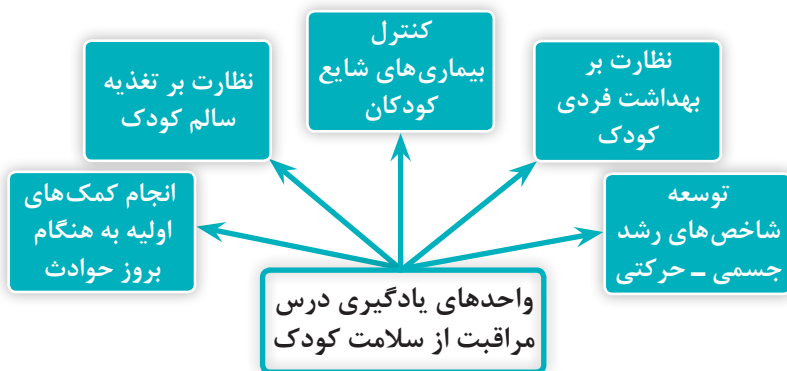


فصل ۴

راهنمای تدریس واحدهای یادگیری



واحد یادگیری ۱ توسعه شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی

این قسمت اولین واحد یادگیری درس مراقبت از سلامت کودک است. زمان آموزش ۶۰ ساعت است که به صورت ۲۴ ساعت نظری و ۳۶ ساعت عملی تدریس می‌شود. بسته یادگیری این واحد یادگیری شامل کتاب درسی، کتاب راهنمای هنرآموز و کتاب همراه هنرجو، فیلم آموزشی و پوستر آموزشی می‌باشد. مسیر یادگیری و ساعت آموزشی هر مرحله از این واحد یادگیری با احتساب ۶۰٪ عملی و ۴۰٪ نظری است. **کلید واژه‌ها:** رشد و تکامل، رشد جسمی-حرکتی، عضلات بزرگ، عضلات کوچک، هماهنگی عضلات، حفظ تعادل
ابزار: وسایل هنری و ورزشی، پوستر، تصاویر، فیلم آموزشی، کتاب هنرجو و راهنمای هنرآموز
فضا: کلاس درس، کارگاه فعالیت‌های هنری، فضای باز، فضای ورزشی و مهد کودک

۱-۱- هدف توانمندسازی: رشد جسمی - حرکتی را توضیح دهید.

این فعالیت یک فعالیت ذهن‌انگیزی است که با تصویرخوانی و بحث و گفت‌وگو در مورد آنها انجام می‌شود. هنرجویان را به مشاهده شکل ۱ هدایت کنید تا در گروه‌های کلاسی، در مورد تغییرات رشد خود از شیرخوارگی تا سالمندی گفت‌وگو کنند. سپس از آنها بخواهید مطالب را جمع‌بندی نمایند و در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، به توضیح رشد و تکامل پردازید و به پرسش‌های آنها پاسخ دهید.

فعالیت ۱



فعالیت ۲



این فعالیت یک فعالیت گروهی است. با ارجاع هنرجویان به کلیات راهنما، آنها را برای تهیه کارت آموزشی در مورد ابعاد رشد راهنمایی کنید.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید فعالیت ۳ را که یک فعالیت ذهن‌انگیزی است با مشارکت گروه‌های کلاسی انجام دهند با مشاهده شکل ۲، در مورد ارتباط سن و نوع فعالیت بر رشد جسمی کودکان با یکدیگر گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها، به بحث در مورد رشد جسمی - حرکتی بپردازید و اهداف رشد حرکتی را توضیح دهید. سپس آنها را برای انجام فعالیت ۴ راهنمایی کنید.

فعالیت ۴



برای انجام این فعالیت، از هنرجویان بخواهید به شکل ۴ توجه کنند و با توجه به هر تصویر، هدف رشد حرکتی آن را مشخص کنند. از آنها بخواهید در مورد هر تصویر و هدف رشد حرکتی آن گفت‌وگو کنند.

فعالیت ۵



از هنرجویان بخواهید فعالیت ۵ را به کمک فعالیت ذهن‌انگیزی است با مشارکت گروه‌های کلاسی انجام دهند و با جمع‌بندی نظرات آنها در مورد اهمیت رشد جسمی - حرکتی گفت‌وگو کنند.

فعالیت ۶



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی جدول را با توجه به اصول رشد جسمی - حرکتی تکمیل و در کلاس ارائه دهند.

۲- ۱- هدف توانمندسازی:

شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی را توضیح دهد.

فعالیت ۷



از هنرجویان بخواهید به مشاهده شکل ۶ بپردازند و در گروه‌های کلاسی خود در مورد ارتباط رشد اندام‌های کودک با انجام فعالیت‌های جسمی - حرکتی گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها، به بحث و گفت‌وگو در مورد شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی بپردازید.

فعالیت ۸



هنرجویان را به مشاهده شکل ۷ هدایت نمایید و از آنها بخواهید این فعالیت را که از نوع کاربردی است به صورت انفرادی انجام دهند. ابتدا با استفاده از مولاژ اسکلت انسان، عضلات بزرگ و کوچک را مشاهده کنند و سپس در پوستر مربوط، این عضلات را با گذاشتن علامت مشخص سازند.

۳-۱- هدف توانمندسازی: عوامل مؤثر بر رشد جسمی - حرکتی را توضیح دهد.

از هنرجویان بخواهید شکل ۸ را با دقت مشاهده کنند و در گروه‌های کلاسی خود، در مورد تفاوت‌های رشد جسمی - حرکتی کودکان با یکدیگر گفت‌وگو کنند.

فعالیت ۹



از هنرجویان بخواهید شکل ۹ را با دقت مشاهده کنند و در گروه‌های کلاسی خود، در مورد تفاوت‌های محیطی و تأثیرات هر محیط بر رشد جسمی - حرکتی با یکدیگر گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.

با استفاده از نمودار ۳ و نظرات هنرجویان در فعالیت ۹ و ۱۰ به توضیح عوامل مؤثر بر رشد جسمی - حرکتی بپردازید. بعد از شرح نمودار ۳ (عوامل مؤثر بر رشد جسمی - حرکتی)، از هنرجویان بخواهید فعالیت ۱۱ را در گروه‌های کلاسی خود انجام دهند.

فعالیت ۱۰



برای انجام این فعالیت، از هنرجویان بخواهید هر گروه در مورد یکی از عوامل محیطی و اثری از منابع علمی جست‌و‌جو کنند و نتیجه را به صورت کارت‌های آموزشی در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۱



۴-۱- هدف توانمندسازی: شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی را متناسب با سن از جدول رشد تعیین کند.

با توجه به لزوم اهمیت آشنایی مربی با جدول رشد، می‌توانید از روش تدریس (انجام دهید، نگاه کنید، یاد بگیرید)، گردش علمی، بازدید از مهد کودک، پروژه یا واحد کار استفاده کنید.

ابتدا دلایل توجه و اهمیت جدول رشد را با هنرجویان به بحث بگذارید و مزایای استفاده از جدول رشد در آموزش و پرورش کودکان در سنین پیش از دبستان را توضیح دهید سپس نکات مهم برای مشاهده دقیق کودک را توضیح دهید. برای مشاهده دقیق از مطالب زیر استفاده کنید.

مشاهده: دریافت و درک هدفمند محیط (اطراف یا موضوع) از طریق اندام‌های حسی (چشم، گوش و...) و ثبت این دریافت‌ها.

تعیین هدف در مشاهده: اولین گام در انجام مشاهده تعیین هدف از مشاهده است، زیرا اهداف مشاهده برحسب جهت‌گیری مشاهده‌گر متفاوت است. مشاهده یک کشاورز، پزشک مربی کودک براساس اهدافشان از هم متفاوت می‌باشند.

مشاهده‌گر قبل از اقدام به مشاهده خود و قبل از ثبت نتایج آن مشاهدات؛ باید از هدف و یا اهداف اصلی که برای این کار تعیین نموده است اطلاع کامل داشته باشد. به عبارت دیگر، برای مشاهده‌گر ضروری است که به‌طور دقیق منظور خود را از رویدادها، موضوعات و یا رفتارهای مورد مطالعه تعریف نماید.

دانستنی‌های
هنرآموز



سپس روش استفاده از جدول رشد را با استفاده از مثال و تکمیل جدول ۱ (تنظیم جدول رشد جسمی - حرکتی یک کودک چهار ساله) برای آنها مطرح نمایید. برای توضیح کامل تر به نکات زیر توجه کنید:

۱ محتوای جدول رشد جسمی - حرکتی را در سنین مختلف با استفاده از بحث گروهی، مشاهده نمونه‌های عملی و فعالیت‌های فردی (گزارش، ...) و تدارک بازدید از مرکز پیش از دبستان آموزش دهید تا هنرجو بتواند با مشاهده کودک، شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی کودک را در سنین مختلف با گذاشتن علامت در جدول رشد مشخص کند.

۲ جدول رشد باید همراه هنرجو باشد تا بتوانید به کمک آن، چگونگی تعیین شاخص‌های رشد جسمی - حرکتی را آموزش دهید.

فعالیت ۱۲



بعد از توضیحات بالا، هنرجویان را برای انجام این فعالیت راهنمایی کنید. بازدیدی برای هنرجویان خود از یک مرکز پیش دبستانی ترتیب دهید و از آنها بخواهید در این بازدید، با مشاهده یک کودک ۵ ساله و استفاده از نظرات مربی، توانایی‌های رشد جسمی - حرکتی این کودک را با استفاده از جدول رشد (مانند جدول بالا) متناسب با سن او مشخص کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند و بعد از ارائه گزارش مربوط، درمورد آنها در کلاس، گفت‌وگو کنید.

پیشنهاد

در صورت موجود بودن فیلمی از فعالیت‌های جسمی - حرکتی کودکی، ابتدا آن را نمایش دهید. سپس یک بازدید از مرکز پیش از دبستان تدارک ببینید. از هنرجویان بخواهید با مشاهده این فیلم و ارائه گزارش بازدید، توانایی‌های رشد جسمی - حرکتی کودک را با استفاده از جدول رشد تکمیل کنند و نتایج را در کلاس ارائه دهند.

۵-۱- هدف توانمندسازی:

پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ را توضیح دهد.

فعالیت ۱



از هنرجویان بخواهید شکل ۱ را مشاهده کنند و سؤالات مربوط را پاسخ دهند. سپس نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و بحث مربوط به عضلات بزرگ را با استفاده از مولاژ توضیح دهید.

فعالیت ۲



با استفاده از نتیجه فعالیت ۱ و شکل ۲، هنرجویان را هدایت کنید تا در گروه‌های دو نفره، عضلات بزرگ را بر روی مولاژ نشان دهند. همچنین عضلات بزرگ را در هم گروهی خود مشخص کنند.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید شکل ۳ را مشاهده کنند و نظرات خود را در گروه‌های کلاسی ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها، نقش و اهمیت عضلات بزرگ در سلامت عمومی را به بحث بگذارید. از هنرجویان بخواهید نتیجه بحث را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۴



از هنرجویان بخواهید از بازی‌ها و فعالیت‌های مرتبط با عضلات بزرگ کودکان از مجلات عکس تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۵



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی با توجه به شکل ۴ در مورد انواع مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. پس از جمع‌بندی نظرات آنها، انواع مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ را توضیح دهید.

فعالیت ۶



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد هر یک از انواع مهارت‌های عضلات بزرگ فهرستی تهیه کنند و با پیدا کردن تصاویر از مجلات و کتاب‌ها آنها را به صورت آلبوم در کلاس ارائه دهند. برای تکمیل توضیحات خود می‌توانید از مطالب زیر استفاده کنید.

دانستنی‌های هنرآموز



مهارت‌های حرکتی پایه و بنیادی

"مهارت‌های پایه" به بخش‌های مختلف و متنوعی تقسیم می‌شوند که با یادگیری و اجرای این مهارت‌ها در دوران کودکی زمینه برای یادگیری و اجرای مهارت‌های پیشرفته ورزشی فراهم می‌شود. در واقع اگر کودکی قادر به انجام این مهارت‌ها نباشد خود و مربیان‌ش باید راه طولانی‌تری را برای هدایت او به سمت اجرای کامل و درست تکنیک‌های پیشرفته ورزشی طی نمایند.

مهارت‌های حرکتی بنیادی را می‌توان به سه گروه طبقه‌بندی کرد:

۱) مهارت‌های جابه‌جایی: انتقال بدن در فضا در سطوح افقی، عمودی و مایل است به عبارت دیگر به مهارت‌هایی که در آن فرد از مکانی به مکان دیگر جابه‌جا می‌شود، مهارت‌های جابه‌جایی با مهارت‌های انتقالی گفته می‌شود. این مهارت‌ها، پایه بسیاری از فعالیت‌های حرکات بدنی است مانند:

- راه رفتن
- دویدن
- پریدن جفت پا و یا پریدن با یک پا
- لی لی کردن
- یورتمه رفتن (برداشتن یک گام با یک پا سپس یک جهش گام با پای دیگر است، یک پا همیشه کار هدایت را با برداشتن یک گام، انجام می‌دهد و در واقع یک پا همیشه جلو است)
- سُر خوردن (مانند حرکت یورتمه ولی جهت حرکت به جای جلو به سمت طرفین است)
- سکسکه دویدن (یک گام و یک لی با یک پا و سپس یک گام و یک لی با پای دیگر)

۲ مهارت‌های تعادلی (پایداری): تعادل مهم‌ترین جنبه در یادگیری برای حرکت کردن است چون تمام حرکات شامل یک بخش تعادل هستند. مهارت‌های تعادلی، مهارت‌هایی هستند که برای حفظ تعادل به کار می‌روند مانند حرکات ایستادن، لی‌لی کردن، غلت زدن، جا خالی دادن، راه رفتن روی چوب موازنه، تعادل روی یک پا، تعادل در حالت وارونه و تعادل روی چوب موازنه و
۳ مهارت‌های دست‌کاری: ارتباط فرد با اشیاء به صورت اعمال نیرو به شیء یا دریافت نیرو از آن است این حرکات زمانی به نحو مطلوب ظاهر می‌شوند که الگوی حرکات تعادلی و جابه‌جایی به درستی شکل گرفته باشند. مهارت‌های دست‌کاری مانند: غلتاندن توپ، پرتاب از بالای شانه، دریافت کردن، کنترل کردن، ضربه زدن با دست

۶-۱- هدف توانمندسازی:

انواع مهارت‌ها و حرکات ورزشی را در جهت پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ طراحی و اجرا کند.

روش‌های پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ

انواع روش‌های پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ با استفاده از کتاب درسی و بحث گروهی را توضیح دهید. نکاتی که در طراحی یک فعالیت آموزشی مهم می‌باشد را با ذکر مثال توضیح دهید و تأکید نمائید که در طراحی همه فعالیت‌ها این نکات را رعایت کنند.

فعالیت ۷



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک بازی و یک حرکت ورزشی مرتبط با رشد مهارت‌های حرکتی عضلات بزرگ طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند. موارد مهمی که در طراحی یک فعالیت آموزشی باید مورد توجه قرار گیرد را با استفاده از نمونه فعالیت توضیح دهید و با کمک هنرجویان آن را اجرا کنید.

فعالیت ۸



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک فعالیت آموزشی بر اساس الگو مرتبط با رشد عضلات بزرگ طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند. برای تمرین بیشتر، می‌توانید از موضوعاتی مانند انواع مهارت‌های حرکتی، حرکات ورزشی و بازی‌ها استفاده کنید.

برای تنوع بیشتر فعالیت‌های عملی معرفی کتاب‌ها و منابع مرتبط با این هدف‌ها ضروری است. در پایان این قسمت نمایشگاهی از فعالیت‌های انجام شده هنرجویان برای تشویق و یادگیری بیشتر برگزار کنید. برای مستندسازی فعالیت‌ها از نمونه کارها عکس بگیرید و در مرکز نگهداری شوند.

۷-۱- هدف توانمندسازی: پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات کوچک را توضیح دهد.

از هنرجویان بخواهید شکل ۱ را مشاهده کنند و سؤالات مربوط را پاسخ دهند. سپس نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و بحث مربوط به عضلات کوچک را با استفاده از مولاژ و شکل ۲ و ۳، توضیح دهید.

فعالیت ۱



از هنرجویان بخواهید شکل ۶ را مشاهده کنند و در گروه‌های کلاسی به سؤالات مربوط پاسخ دهند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها و شکل ۷ و ۸، انواع مهارت‌های حرکتی عضلات کوچک را توضیح دهید و سپس هنرجویان را به انجام فعالیت ۶ هدایت کنید.

فعالیت ۲



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد هر یک از انواع مهارت‌های عضلات کوچک فهرستی تهیه کنند و با پیدا کردن تصاویر از مجلات و کتاب‌ها آنها را به صورت آلبوم در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۳



۸-۱- هدف توانمندسازی: انواع فعالیت‌های هنری، بازی‌ها و مهارت‌خودیاری را در جهت پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات کوچک طراحی و اجرا کند.

انواع روش‌های پرورش مهارت‌های حرکتی عضلات کوچک را با استفاده از کتاب درسی و بحث گروهی توضیح دهید. نکاتی که در طراحی یک فعالیت آموزشی مهم می‌باشد را با ذکر مثال توضیح دهید و تأکید کنید که در طراحی همه فعالیت‌ها این نکات را رعایت کنند.

در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک بازی و یک حرکت ورزشی مرتبط با رشد مهارت‌های حرکتی عضلات کوچک طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۴



موارد مهمی که در طراحی یک فعالیت آموزشی باید مورد توجه قرارگیرد را با استفاده از نمونه فعالیت و شکل ۷ توضیح دهید و با کمک هنرجویان آن را اجرا کنید.

فعالیت ۵



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک فعالیت آموزشی بر اساس الگو مرتبط با رشد عضلات کوچک طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند. برای تمرین بیشتر، می‌توانید از موضوعات زیر استفاده کنید:

- انواع مهارت‌های حرکتی
- فعالیت‌های هنری
- حرکات ورزشی
- بازی‌ها

فعالیت ۶



از هنرجویان بخواهید در خانه اسباب بازی یا مهد کودک، از بازی‌ها و فعالیت‌های مرتبط با عضلات کوچک مشاهده کنند و گزارش آن را در کلاس ارائه دهند. در صورت حضور نیافتن در مهد کودک، تصاویر را از مجلات جمع‌آوری و در آلبوم بگذارند.

برای تنوع بیشتر فعالیت‌های عملی معرفی کتاب‌ها و منابع مرتبط با این هدف‌ها ضروری است. در پایان این قسمت نمایشگاهی از فعالیت‌های انجام شده هنرجویان برای تشویق و یادگیری بیشتر برگزار کنید. برای مستندسازی فعالیت‌ها از نمونه کارها عکس بگیرید و در مرکز نگهداری شوند.

۹-۱- هدف توانمندسازی: پرورش مهارت‌های هماهنگی عضلات را توضیح دهید.

فعالیت ۱



این فعالیت از نوع تصویرخوانی است. هنرجویان را به مشاهده شکل ۱ هدایت کنید. با استفاده از سؤالات ذهن‌انگیزی، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود به سؤالات پاسخ دهند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها، هماهنگی عضلات را توضیح دهید.

فعالیت ۲



این یک فعالیت گروهی است. هنرجویان در گروه‌های کلاسی خود تصاویری از فعالیت‌های کودکان را در ارتباط با هماهنگی عضلات تهیه و به صورت کارت تصویری ارائه دهند.

برای توضیح تکمیلی این قسمت می‌توانید از مطالب زیر استفاده کنید:

دانستنی‌های
هنرآموز



- ۱ بازی پازل (جورچین) و انواع آن (مسطح، حجمی، جانداختنی، هندسی، ...)
- ۲ بازی با انواع لگو (ساختمان سازی)
- ۳ توپ بازی

۴ انواع کاردرستی (کولاز) (بریدن و چسباندن)، دورریختنی‌ها، عروسک‌های انگشتی، ...

۵ نقاشی و چاپ

این بازی‌ها به صورت فردی و گروهی قابل اجرا است. در ادامه یک نمونه بازی انفرادی و یک بازی گروهی آورده شده است:
بازی با بادکنک: به کودک یک بادکنک بدهید و از او بخواهید که با ضربه زدن با دست‌های خود به بادکنک، آن را در هوا نگاه دارد و مانع از افتادن آن با زمین شود. این فعالیت را می‌توان با موسیقی انجام داد.

در ادامه اهمیت پرورش هماهنگی عضلات را با هنجویان به بحث بگذارید و نظرات ارائه شده آنها را جمع‌بندی کنید و به پرسش‌های آنها در همین زمینه پاسخ دهید.

با یادآوری عوامل مؤثر بر رشد جسمی - حرکتی (نمودار ۱) و با استفاده از پوستر، به توضیح عوامل و فعالیت‌های مؤثر بر رشد مهارت‌های هماهنگی عضلات مانند پازل، نقاشی و ... بپردازید.

فعالیت ۳



این فعالیت از نوع تصویرخوانی است. هنجویان را به مشاهده شکل ۲ هدایت کنید. از آنان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد تفاوت فعالیت‌های کودکان و نقش این فعالیت‌ها در پرورش هماهنگی عضلات کودکان به بحث و گفت‌وگو بپردازند و نظرات خود را ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها انواع مهارت‌های پرورش هماهنگی عضلات را با استفاده از پوستر و تجربه‌های هنجویان و طرح سؤالات ذهن‌انگیزی به بحث بگذارید، نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و آنها را برای انجام فعالیت ۴ راهنمایی کنید.

فعالیت ۴



این فعالیت به صورت انفرادی انجام می‌شود. از هنجویان بخواهید فهرستی از مهارت‌های هماهنگی عضلات تهیه کنند. با جمع‌بندی فهرست‌های هنجویان، موارد تکراری را با مشارکت هنجویان حذف نمایند سپس فهرستی مشترک تهیه نموده و در کلاس به صورت بروشور در بیاورید.

۱۰-۱- هدف توانمندسازی: فعالیت‌های هنری، مهارت‌های خودیاری و حرکات ورزشی را در جهت تقویت هماهنگی عضلات طراحی و اجرا کند.

در این قسمت با استفاده از کتاب درسی و بحث گروهی و آنچه هنجویان در مورد پرورش هماهنگی عضلات آموخته‌اند، روش‌های آموزش فعالیت‌های مرتبط

با پرورش هماهنگی عضلات را ارائه دهید. نکاتی که در طراحی یک فعالیت آموزشی مهم می‌باشد را با ذکر مثال توضیح دهید و تأکید کنید که در طراحی همه فعالیت‌ها این نکات را رعایت کنند.

فعالیت ۵



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا برای یکی از روش‌های مرتبط با رشد پرورش هماهنگی عضلات فعالیتی را برای کودکان ۳ تا ۴ ساله طراحی و اجرا کنند.

موارد مهمی که در طراحی یک فعالیت آموزشی باید مورد توجه قرارگیرد را با استفاده از نمونه فعالیت توضیح دهید و با کمک هنرجویان آن را اجرا کنید.

فعالیت ۶



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک فعالیت آموزشی بر اساس الگو مرتبط با پرورش هماهنگی عضلات طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند. برای تمرین بیشتر، می‌توانید از موضوعات زیر استفاده کنید:

- انواع مهارت‌های حرکتی
- انواع بازی‌ها و حرکات ورزشی
- انواع فعالیت‌های هنری

برای تنوع بیشتر فعالیت‌های عملی معرفی کتاب‌ها و منابع مرتبط با این هدف‌ها ضروری است. در پایان این قسمت نمایشگاهی از فعالیت‌های انجام شده هنرجویان برای تشویق و یادگیری بیشتر برگزار کنید. برای مستندسازی فعالیت‌ها از نمونه کارها عکس بگیرید و در مرکز نگهداری شوند.

۱۱-۱- هدف توانمندسازی: پرورش مهارت‌های حرکتی حفظ تعادل را توضیح دهد.

فعالیت ۱



این فعالیت یک فعالیت ذهن‌انگیزی تصویری است. از هنرجویان بخواهید با مشاهده شکل ۱، در گروه‌های کلاسی به بحث و گفت‌گو در مورد آنها بپردازند و نظرات خود را در مورد فعالیت‌های حرکتی و ارتباط آن با شاخص‌های رشد در کلاس با استفاده از روش ذهن‌انگیزی (بارش فکری) بیان کنند. در پایان اگر نظرات بیان شده هنرجویان، نیاز به توضیح یا اصلاح داشت اطلاعات لازم را ارائه دهید و به پرسش‌های هنرجویان پاسخ دهید. نظرات گروه‌های درسی را جمع‌بندی کنید و با استفاده از این جمع‌بندی، به توضیح مهارت‌های حرکتی تعادلی و عوامل مؤثر بر پرورش مهارت‌های حرکتی بپردازید و آنها را برای انجام فعالیت ۲ هدایت کنید.



نمونه‌ای از فهرست فعالیت‌های بدنی مرتبط با حفظ تعادل آورده شود.
فعالیت‌های بدنی شامل بازی‌ها و حرکات ورزشی و حرکات بدنی است.

۱ بازی‌ها

بازی یکی از نیازهای اساسی کودکان است. کودکان از طریق بازی یاد می‌گیرند، شاد می‌شوند، با همسالان خود ارتباط برقرار می‌کنند و به نعمت سلامت دست می‌یابند. به این ترتیب بازی به رشد همه جانبه کودکان کمک می‌کند. بازی‌ها به صورت فردی و گروهی اجرا می‌شود. نمونه‌هایی از بازی‌های مرتبط با رشد حرکات تعادلی ارائه می‌گردد:

□ بازی‌های فردی یا انفرادی

بازی فرفره: کودک در محیط امنی می‌ایستد، دست‌های خود را به دو طرف باز می‌کند. با شروع آهنگ به دور خود می‌چرخد و با پایان آهنگ می‌ایستد. زمان این بازی کم (حدود یک دقیقه) است که باید در محیط امن و همراه مربی باشد. این بازی برای کودکان ۴ سال به بالا مناسب است.

□ بازی‌های گروهی

لی لی گروهی: مربی در فضای باز، مسیری مثلاً پنج متر را برای حرکت کودکان انتخاب می‌کند. خطی را به عنوان شروع مشخص می‌کند. کودکان در گروه‌های ۳ نفری در حالی که دست‌های خود را روی شانه‌های یکدیگر گذاشته‌اند، شروع به لی لی کردن می‌کنند و تا خط پایان می‌روند. این بازی اگر با موسیقی همراه باشد، مناسب‌تر است. محیط این بازی باید امن باشد. این بازی برای کودکان ۵ تا ۶ سال مناسب است.

۲ حرکات ورزشی

□ حرکات انفرادی:

چرخیدن، پشتک‌وارو زدن، پرتاب کردن توپ، گرفتن توپ، از روی مانع پریدن، در بین موانع راه رفتن، خم شدن و دست‌ها را به زمین گذاشتن، به چپ و راست خم شدن، دویدن در راه پر پیچ و خم، چهار دست و پا راه رفتن.

□ حرکات گروهی:

حرکات بالا را می‌توان به صورت گروهی هم انجام داد.

در ادامه با مشارکت هنرجویان، به توضیح اهمیت پرورش مهارت‌های حفظ تعادل بپردازید.

فعالیت ۲



این فعالیت یک فعالیت ذهن‌انگیزی تصویری است. از هنرجویان بخواهید با توجه به مشاهدات خود از شکل‌ها و دانسته‌های خود، به بحث و گفت‌وگو در مورد نقش تعادل در انجام فعالیت‌های حرکتی بپردازند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. نظرات گروه‌ها را جمع‌بندی کنید و با مشارکت هنرجویان به توضیح انواع مهارت‌های حفظ تعادل بپردازید.

فعالیت ۳



این فعالیت، یک فعالیت انفرادی است. هر هنرجو با توجه به تجارب و دانسته‌های خود حدود ۵-۴ حرکت ورزشی برای حفظ تعادل در سنین مختلف کودکان می‌نویسد و با استفاده از نقاشی ساده آدمک‌ها در کلاس ارائه می‌دهد. آنها را به شکل پوستر در کلاس نصب کند. برای انجام این فعالیت در جهت راهنمایی هنرجویان از موارد زیر استفاده کنید.

دانستنی‌های
هنرآموز



- فهرستی از حرکات ورزشی مرتبط با حفظ تعادل
- ۱ غلتیدن روی زمین (در محیط امن)
 - ۲ ایستادن و دست‌های خود را از دو طرف تاب دادن
 - ۳ نشستن روی صندلی و تاب دادن پاها
 - ۴ پریدن از روی قطعات چوب
 - ۵ حرکت کردن با موزیک از بین قطعات چوب بدون برخورد با قطعات
 - ۶ خم شدن و یک دست را روی زمین قرار دادن
 - ۷ راه رفتن روی سطح باریک
 - ۸ دویدن در راه مارپیچ
 - ۹ روی یک پا ایستادن و دست‌ها را به دو طرف باز کردن (حرکت فرشته)
 - ۱۰ پریدن به جلو و عقب

۱۲-۱- هدف توانمندسازی: فعالیت‌های هنری، بازی‌ها و حرکات ورزشی را در جهت تقویت مهارت‌های حفظ تعادل طراحی و اجرا کند.

در این قسمت با استفاده از کتاب درسی و بحث گروهی و آنچه هنرجویان در مورد پرورش مهارت‌های حرکتی حفظ تعادل آموخته‌اند، روش‌های آموزش فعالیت‌های مرتبط با پرورش مهارت‌های حرکتی حفظ تعادل را ارائه دهید. نکاتی که در طراحی یک فعالیت آموزشی مهم می‌باشد را با ذکر مثال توضیح دهید و تأکید کنید که در طراحی همه فعالیت‌ها این نکات را رعایت کنند.

فعالیت ۴



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا برای یکی از روش‌های مرتبط با رشد مهارت‌های حرکتی حفظ تعادل فعالیت بازی را طراحی و اجرا کنند. موارد مهمی که در طراحی یک فعالیت آموزشی باید مورد توجه قرارگیرد را با استفاده از نمونه فعالیت توضیح دهید و با کمک هنرجویان آن را اجرا کنید.

فعالیت ۵



در گروه‌های کلاسی، هنرجویان را راهنمایی کنید تا یک فعالیت آموزشی بر اساس الگو مرتبط با پرورش مهارت‌های حرکتی حفظ تعادل طراحی و اجرا کنند و در کلاس ارائه دهند. برای تمرین بیشتر، می‌توانید از موضوعات زیر استفاده کنید:

- انواع مهارت‌های حرکتی
- حرکات ورزشی
- بازی‌ها

فعالیت ۶



بعد از پایان این واحد یادگیری بازدیدی از یک مرکز پیش‌دبستانی ترتیب دهید و از آنها بخواهید با توجه به آنچه در مورد شاخص‌های رشد آموخته‌اند گزارش تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.



از هنرجویان بخواهید در مورد تأثیر عوامل محیطی و ارثی بر رشد مهارت‌های حرکتی از منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت بروشور در کلاس ارائه دهند.

برای تنوع بیشتر فعالیت‌های عملی معرفی کتاب‌ها و منابع مرتبط با این هدف‌ها ضروری است. نمونه یک فعالیت آموزشی گروهی در ارتباط با پرورش حرکات تعادلی برای کودکان ۵-۶ ساله

- ۱ نام فعالیت: دستش ده
- ۲ هدف فعالیت: پرورش مهارت حفظ تعادل
- ۳ زمان فعالیت: ۲۰ دقیقه
- ۴ نوع فعالیت: گروهی
- ۵ سن کودکان: ۵-۶
- ۶ مکان فعالیت: فضای باز
- ۷ تعداد مربیان: دو نفر
- ۸ وسیله و ابزار فعالیت: توپ به تعداد گروه‌ها
- ۹ تعداد کودکان: ۱۶ نفر
- ۱۰ روش کار: (شرح فعالیت)

بازی دستش ده

کودکان را به گروه‌های ۵ نفره تقسیم می‌کنید. به هر گروه یک توپ سبک می‌دهید. کودکان باید توپ را به یکدیگر پاس بدهند بدون اینکه توپ به زمین بیفتد. با یک آهنگ موسیقی، بازی را شروع می‌کنید و به کودکان می‌گویید وقتی آهنگ تمام شد، بازی را قطع کنند و با شروع آهنگ بازی را ادامه دهند.

بازی پرواز بادبادک

کودکان را به گروه‌های دو نفره تقسیم می‌کنید. یک کودک بادبادک و کودک دیگر بادبادک باز می‌شود. بادبادک باز وانمود می‌کند که نخ بادبادک یعنی کودک دیگر در دست اوست و به کودک با حرکت دستش فرمان می‌دهد، بالا برو، به طرف راست برو، به طرف چپ برو، پایین برو، دور خود بچرخ، ...

در پایان بادبادک را پایین می‌آورد و کودکی که بادبادک شده روی زمین می‌نشیند و بازی تمام می‌شود. سپس دو کودک جای خود را عوض می‌کنند و بازی ادامه می‌یابد. این بازی در فضای باز و بسته انجام می‌شود. در پایان این قسمت نمایشگاهی از فعالیت‌های انجام شده هنرجویان برای تشویق و یادگیری بیشتر برگزار کنید. برای مستندسازی فعالیت‌ها از نمونه کارها عکس بگیرید و در مرکز نگهداری شوند.

واحد یادگیری ۲: نظارت بر بهداشت فردی کودک

۲-۲- هدف توانمندسازی: پیشگیری و سطوح آن را توضیح دهد.

این قسمت دومین واحد یادگیری درس مراقبت از سلامت کودک است. زمان آموزش ۶۰ ساعت است که به صورت ۲۴ ساعت نظری و ۳۶ ساعت عملی تدریس می‌شود. آموزش این واحد یادگیری در کلاس درس و کارگاه بهداشت و ایمنی و بازدید از مراکز درمانی انجام می‌شود.

بسته یادگیری این واحد یادگیری شامل کتاب درسی، فیلم آموزشی، پوستره‌های آموزشی، کتاب همراه هنرجو و راهنمای هنرآموز می‌باشد. مسیر یادگیری و ساعت آموزشی هر مرحله از این واحد یادگیری با احتساب ۶۰٪ عملی و ۴۰٪ نظری است.

کلید واژه: بهداشت، اندام‌های بدن، دستگاه‌های بدن، اختلالات حواس، تن‌سنجی، پایش رشد، پرونده سلامت

ابزار: پوستر بهداشتی و آموزشی مرتبط، مولاژ اندام‌ها و دستگاه‌های مختلف بدن، تابلوی اسنلن، صفحه تعیین آستیگماتیسم

فضا: کارگاه بهداشت و ایمنی / کلاس درس، مهد کودک، مراکز درمانی و بهداشتی درس را با نام خدا و بیان حدیث حضرت محمد(ص) در مورد اهمیت سلامتی به عنوان بالاترین نعمت شروع کنید. سپس در مورد سلامتی و نقش آن در آسایش جامعه با هنرجویان گفت‌وگو کنید. با ارائه تعریف سازمان جهانی بهداشت از سلامتی و ابعاد آن به توضیح ابعاد سلامت بپردازید. یادآور شوید سلامتی باعث «داشتن یک زندگی مثمر و اقتصادی» خواهد شد. پیشنهاد می‌شود، قبل از ورود به بحث اصلی و به‌طور خلاصه درباره سازمان جهانی بهداشت و تاریخچه بهداشت در ایران و اسلام مطالبی بیان کنید. برای دانستنی‌های بیشتر می‌توانید از مطالب صفحه بعد استفاده نمایید.



آشنایی با سازمان جهانی بهداشت (World Health Organization)

سازمان جهانی بهداشت که به اختصار WHO نامیده می‌شود یکی از آژانس‌های سازمان ملل متحد است که مهم‌ترین هدف آن هماهنگی و ارتقای وضعیت بهداشت عمومی در سطح جهان است. سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۴۵ با تصویب مجمع عمومی سازمان ملل متحد تشکیل یافته و در سال ۱۹۴۶ قانون اساسی خود را تصویب نمود و از ۷ آوریل ۱۹۴۸ که بعدها روز جهانی سلامت لقب گرفت به اجرا گذاشته شد.

سازمان جهانی بهداشت مسئولیت هدایت و هماهنگی ارتقای سلامت مردم جهان را در چارچوب سازمان ملل متحد به عهده دارد. کارشناسان این سازمان استانداردهای سلامت را تدوین کرده و کشورها را در برخورد با مشکلات خود یاری می‌رسانند. مقر سازمان جهانی بهداشت در ژنو است و در حال حاضر ۱۹۲ کشور جهان عضو آن هستند و با مبادله اطلاعات و تجربیات خود، برای رسیدن به بالاترین سطح ممکن بهداشت در سراسر جهان با یکدیگر تشریک مساعی می‌کنند. کشور ما، ایران نیز یکی از کشورهایی است که از ابتدا به عضویت این سازمان در آمده و در فعالیت‌های آن شرکت داشته است.



ابعاد سلامت

بعد اول سلامت (سلامت جسمانی)، در واقع، گویای وضعیت بدنی یا جسمانی فرد است. مصرف غذاهای سالم در وعده‌های منظم غذایی، فعالیت بدنی و ورزش، خواب و استراحت کافی مصادیق بارزی از روش‌های دستیابی به سلامت جسمانی محسوب می‌شوند.

بعد دوم سلامت (سلامت روانی - عاطفی)، در واقع، گویای وضعیت روانی فرد و شیوه‌های ابراز احساسات اوست. نقش سلامت روان در سلامت عمومی ما، اگر بیشتر از سلامت جسمانی نباشد، کمتر نیست. به همین جهت، توجه به سلامت روان بسیار ضرورت دارد.

بعد سوم سلامت (اجتماعی)، در واقع، گویای چگونگی روابط فرد با اعضای خانواده و سایر افراد اجتماع است. بیان شفاف عقاید و خوب گوش دادن به حرف و نظر دیگران، نمونه‌هایی از روش‌های حفظ سلامت خانوادگی - اجتماعی هستند. دوست داشتن و دوست داشته شدن، ابراز محبت و دریافت محبت به شیوه مطلوب نیز جنبه‌های دیگری از سلامت خانوادگی - اجتماعی به حساب می‌آیند.



تاریخچه بهداشت در ایران

کشور ایران در طول هزاران سال فرهنگ و تمدن خود، مذاهب و آداب و رسوم مربوط به خود را داشته است که از عوامل مهم و اصلی در ساخت تاریخ کشور بوده‌اند. بهداشت عمومی نیز یکی از عوامل مهم در سلامت و کامیابی ملت است. در دوران هخامنشیان رعایت بهداشت همواره موردنظر بوده است. کوروش در لشکرکشی‌ها، آب‌های جوشیده را در ظرف‌های مخصوصی که روی ارابه حمل می‌شد به میادین جنگ می‌فرستاد تا از این راه مانع اشاعه بیماری‌های مربوط به آب آلوده، در میان سپاهیان گردد. در دین زرتشت، آتش رمز پاکی و شایسته احترام بوده و خاک و آب سرچشمه زندگی محسوب می‌شدند.

در دین مبین اسلام مطالب و دستورات بهداشتی زیادی وجود دارد مانند اینکه پاکی و نظافت، نشانه ایمان به خدا است. اسلام برای انسان، ارزش قائل است و او را موجودی شریف می‌شمارد و می‌خواهد برای او امکان رسیدن به کمال نهایی و مقصد اصلی حیات را فراهم کند، لذا به سلامت و بهداشت او نیز اهمیت داده و در این مورد دستوراتی داده است.

تاریخچه بهداشت عمومی نوین در ایران را باید با افتتاح دارالفنون توسط میرزاتقی خان امیرکبیر آغاز کرد و در سال ۱۲۴۳ شمسی سازمانی به نام مجلس حفظ‌الصحة تأسیس کرد که در حقیقت اولین سازمان کشوری در زمینه بهداشت عمومی بود.

تاریخچه برنامه‌های واکسیناسیون به عنوان برنامه‌های بهداشت عمومی با شروع به کار انستیتو پاستور ایران شروع می‌شود. با تأسیس وزارت بهداری در سال ۱۳۲۰، این وزارتخانه رسماً به عنوان یک وزارت مستقل از سال ۱۳۲۱ شروع به کار کرد. از آن پس نمایندگان کشور در مجامع بهداشتی و درمانی دنیا شرکت کردند.

در سال ۱۳۳۰ «سازمان همکاری بهداشت» با همکاری وزارت بهداری تأسیس شد. این سازمان پایه و اساس سازمان‌های بهداشت و پیشگیری از بیماری‌ها در ایران است. این سازمان در بسیاری از استان‌ها اقدام به تأسیس شعبه نمود که به خصوص در زمینه تهیه آب سالم آشنامیدنی فعالیت داشتند. بعد از چند سال فعالیت «سازمان همکاری بهداشت» منحل و اداره کل بهداشت در وزارت بهداری تأسیس شد. وجود کادر صحرایی آموزش دیده و مجرب در مبارزه با مالاریا باعث راه اندازی شبکه‌های بهداشتی در سراسر کشور شد.

در سال ۱۳۴۳ در سطح کشور یک اداره کل مبارزه با بیماری‌های واگیر تأسیس شد. در سال ۱۳۵۱ به موازات آن اداره کل مبارزه با بیماری‌های غیرواگیر تأسیس و قرار شد که به امر مبارزه با بیماری‌های قلب و عروق، سرطان‌ها، بیماری‌های متابولیک، بهداشت روانی و بهداشت حرفه ای بپردازد.

بعد از پیروزی انقلاب اسلامی، وزارت بهداری به وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی تغییر نام یافت.

طبق اصل ۲۹ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران «برخورداری از ... خدمات بهداشتی و درمانی و مراقبت‌های پزشکی، حقی است همگانی و دولت مکلف است آن را برای یک یک افراد کشور تأمین کند».

طبق قانون، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مسئول تأمین بهداشت و درمان در سراسر کشور و مکلف است نظامی را ارائه دهد که بتواند در شرایط فعلی کشور، نیازهای بهداشتی و درمانی مردم را برآورده ساخته و در ارتقای سطح بهداشت و سلامتی جامعه مفید باشد.

مناسب‌ترین نظام عرضه خدمات بهداشتی درمانی، که بتواند در این موقعیت و با رعایت اولویت خدمات بهداشتی اولیه، گروه‌های آسیب‌پذیر و مناطق محروم را مورد توجه قرار دهد نظام عرضه خدمات بهداشتی درمانی در قالب «شبکه‌های بهداشت و درمان شهرستان» است.

فعالیت ۱



بعد از گروه‌بندی هنرجویان، از آنها بخواهید شکل ۱ را مشاهده کنند و در مورد پیام بهداشتی آن با هم گروه‌های کلاسی گفت‌وگو کنند و جمع‌بندی آن را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات گروه‌ها به تعریف بهداشت فردی بپردازید و در مورد ضرورت و اهمیت رعایت بهداشت فردی با آنها گفت‌وگو نمایید.

فعالیت ۲



برای انجام این فعالیت، از هنرجویان بخواهید در مورد پیام بهداشتی مربوط که بیانگر سطوح پیشگیری است، در گروه‌های کلاسی، گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی و نتیجه‌گیری از نظرات آنها، مبحث پیشگیری را توضیح دهید.

برای توضیح پیام بهداشتی مبنی بر پیشگیری از بیماری‌ها، درمان بیماری‌ها و توان‌بخشی و نوتوانی می‌توانید از نکات زیر استفاده نمایید:

دانستنی‌های هنرآموز



توان‌بخشی: توان‌بخشی شامل معالجه، درمان و آموزش فرد معلول با استفاده از کلیه امکانات درمانی اعم از اقدامات پزشکی، روان‌شناختی، آموزشی، حرفه‌آموزی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی جهت کاهش ناتوانی ناشی از معلولیت و برگشت دادن سریع وی به زندگی عادی و یا نزدیک به آن است. مفهوم نوتوانی: تلاش‌هایی که به‌منظور بازگرداندن یک فرد ناتوان به فردی مفید، راضی و درصورت امکان خودکفا در جامعه انجام می‌شود و بیشترین توجه آن معطوف به این نکته است که با تأکید بر آنچه برای فرد باقی مانده است، نه آنچه از دست داده است، او را قادر سازد که از قابلیت‌های باقی‌مانده خود حداکثر استفاده را بکند. نوتوانی بیماران مبتلا به بیماری‌هایی چون فلج کودکان، سکنه‌های مغزی، آسیب‌های کوری و غیره، برای پیشگیری از کاهش توانایی شرکت آنان در زندگی اجتماعی روزمره، اهمیت فراوانی دارد.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، با توجه به سطوح پیشگیری، یکی از بیماری‌های شایع مانند آنفلوآنزا و اورپون و... را بررسی کنند و نتیجه را به‌صورت بروشور ارائه دهند. برای انجام این قسمت می‌توانید سایت‌ها و کتاب‌های مرجع پزشکی را به آنها معرفی کنید.

۲-۲- هدف توانمندسازی: بهداشت اقدام‌های بدن را توضیح دهد.

با توجه به اینکه هنرآموزان در کتاب علوم پایه‌های ۷ و ۸ و ۹ با ساختار و کاربرد اندام‌ها و دستگاه‌های بدن انسان آشنا شده‌اند لذا از ذکر مطالب تکراری خودداری شده و برای یادآوری بیشتر می‌توانید از کتاب‌های مذکور استفاده نمایید.

بهداشت چشم

بعد از بیان مقدمه، موضوع بهداشت اندام‌ها و دستگاه‌های بدن را با نمایش نمودار ۳ شروع نمایید و به کمک هنرجویان به توضیح نقش حواس پنج‌گانه در یادگیری بپردازید. برای تکمیل توضیحات در این زمینه از مطالب زیر استفاده نمایید.

دانستنی‌های هنرآموز



اهمیت نقش حواس پنج‌گانه در یادگیری انسان اطلاعات اولیه مورد نیاز خود را برای حفظ و ادامه حیات از طریق حواس پنج‌گانه خود از محیط اطراف کسب می‌کند. کودک سالم و طبیعی که تازه چشم به جهان می‌گشاید با بهره‌گیری تدریجی از حواس خود می‌کوشد محیط اطرافش را هر چه کامل‌تر بشناسد. تجربه نشان داده است که حس‌های مختلف در یادگیری انسان نقش مساوی و یکسان ندارند و هر یک از آنها ظرفیت و توانایی ویژه و متفاوتی دارند. حس بینایی بیشترین سهم را در دریافت اطلاعات برای یادگیری انسان به عهده دارد و این سهم در مقایسه با سایر حواس حدود ۷۵٪ ذکر شده است. در این راستا حس شنوایی ۱۳٪، حس لامسه ۶٪، حس بویایی ۳٪ و حس چشایی نیز ۳٪ در یادگیری مؤثر هستند. بنابراین، حدود ۹۰٪ از یادگیری انسان به صورت دیداری و شنیداری صورت می‌گیرد.

فعالیت ۴



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، با توجه به نمودار ۳، در مورد اهمیت حس بینایی در یادگیری گفت‌وگو کنند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. سپس با جمع‌بندی نظرات آنها، استفاده از مولژ ساختمان چشم، به توضیح آناتومی و فیزیولوژی چشم و علائم هشدار جهت تشخیص اختلالات بینایی بپردازید.

فعالیت ۵



مادر به‌خصوص همان چند بار که لباس سفید با خطوط تیره و روشن را به تن داشت، گویا به عنوان عاملی آزاردهنده، کودک را بی‌قرار می‌کرد. توجه و دقت مادر و ریشه‌یابی علت ناآرامی عجیب کودک نشان داد چشمان این پسر ۲ ساله به‌شدت مبتلا به آستیگماتیسم است؛ عارضه‌ای که با نگاه کردن به خطوط نزدیک به هم بر روی لباس مادر، کودک را کلافه می‌کرد و گریه و بی‌قراری‌اش نیز ناشی از همین حس ناخوشایند بود.

فعالیت ۶



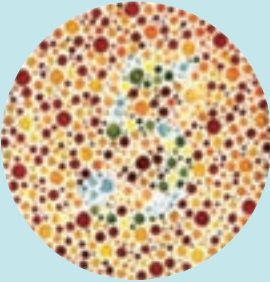
از هنرجویان بخواهید در گروه‌های دو نفره با استفاده از تابلوی اسنلن (شکل ۴) و صفحه تعیین آستیگماتیسم (شکل ۵)، دید چشم یکدیگر را اندازه بگیرند و در مورد نتیجه سنجش بینایی خود توضیحاتی ارائه دهند. سپس در مورد تابلوی اسنلن (شکل ۶) و صفحه تعیین آستیگماتیسم (شکل ۵) و نقش این دو در سنجش بینایی توضیحاتی ارائه دهید. همچنین نحوه سنجش بینایی چشم با کمک این دو را آموزش دهید.



در این فعالیت از هنرجویان بخواهید با توجه به تجربیات شخصی، اطلاعات خود را از تنبلی چشم در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی تجربیات و نشان دادن شکل ۷ و مشارکت آنها به توضیح این اختلال، پیشگیری و درمان آن بپردازید. یادآور شوید که این اختلال از اختلالات مهم چشم در کودکان است و به صورت طرح غربال‌گری هر ساله توسط سازمان بهزیستی در پایگاه‌های سنجش بینایی در مهد کودک‌های مجری انجام می‌شود. همچنین می‌توانید توضیحاتی در مورد سایر اختلالات چشم مانند کوررنگی برای هنرجویان خود ارائه نمایید. برای تکمیل اطلاعات خود پیرامون اختلالات بینایی می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید.

کوررنگی چیست؟

کوررنگی یک بیماری ارثی وابسته به کروموزوم X مغلوب است که در مردان بیشتر دیده شده و تقریباً همیشه از مادر به پسر به ارث می‌رسد. در مردان معیوب بودن تنها کروموزوم X سبب بیماری می‌شود. بنابراین، فردی که مبتلا به کوررنگی است، مادرش یا مبتلا به کوررنگی است و یا ناقل بیماری است. در این اختلال کروموزومی، زنان در کروموزوم سلول‌های مخروطی شبکیه که مسئول درک رنگ هستند دچار اختلال هستند و به همین دلیل بیمار رنگ‌ها را درست تشخیص نمی‌دهد. کوررنگی ممکن است بر اثر بیماری‌های عصب بینایی یا شبکیه نیز رخ دهد. علائم شامل اشکال در تشخیص قرمز و سبز اشکال در تشخیص آبی و سبز است. انواع تست‌ها برای آزمون کوری رنگ ساخته‌اند یکی از بهترین آنها تست ایشی‌ها را است. در این بیماری اگر شکل زیر را به کسی نشان دهید که نسبت به سرخ و سبز کوری رنگ دارد عدد ۲ را در آن تصویر خواهد دید. آن‌کس که دید بهنجار دارد، عدد ۵ را



در آن می‌بیند آزمودنی یک چشم را می‌بندد و با چشم دیگر وسط پریمتر را نگاه می‌کند و از گوشه چشمش رنگ صفحه کوچکی را که آزماینده از آخرین نقطه خمیدگی پریمتر به سوی مرکز می‌آورد یا از مرکز به سوی آخرین نقطه می‌برد می‌بیند. کوررنگی هیچ درمانی ندارد. تشخیص زودرس کوررنگی می‌تواند مانع بروز مشکلات آموزش در کودکان مدرسه‌ای شود. در این صورت بهتر است والدین کودک با مسئولین مدرسه و هنرآموز او صحبت کنند.



با هماهنگی یک مرکز پیش از دبستان مجری طرح غربال‌گری تنبلی چشم، بازدیدی برای هنرجویان ترتیب دهید و از آنها بخواهید با مشاهده فعالیت‌های مجریان طرح، گزارشی از چگونگی تشخیص و درمان این اختلال تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند. لازم به ذکر است این طرح در سال یک‌بار انجام می‌شود که باید زمان بازدید با زمان اجرای طرح هماهنگ شود.

بهداشت گوش

فعالیت ۹



با نمایش مجدد نمودار نقش حواس در یادگیری (نمودار ۳)، از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد اهمیت حس شنوایی و نقش آن در یادگیری گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات و تجربیات آنها و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت موجود بودن فیلم) ساختمان گوش، آناتومی و فیزیولوژی آن را توضیح دهید. با نمایش نمودار ۵، نشانه‌های خطر در گوش را با استفاده از مطالب زیر توضیح دهید.

فعالیت ۱۰



هنرجویان را به انجام فعالیت ۱۰ هدایت کنید. از آنان بخواهید مهمترین اقدامات لازم را در گروه‌های کلاسی خود فهرست کنند. سپس با استفاده از روش نمایشی مانند یک مربی نتایج را به والدین کودک اطلاع دهند و به آنها یادآور شوند که او را به یک مرکز سنجش شنوایی جهت معاینه دقیق ببرند. سپس با مطرح کردن سؤال‌های جانبی بیشتر، هنرجویان را به تفکر وادار کنید.

دانستنی‌های هنرآموز



وزوز گوش: یعنی شنیدن دائمی و یا موقت یک نوع صدا شبیه صدای خارج شدن بخار یا فشار یا زنگ اخبار یا صدای آبخار یا صدای ضربان قلب در گوش. سرگیجه: حالتی که شخص فکر می‌کند اتاق دور سرش می‌چرخد. خارش گوش: حساسیت‌های پوستی گوش خارجی و مخاط بینی و گلو، بیماری‌های مختلف پوستی مثل اگزما، آلرژی بینی و سرماخوردگی، سینوزیت و نیز عوامل عصبی و روحی به بروز خارش در گوش منجر می‌شود. گوش درد: شیپوراستاش، مایعاتی را که توسط گوش میانی ساخته می‌شود، تخلیه می‌کند. اگر شیپوراستاش بسته شود، مایعات جمع می‌شوند و به پشت پرده گوش فشار وارد می‌آورد و باعث عفونت و درد گوش می‌شود. ترشح از گوش: عفونت‌های تنفسی که از پشت بینی به مجاری گوش راه پیدا کرده‌اند باعث ترشح از گوش می‌شوند. این عفونت به پرده ظریف گوش رسیده و اغلب گوش درد نیز ایجاد می‌کند.

اختلالات شنوایی

فعالیت ۱۱



با نتیجه‌گیری از بحث اختلال شنوایی، موضوع سنجش شنوایی را توضیح دهید و آزمایش نجوا را با مشارکت هنرجویان و به صورت نمایش عملی در کلاس اجرا کنید. هنرجویان را ترغیب نمایید تا آزمایش نجوا را در گروه‌های دو نفره انجام دهند.

فعالیت ۱۲



با توجه به اختلالات بینایی و شنوایی از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی پوستری در این زمینه تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۳



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد مراقبت‌های بهداشتی چشم و گوش بروشوری تهیه کنند و نمایشگاهی از بروشورها در کلاس برگزار کنند.

بهداشت دهان و دندان

فعالیت ۱۴



با نمایش شکل و ارائه مولاژ ساختمان دندان، آناتومی و فیزیولوژی آن را با مشارکت هنرجویان توضیح دهید و توجه آنها را به مطالب بیشتر در مورد ساختمان دندان جلب نمایید. از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد اهمیت نقش دهان و دندان، گفت‌وگو کنند.

فعالیت ۱۵



با جمع‌بندی نظرات و تجربیات آنها، نقش دندان‌ها در بدن را با استفاده از نمودار ۷، نمایش دهید و از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد نقش دندان‌ها با سلامت بدن گفت‌وگو کنند. مثال‌های عینی مانند ریز شدن غذاها به وسیله دندان‌ها جهت تسهیل گوارش و هضم غذا، نقش آنها در تلفظ صحیح کلمات و زیبایی صورت بحث کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۶



با جمع‌بندی مطالب بیماری‌های دهان و دندان و با مشارکت هنرجویان، اهمیت دندان‌های شیری را توضیح دهید و راه‌های مهم مراقبت از دهان و دندان‌های شیری و دائمی را، بحث کنید و آنها را برای تهیه روزنامه دیواری در این مورد راهنمایی کنید. بروشور تهیه شده را در کلاس نصب نمایند.

بهداشت پوست

فعالیت ۱۷



با روش پرسش و پاسخ و مشارکت هنرجویان در مورد پوست و نقش آن، نظرات و تجربیات آنها را جمع‌بندی کنید. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، نمایش شکل‌های مربوط به پوست و استفاده از مولاژ و فیلم (در صورت موجود بودن فیلم) ساختمان پوست، آناتومی و فیزیولوژی آن را توضیح دهید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد نقش پوست در بدن با هم گفت‌وگو کنند و نظرات را در کلاس ارائه دهند. نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و توجه آنها را به اهمیت مراقبت از پوست جلب نمایید و نکات مهم در این مورد را با استفاده از نمودار ۸، با تأکید بر انجام استحمام صحیح، برای آنها توضیح دهید.

بهداشت مو

فعالیت ۱۸



توجه هنرجویان را به شکل مربوط جلب نمایید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد اهمیت و نقش مو و زیبایی آن گفت‌وگو کنید و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، استفاده از تجربیات آنها، نمایش شکل و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت موجود بودن فیلم) ساختمان مو، آناتومی و فیزیولوژی آن را توضیح دهید.

فعالیت ۱۹



با نتیجه‌گیری از فعالیت ۲۲ و مشارکت هنرجویان، راه‌های مراقبت از پوست و مو را با بیان نکات مهم در این مورد، توضیح دهید و آنها را برای تهیه بروشوری در این مورد راهنمایی کنید.

بهداشت دست و پا

فعالیت ۲۰



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد بهداشت دست و پا و ناخن در بدن گفت‌وگو کنند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، استفاده از تجربیات آنها، نمایش شکل، و ارائه مولاژ یا فیلم (در صورت موجود بودن فیلم) ساختمان دست و پا و ناخن، آناتومی و فیزیولوژی آن را توضیح دهید. همچنین با نمایش نمودار ۹ و مشارکت هنرجویان، راه‌های مراقبت از دست و پا و ناخن را به بحث بگذارید.

فعالیت ۲۱



با نتیجه‌گیری از فعالیت ۲۰ و مشارکت هنرجویان، آنها را هدایت کنید تا با جست‌وجو از منابع علمی، بروشوری در مورد راه‌های مراقبت از دست و پا و ناخن و ویژگی‌های بهداشتی کفش مناسب تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.

بهداشت قامت

فعالیت ۲۲



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد بهداشت قامت گفت‌وگو کنند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان و استفاده از تجربیات آنها و با نمایش پوستر، استخوان‌بندی، نحوه فرار گرفتن بدن در چهار وضع، اختلالات وضعیتی در اندام‌ها توجه به شکل ۲۳، عوامل مؤثر در بدشکلی‌ها و راه‌هایی برای بهداشت قامت را با استفاده از نمودار ۱۰، توضیح دهید. برای داشتن قامتی مناسب، توجه هنرجویان را به مشاهده شکل ۲۴ و نکات مهم در این مورد جلب نمایید و در مورد آنها گفت‌وگو کنید. برای توضیح بیشتر اختلالات وضعیتی در اندام‌ها از مطالب زیر استفاده کنید:

دانستنی‌های
هنرآموز



انواع خمیدگی غیرطبیعی: شایع‌ترین انواع خمیدگی غیرطبیعی ستون مهره‌ای عبارت از: کیفوزیس، لوردوزیس و اسکولیوزیس است.

۱ کیفوزیس: خمیدگی غیرطبیعی بیش از اندازه ستون مهره‌ای را به طرف عقب که در اثر خستگی عضلات ایجاد می‌شود «کیفوزیس» می‌گویند. تعادل سر و تحمل وزن اندام فوقانی بر عهده عضلات متصل به این قسمت ستون مهره‌ها است. اگر این عضلات خسته شوند شانه‌ها که قابلیت انعطاف دارند به جلو خم شده و همراه آن پشت و گردن نیز به جلو خمیده می‌شوند. افراد مبتلا به این خمیدگی دچار اختلال در تنفس، اختلالات گوارشی و بی‌بوست مزاج می‌شوند. سوء تغذیه، جمعیت زیاد و شلوغی، تهویه غیرکافی و ورزش غیرکافی، باعث ضعف عضلانی شده، در نتیجه سبب ایجاد کیفوزیس می‌شود.

۲ لوردوزیس: خمیدگی بیش از حد ستون مهره‌های ناحیه کمر به طرف جلو را «لوردوزیس» می‌گویند. این عارضه برای جبران خمیدگی بیش از اندازه ستون مهره‌ای به عقب به علت کیفوزیس به وجود می‌آید. این خمیدگی به‌طور خفیف به علت نشستن و ایستادن نادرست در کودکانی که فرم عضلاتشان مناسب نیست (مثل کودکان مبتلا به سوء تغذیه) ممکن است دیده شود. با مشاهده لوردوزیس، کودک باید به پزشک ارجاع شود.

۳ اسکولیوزیس: انحنای طرفی ستون مهره‌ها به‌طور موقت یا دائمی را که به علت یکسان نبودن کار عضلات دو طرف مهره‌ها به وجود می‌آید «اسکولیوزیس» می‌گویند. در کودک مبتلا به اسکولیوزیس، ستون مهره در پشت به یک طرف خمیدگی دارد که گاهی برای جبران آن کمر، خمیدگی دیگری به طرف مقابل به وجود می‌آید. شانه‌ها و کتف به طرفی که خمیدگی پشت وجود دارد، برآمده می‌شود و لگن در همان طرف خیلی برجسته به نظر می‌رسد. در موارد پیشرفته کودک از درد ناحیه پشت شکایت دارد و در موقع راه رفتن، می‌لنگد. از علل به وجود آورنده اسکولیوزیس می‌توان از راشیتیس، نامساوی بودن طول پاها به علت بیماری‌های استخوان یا مفاصل، فلج اطفال و گاهی دررفتگی مادرزادی ران نام برد.

از هنرجویان بخواهید با توجه به آنچه تاکنون در مورد بهداشت قامت و مراقبت از آن آموخته‌اند، کارت‌های آموزشی تهیه کنند و آنها را در کتابخانه کارگاه نگاه‌داری کنند.

فعالیت ۲۳



بهداشت وسایل شخصی

با جمع‌بندی آنچه هنرجویان در مورد بهداشت اندام‌های بدن آموخته‌اند، با پرسش و پاسخ و مشارکت هنرجویان، بهداشت وسایل شخصی (پوشاک و انتخاب کفش مناسب) را برای هنرجویان توضیح دهید. از آنها بخواهید فهرستی از وسایل شخصی خود تهیه کنند. سپس با جست‌وجو در منابع معتبر علمی، راهکارهایی مناسب برای حفظ بهداشت آنها در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۲۴



۳-۲- هدف توانمندسازی: بهداشت دستگاه‌های بدن را توضیح دهد.

دستگاه قلب

توجه هنرجویان را به شکل ۲۵ جلب کنید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد اهمیت بهداشت قلب گفت‌وگو کنند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، شکل ۲۹ و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت داشتن فیلم) ساختمان قلب را توضیح دهید. سپس بهداشت قلب را با توضیح عوامل مؤثر در ایجاد بیماری‌های قلبی و با استفاده از نمودار ۱۱ توضیح دهید.

فعالیت ۲۵



فعالیت ۲۶



از هنرجویان بخواهید در مورد عوامل مؤثر بر ایجاد بیماری‌های قلبی و بهداشت قلب در منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت بروشور در کلاس ارائه دهند.

دستگاه تنفس

فعالیت ۲۷



توجه هنرجویان را به شکل ۲۷ جلب کنید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد اهمیت بهداشت دستگاه تنفس گفت‌وگو کنند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، شکل ۲۸ و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت داشتن فیلم) ساختمان دستگاه تنفس را توضیح دهید. سپس بینی را به عنوان مهم‌ترین قسمت دستگاه تنفس با نمایش شکل ۲۹ با مشارکت هنرجویان توضیح دهید.

فعالیت ۲۸



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، با توجه به آنچه تاکنون در مورد بینی و نقش آن در بدن آموخته‌اند، در مورد مشکلات نداشتن بینی گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات و تجربیات آنها و نمایش نمودار ۱۲، به توضیح اعمال بینی، ترشحات چهارگانه دستگاه تنفس و راه‌های مراقبت از دستگاه تنفس بپردازید.

فعالیت ۲۹



هنرجویان را هدایت کنید تا در مورد بهداشت دستگاه تنفس تحقیق کنند و نتایج را به صورت کارت‌های آموزشی ارائه دهند.

دستگاه گوارش

فعالیت ۳۰



توجه هنرجویان را به شکل ۳۰ جلب کنید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد اهمیت بهداشت دستگاه گوارش گفت‌وگو کنند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، شکل ۳۱ و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت داشتن فیلم) ساختمان دستگاه گوارش را توضیح دهید. سپس در مورد وظایف این دستگاه در بدن با مشارکت هنرجویان و مطالب بیشتر بدانید، توضیح دهید.

فعالیت ۳۱



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، با توجه به نتایج فعالیت ۳۰، گفت‌وگو کنند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات و تجربیات آنها مراحل جذب مواد غذایی را با آنها مرور کنید. سپس در مورد اقدامات لازم برای حفظ سلامت دستگاه گوارش در بدن توضیح دهید.

دستگاه اداری

فعالیت ۳۲



توجه هنرجویان را به شکل ۳۲ جلب کنید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد اهمیت بهداشت دستگاه اداری گفت‌وگو کنند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، شکل ۳۳ و ارائه مولاژ و فیلم (در صورت داشتن فیلم) ساختمان دستگاه اداری را توضیح دهید. سپس در مورد وظایف این دستگاه در بدن با مشارکت هنرجویان مطالب را توضیح دهید.

فعالیت ۳۳



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود با توجه به آنچه آموخته‌اند در مورد تأثیرات آب بر سلامت بدن و احساس خوش سیرابی بعد از تشنگی در تابستان گرم گفت‌وگو کنند. همچنین نظرات خود در مورد نقش دستگاه اداری در این موارد را ارائه دهند.

فعالیت ۳۴



با جمع‌بندی نظرات و تجربیات هنرجویان و مشارکت آنها، مراقبت از دستگاه اداری را توضیح دهید و آنها را برای جست‌وجو در مورد بهداشت دستگاه اداری و نارسایی کلبه هدایت کنید و از آنها بخواهید نتایج را به صورت کارت‌های آموزشی ارائه دهند.

۴-۲- هدف توانمندسازی:

بهداشت فردی کودک را کنترل کند.

نمونه فعالیت آموزشی مسواک زدن دندان‌ها را در کلاس به همراه هنرجویان اجرا کنید. فرصت دهید چند نمونه در کلاس طراحی و اجرا کنند.

فعالیت ۳۵



برای انجام این فعالیت از هنرجویان بخواهید بعد از اینکه به مرحله ای از مهارت رسیدند که بتوانند به تنهایی فعالیتی آموزشی را طراحی و اجرا کنند لازم است هرگروهی برای آموزش بهداشت یکی از اندام‌ها و دستگاه‌های بدن مثل نمونه فعالیت طراحی کنند و سپس در کلاس به اجرا دریاورند.

۵-۲- هدف توانمندسازی:

سنجش رشد کودک را توضیح دهد.

از هنرجویان بخواهید با توجه به شکل ۱ در مورد پیام ذکر شده در گروه‌های کلاسی گفت‌وگو کنند. از آنها بخواهید اگر پیام‌های مشابهی می‌دانند در کلاس بیان کنند. بعد از جمع‌بندی نظرات و تجربیات هنرجویان و با مشارکت آنها، پایش رشد و ضرورت و اهمیت آن را با نمایش نمودار(۱)، توضیح دهید.

فعالیت ۱



دانستنی‌های
هنرآموز



پایش رشد: در دنیا در کشورهای مختلف منحنی پایش رشد با مختصر تغییراتی نشان داده می‌شود. در ایران نیز در بخش زایمان مراکز درمانی و در بدو تولد برای تمام نوزادان (دختر و پسر به‌صورت جداگانه) منحنی پایش رشد وزن، قد و دورسر و برنامه واکسیناسیون ثبت شده و در اختیار والدین گذاشته می‌شود. وزن و قد به‌ویژه تا ۳ سالگی نشانگر و شاخص خوبی برای ارزیابی وضعیت سلامت عمومی و رشد کودک است. کودکانی که علاوه بر شیر مادر از ۶ ماهگی به بعد تغذیه خوبی دارند از مهر و محبت و حمایت عاطفی والدین بهره می‌برند و بیماری یا مشکل پزشکی خاصی ندارند، الگوی رشد مشابهی دارند. مربیان بهداشت و پزشکان کودک برای بررسی رشد و سلامت کودک از منحنی پایش رشد استفاده می‌کنند که محدوده طبیعی قد و وزن و رشد کودک را نشان می‌دهد که از میانگین قد و وزن هزاران کودک سالم و طبیعی به‌دست آمده است.

فعالیت ۲



با توضیح روش اندازه‌گیری وزن در سنین مختلف، از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد ضرورت و اهمیت توزین کودک در سنین مختلف گفت‌وگو کنند و نظرات آنها را جمع‌بندی کنید. سپس به آموزش روش اندازه‌گیری وزن کودک به روش خوابیده (شکل ۲) و نشسته (شکل ۳) و ایستاده (شکل ۴) بپردازید. با توضیح نکات مهم در توزین شیرخوار، برای اجرای اندازه‌گیری وزن، وسایل مورد نیاز (انواع وزنه کفه‌ای و ایستاده دیجیتال و آنالوگ، ماکت نوزاد) را آماده کنید و مراحل اندازه‌گیری وزن را با استفاده از ماکت نوزاد انجام دهید.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های دونفره، اندازه‌گیری وزن کودک را با روش‌های مختلف تمرین کنند و اندازه‌ها را جهت ثبت در منحنی رشد یادداشت نمایند. برای نتیجه‌گیری مؤثرتر از اندازه‌گیری وزن، نکات مهم در اندازه‌گیری وزن را برای هنرجویان یادآوری کنید.

فعالیت ۴



با بیان نکات مهم در اندازه‌گیری وزن کودک، از هنرجویان بخواهید در مورد تأثیر اندازه‌گیری مستمر وزن بر سلامت کودک تحقیق کنند و نتیجه را در کلاس به‌صورت بروشور ارائه دهند.

فعالیت ۵ و ۶



روش‌های اندازه‌گیری قد در سنین مختلف را با مشارکت هنرجویان به روش خوابیده (شکل ۵) و ایستاده (شکل ۶) توضیح دهید. برای اجرای اندازه‌گیری قد، وسایل مورد نیاز (انواع قدسنج سفره‌ای و ایستاده، ماکت نوزاد) را آماده کنید و مراحل اندازه‌گیری قد را با دو روش، با استفاده از ماکت نوزاد انجام دهید. از هنرجویان بخواهید در گروه‌های دونفره روش‌های اندازه‌گیری قد را تمرین کنند و اندازه‌ها را جهت ثبت در منحنی رشد یادداشت نمایند.

فعالیت ۷



با جمع‌بندی نظرات هنرجویان و مشارکت آنها به توضیح اندازه‌گیری محیط‌های بدن بپردازید و روش اندازه‌گیری دور سر را توضیح دهید. برای اجرای اندازه‌گیری دور سر، وسایل مورد نیاز (متر، ماکت نوزاد) را آماده کنید و مراحل اندازه‌گیری را با استفاده از ماکت نوزاد انجام دهید. از هنرجویان بخواهید در گروه‌های دونفره روش‌های اندازه‌گیری دور سر را تمرین کنند و اندازه‌ها را جهت ثبت در منحنی رشد یادداشت نمایند.

فعالیت ۸



سیس روش اندازه‌گیری دور بازو را توضیح دهید و توجه هنرجویان را به نکته (پیام) مهم جلب کنید. برای اجرای اندازه‌گیری دور بازو، وسایل مورد نیاز (متر، ماکت نوزاد) را آماده کنید و مراحل اندازه‌گیری دور بازو را با استفاده از ماکت نوزاد انجام دهید از هنرجویان بخواهید در گروه‌های دونفره روش‌های اندازه‌گیری دور بازو را تمرین کنند و اندازه‌ها را جهت ثبت در منحنی رشد یادداشت نمایند.

فعالیت ۹



با هماهنگی از یک مرکز بهداشتی درمانی به همراه هنرجویان بازدید تدارک ببینید. به هنرجویان یادآور شوید از نحوه تن‌سنجی کودک و مشکلات مربوط به آن گزارشی تهیه کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. در پایان نمایشگاهی از بروشورهای تهیه شده هنرجویان در کارگاه تشکیل دهید.

فعالیت ۱۰



با توضیح چاقی و محاسبه نمایه توده بدنی براساس فرمول از هنرجویان بخواهید فعالیت مربوط را انجام دهند. با مراجعه به کتاب همراه هنرجو وضعیت چاقی کودک را بررسی کنند و در کلاس ارائه دهند.

۶-۲- هدف توانمندسازی: کارت پایش رشد کودک را توضیح دهد.

فعالیت ۱۱



از هنرجویان بخواهید به شکل‌های ۱۰ و ۱۱ توجه کنند و در مورد قسمت‌های مختلف کارت پایش دختران و پسران گفت‌وگو کنند و در مورد اهمیت تنظیم کارت پایش رشد نظرات خود را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۲



از هنرجویان بخواهید اندازه‌های قد و وزن کودک موردنظر را روی کارت پایش ثبت نمایند و بعد از ثبت منحنی رشد، آن را رسم کنند.

فعالیت ۱۳



از هنرجویان بخواهید اندازه‌های قد و وزن کودک مورد نظر را روی کارت پایش ثبت نمایند و بعد از رسم منحنی رشد، آن را با توجه به شکل ۱۲، تفسیر کنند.

بعد از انجام این فعالیت کارت واکسیناسیون کودکان را برای آنها توضیح دهید و واکسن پنج‌گانه را که جدیداً در برنامه ایمن‌سازی اضافه شده است بیشتر توضیح دهید.

دانستنی‌های
هنرآموز



هموفیلوس آنفلوانزا نوع ب (Hib) چیست؟ چه بیماری را موجب می‌شود؟ هموفیلوس آنفلوانزا نوع ب یک باکتری است و با Hib که حروف مخفف ابتدای نام آن است نشان داده شده و موجب عفونت‌های شدید می‌شود از جمله:

- مننژیت باکتریایی - التهاب غشایی که نخاع و مغز را پوشانده و محافظت می‌کند. این بیماری بسیار خطرناک / کشنده است .
- پنومونی - عفونت ریه ها
- سپتی سمی - انتشار باکتری بیماری زا در خون
- آرتريت سپتیک - عفونت چرکی مفصل
- التهاب اپی گلوت - التهاب اپی گلوت (ناحیه اطراف تارهای صوتی) و انسداد مجاری هوایی

فعالیت ۱۴



از هنرجویان بخواهید در مورد انواع واکسن کودکان از منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت کارت آموزشی در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۵



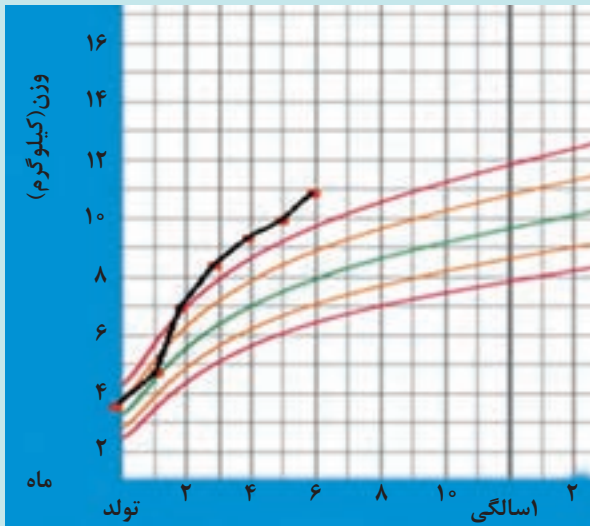
با هماهنگی مراکز بهداشتی - درمانی یک بازدید ترتیب دهید و در مورد اجرای واکسیناسیون گزارشی تهیه کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهید.

۷-۲- هدف توانمندسازی: پایش رشد کودک را کنترل کند.

ابتدا با مشارکت هنرجویان و سنجش دانسته‌های هنرجویان با روش پرسش و پاسخ، نحوه ثبت منحنی رشد و تفسیر آن را یادآوری کنید. سپس آنها را برای انجام فعالیت ۱ هدایت کنید.



این فعالیت انفرادی است. لازم است به تعداد هنرجویان منحنی رشد را تهیه نمایید. از آنها بخواهید اندازه‌های کودک فرضی را بر روی منحنی رشد ثبت نمایند. بر انجام ثبت اندازه‌ها توسط آنها نظارت نمایید تا درست انجام دهند. سپس از آنها بخواهید اندازه‌های ثبت شده را به هم وصل نمایند و منحنی رشد را رسم نمایند. برای اطمینان از صحت ثبت اندازه‌ها به منحنی زیر توجه کنید.



بعد از رسم منحنی، از هنرجویان بخواهید با توجه به چهار حالت منحنی، آن را تفسیر نمایند و تفسیر خود را بنویسند. هر هنرجو بعد از نوشتن تفسیر خود از منحنی رسم شده، آن را در کلاس ارائه دهد. بعد از جمع‌بندی منحنی رسم شده در فعالیت ۱، برای افزایش مهارت ثبت، ترسیم منحنی رشد و تفسیر آن، از هنرجویان بخواهید فعالیت ۲ را بر اساس تجربه خود در انجام فعالیت ۱، انجام دهند.



این فعالیت به صورت فردی و گروهی می‌تواند انجام گیرد. ابتدا از هنرجویان بخواهید دو کارت پایش مربوط به کودکان دختر و پسر را رسم کنند و منحنی‌های رشد مربوط به هر کودک را با توجه به چهار حالت مربوط، تفسیر کنند و تفسیرها را با هم مقایسه کنند و با ارائه دلایل، به سؤالات مربوط پاسخ دهند.

۸-۲- هدف توانمندسازی: پرونده سلامت کودک را توضیح دهد.

فعالیت ۱



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود، در مورد اهمیت و ضرورت تنظیم پرونده سلامت کودک در مراکز پیش از دبستان گفت‌وگو کنند و نظرات خود را با نمودار ۱ مقایسه کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با استفاده از نظرات هنرجویان و تجربیات و با مشارکت آنها به توضیح نمودار ۱ بپردازید.

فعالیت ۲



هنرجویان را هدایت کنید تا در گروه‌های کلاسی خود در مورد محتویات پرونده کودک گفت‌وگو کنند و نتایج نظرات خود را با گروه‌های دیگر و سپس با نمودار ۲ مقایسه کنند. با استفاده از نظرات و تجربیات هنرجویان و با مشارکت آنها به توضیح نمودار ۲ بپردازید. نمونه جداول را با توجه به محتویات پرونده کودک معرفی کنید و آنها را هدایت کنید تا بتوانند با در نظر گرفتن پرونده فرضی، طرز تکمیل این جداول را یاد بگیرند.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید با توجه به آنچه در مورد پرونده کودک آموخته‌اند در مورد تأثیر آگاهی از سوابق بیماری‌های کودک (اختلالات شنوایی و بینایی، . . .) بر برنامه‌های مراقبتی مهد کودک، تحقیق کنند و نتیجه را به صورت بروشور در کلاس ارائه دهند.

نمونه پرونده پیشنهادی که در قسمت بیشتر بدانید آورده شده است را به هنرجویان معرفی کنید و نحوه تکمیل آن را توضیح دهید.

۹-۲- هدف توانمندسازی: پرونده کودک را بررسی کند.

فعالیت ۴



با جمع‌بندی نظرات هنرجویان و با مشارکت آنها، مراحل تکمیل پرونده کودک را در مرکز پیش از دبستان توضیح دهید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی خود با توجه به مراحل هشت‌گانه تکمیل پرونده، یک پرونده برای کودک فرضی ۴ ساله تکمیل نمایند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۵



هنرجویان را راهنمایی کنید در گروه‌های درسی خود، با توجه به موارد بررسی پرونده، پرونده کودک فرضی ۴ ساله‌ای را که تکمیل نموده‌اند را بررسی کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.



با هماهنگی، بازدیدی از یک مهد کودک به اتفاق هنرجویان خود ترتیب دهید و از هنرجویان بخواهید نمونه پرونده یک کودک را مشاهده کنند و محتویات آن را بر اساس سه مرحله بررسی پرونده، به صورت یک گزارش در کلاس ارائه دهند.

برای انجام بازدید مؤثرتر به نکات زیر توجه کنید:

- ابتدا نحوه اندازه‌گیری، قد، دور سینه و دور سر کودک را با هنرجویان مرور کنید.
 - هنرجویان معاینه‌های مربوط به پایش رشد را حداقل برای یک کودک با نظارت کارکنان بهداشتی واحد انجام دهند.
 - هنرجویان را راهنمایی کنید تا با مادر آن کودک مصاحبه کنند.
- هنگام بررسی کارت پایش رشد کودک به موارد سن، وزن، قد، اندازه‌های دور سر، تغذیه کودک، بیماری‌ها از بدو تولد، واکسن‌های تزریق شده، وضعیت تکامل کودک، تعداد مراجعه به مرکز بهداشتی از بدو تولد تا کنون، منحنی رشد کودک، وضعیت کلی سلامت کودک و سایر موارد لازم در بررسی توجه کنید.

واحد یادگیری ۳: کنترل بیماری‌های شایع کودکان

این قسمت سومین واحد یادگیری درس مراقبت از سلامت کودک است. ساعت آموزش این واحد ۶۰ ساعت است که به صورت ۲۴ ساعت نظری و ۳۶ ساعت عملی تدریس می‌شود. آموزش در کلاس درس، کارگاه بهداشت و ایمنی و بازدید از مراکز درمانی انجام می‌شود.

بسته آموزشی این واحد یادگیری شامل کتاب درسی، نرم‌افزار، فیلم آموزشی، پوسترهای آموزشی، کتاب همراه هنرجو و راهنمای هنرآموز می‌باشد. مسیر یادگیری و ساعت آموزشی هر مرحله از این واحد یادگیری با احتساب ۶۰٪ عملی و ۴۰٪ نظری است.

کلید واژه: بیماری، میکرو ارگانیسم‌های بیماری‌زا، عفونت، آلودگی، ویروس، قارچ، باکتری، انگل، آغازیان، پیشگیری
شناسایی، جداسازی، مراقبت از کودک بیمار، اطلاع رسانی، معیارهای بازگشت بیمار به مهد، سنجش دمای بدن
ارجاع، ارجاع فوری، گزارش دهی
ابزار: نرم‌افزار، رایانه، پوستر
فضا: کلاس، کارگاه بهداشت و ایمنی، مراکز درمانی، سایت

۱-۳- هدف توانمندسازی: بیماری‌های عفونی شایع در کودکان را توضیح دهد.

ابتدا هنرجویان را گروه‌بندی کنید. درس را با بیان یک پیام مرتبط با هدف درس یعنی بیماری‌های شایع عفونی کودکان و معرفی آن آغاز کنید و هنرجویان را برای انجام فعالیت ۱ راهنمایی کنید.

فعالیت ۱



این هدف برای معرفی و آشنایی با محتوای کلی هدف توانمندسازی درس است. با طرح سوالات مورد نظر، گروه‌های کلاسی را به بحث و گفت‌وگو هدایت کنید. (ارزشیابی تشخیصی) با جمع‌بندی نظرات گروه‌های کلاسی در این مورد، سطح اطلاعات هنرجویان مشخص می‌شود. سپس با این جمع‌بندی موضوع بیماری‌های

عفونی را در کلاس با آنها به بحث بگذارید و با نمایش نمودار ۱، ضرورت و اهمیت آشنایی با بیماری‌های شایع در کودکان را با مشارکت هنرجویان توضیح دهید و از نظرات آنها در جمع‌بندی استفاده نمایید.

فعالیت ۲



برای انجام این فعالیت بهتر است بیماری‌هایی انتخاب شود که هنرجویان با آن آشنایی دارند. سپس با توجه به نمودار و بیماری موردنظر، موارد آن بحث شود. از گروه‌های کلاسی بخواهید نتیجه گفت‌وگو را در کلاس ارائه دهند. سپس با جمع‌بندی نظرات آنها عوامل بیماری‌زا را با استفاده از مطالب قسمت تعریف اصطلاحات، توضیح دهید. با نمایش نمودار ۲ (انواع عوامل بیماری‌زا) و استفاده از بحث‌های گروهی، جمع‌بندی نظرات و استفاده از دانستنی‌های بیشتر، از مطالب زیر می‌توانید استفاده کنید.

دانستنی‌های هنرآموز



میکروارگانسیم‌ها (موجودات ریز) به دو دسته غیر بیماری‌زا و بیماری‌زا تقسیم می‌شوند. میکروارگانسیم‌های غیر بیماری‌زا باعث می‌شود که جسد حیوانات زنده و گیاهان خشک شده تجزیه شوند و به خاک تبدیل گردند. این کار باعث می‌شود از آلودگی محیط زیست جلوگیری شود. میکروارگانسیم‌های غیر بیماری‌زا کمک‌های دیگری هم در زندگی انسان‌ها می‌کنند. مثلاً باعث تبدیل شیر به ماست می‌شوند یا باعث می‌شوند خمیر برای نان پختن آماده شود و خیلی از واکنش‌های مربوط به تغذیه را انجام می‌دهند. برخی دیگر از میکروارگانسیم‌ها باعث ایجاد بیماری در انسان‌ها و حیوانات می‌گردند که در این واحد یادگیری به آن پرداخته می‌شود.

فعالیت ۳



از هنرجویان بخواهید با توجه به شکل ۱، تجربیات خود از بیماری اوربون را با نتیجه‌گیری از توضیحات قبلی در کلاس ارائه دهند. نظرات را جمع‌بندی کنید و با توجه به شکل ۲ و نمودار ۳، انواع بیماری‌های ویروسی را با مشارکت آنها و بیان مثال‌هایی عینی (که هم در متن و هم در شکل ۳ آمده است) معرفی کنید. برای دانستنی‌های بیشتر می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید.

ویروس

عامل عفونی بسیار ریزی می‌باشند و بسیار کوچک‌تر از باکتری است و با میکروسکوپ الکترونیکی قابل مشاهده است. ساختمان ویروس‌ها بسیار ساده است و قطعه‌ای از نوکلئیک اسید است. ویروس‌های بیماری‌زا بعد از ورود به بدن انسان شروع به ازدیاد و تکثیر می‌کنند و باعث التهاب در بافت‌های مختلف بدن می‌گردند.

بیماری‌های ویروسی

شیوع بیماری‌های ویروسی در دوره کودکی از سایر دوره‌ها بیشتر است و شایع‌ترین بیماری‌های عفونی در کودکان به‌شمار می‌روند. داروهایی مانند آنتی‌بیوتیک‌ها که

برای از بین بردن باکتری‌ها به کار می‌روند بر روی این بیماری‌ها مانند سرخک، فلج اطفال، هاری مؤثر نیستند. امروزه با استفاده از واکسیناسیون بسیاری از بیمارهای ویروسی ریشه کن و یا مهار شده‌اند. از جمله آبله که در دنیا ریشه کن شده است و سرخک و فلج اطفال در حال مهار شدن می‌باشند.

فعالیت ۴



از هنرجویان بخواهید مشاهدات خود را از بیماری دیفتری در کلاس ارائه دهند و نشانه‌های این بیماری را با توجه به نظرات هنرجویان جمع‌بندی کنید و بیماری‌های باکتریایی را مطرح نمایید. سپس با مشارکت آنها به توضیح این بیماری‌ها بپردازید و توجه آنها را به شکل ۳ جلب نمایید و به معرفی انواع بیماری‌های باکتریایی با توجه به نمودار ۴ و اشاره به روش درمان آنها، بپردازید. برای دانستن‌های بیشتر خود می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید.

فواید باکتری‌ها

اگرچه بعضی از باکتری‌ها عامل فساد مواد غذایی و بیماری هستند، اما بسیاری از باکتری‌ها مفیدند:

- باکتری‌ها در تهیه و پردازش فرآورده‌های غذایی و شیمیایی نقش دارند.
- در شناسایی و استخراج معادن و پاک‌سازی محیط زیست کاربرد دارند.
- مواد خوراکی مانند ماست، پنیر و سرکه و نوشیدنی‌هایی مانند دلستر، حاصل فعالیت باکتری‌های تخمیرکننده است.
- استون و بوتانول مواد شیمیایی هستند که انواعی از باکتری‌های گونه کلستریدیوم آنها را می‌سازند.
- باکتری‌های داخل روده خیلی از ویتامین‌ها (مانند ویتامین K) را می‌سازند که خود بدن قادر به ساختن آنها نیستند.
- بسیاری از باکتری‌ها نیز به عنوان عوامل افزایش دهنده رشد گیاهان هستند و رشد گیاهان را بهبود می‌بخشند.
- باکتری‌ها در پاک‌سازی آب‌ها و خاک‌های آلوده به آلاینده‌های نفتی و شیمیایی کاربرد وسیعی دارند.

بیماری‌های باکتریال: بیماری‌های باکتریال در اثر هجوم باکتری‌ها به بافت‌های مختلف بدن و تکثیر و ازدیاد آنها در آن محل ایجاد می‌شود. مهم‌ترین عوامل ایجادکننده این بیماری شامل سن، جنس، نژاد، داشتن مصونیت قبلی (واکسیناسیون)، تغذیه، تعداد و نوع باکتری، راه ورود باکتری، وجود عوامل مساعدکننده مانند سوءتغذیه است.

پیشگیری از عفونت‌های باکتریال در کودکان بسیار مهم است، زیرا سبب کاهش مرگ و میر در آنها می‌شود. امروزه با استفاده از آنتی‌بیوتیک‌ها بسیاری از بیماری‌های باکتریال را می‌توان درمان کرد و یا آنها را تحت کنترل قرار داد.

فعالیت ۵



از هنرجویان بخواهید از منابع علمی معتبر جست‌وجو کنند و با توجه به آنچه در مورد بیماری‌های ویروسی و باکتریایی تاکنون آموخته‌اند و بر اساس دستورالعمل تهیه بروشور، نتایج جست‌وجوی خود را در قالب بروشور در کلاس ارائه دهند. بروشورهای آنها را جمع‌آوری کنید و در کتابخانه کلاس قرار دهید.

فعالیت ۶



از هنرجویان بخواهید اگر تاکنون کودک مبتلا به برفک دهان دیده‌اند، مشاهدات خود را از بیماری برفک، در کلاس ارائه دهند و نشانه‌های این بیماری را با توجه به نظرات هنرجویان جمع‌بندی کنید و به معرفی بیماری‌های قارچی بپردازید. سپس با مشارکت آنها به توضیح این بیماری‌ها بپردازید و توجه آنها را به شکل ۶ و ۷ جلب نمایید و به معرفی انواع بیماری‌های قارچی با توجه به نمودار ۵ و اشاره به روش درمان آنها، بپردازید. برای دانستنی‌های بیشتر خود می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید.

دانستنی‌های هنرآموز



بیماری‌های قارچی: این بیماری‌های عفونی از انسان، حیوان، اشیا و گیاهان آلوده به فرد در معرض خطر منتقل می‌شود. شایع‌ترین بیماری‌های قارچی، بیماری‌های قارچی پوست می‌باشند که در لبه‌های سطحی و میانی پوست، موجب بروز ضایعات پوسته دار با لبه‌های برجسته می‌شود که با گذشت زمان دایره‌ای شکل شده و با خارش همراه‌اند.

عفونت‌های قارچی واگیردار بوده و از فردی به فرد دیگر، از حیوان به انسان و از خاک به انسان منتقل می‌شود. قارچ‌ها در پوست، مو و ناخن انسان‌ها و حیوانات وجود دارند و یا در خاک یافت می‌شود. قارچ‌ها به درمان‌های موضعی پاسخ می‌دهند و معمولاً با کرم‌های ضد قارچ در مدت دو هفته درمان می‌شوند. ولی در مواردی که این عفونت‌ها به درمان‌های موضعی پاسخ ندهند، پزشک از داروهای خوراکی و قرص جهت درمان استفاده می‌کند. برای بهبود عفونت‌های قارچی، باید رطوبت و گرمای بدن را به حداقل برسانید. از لباس‌های تنگ نباید استفاده کرد. چربی پوست باید به حداقل رسیده باشد و فرد کمتر در معرض نور آفتاب قرار گیرد. آغازیان: این جانداران از نظر زیست‌محیطی بسیار حائز اهمیت هستند. برخی از آنها که فتوسنتز کننده‌اند و در آب‌های دریا، دریاچه‌ها و یا رودخانه‌ها زندگی می‌کنند، موجب غنی شدن آب از مواد غذایی و اکسیژن می‌شوند. آغازیان به دو گروه آغازیان جانورمانند و آغازیان گیاهمانند تقسیم می‌شوند. آغازیان جانورمانند به صیادان تک سلولی معروف‌اند. طرز تغذیه و اندامک‌های درون سلولی آنها بیشتر به ویژگی‌های سلول‌های جانوری شباهت دارند.

فعالیت ۷



بعد از جمع‌بندی نظرات هنرجویان در مورد بیماری‌های آغازیان جانورمانند، از آنها بخواهید به شکل ۸ توجه نمایند و تجربیات خود را از بیماری سالک در کلاس ارائه دهند. مشاهدات آنها را جمع‌بندی نمایید و موضوع آغازیان جانورمانند را با جلب توجه آنها به شکل ۹ مطرح کنید. سپس با مشارکت آنها و با استفاده از نمودار ۶ به توضیح انواع بیماری‌هایی که آغازیان ایجاد می‌کنند و اشاره به روش درمان آنها، بپردازید.

فعالیت ۸



از هنرجویان بخواهید با دقت به شکل ۱۰ و ۱۱ نگاه کنند و اگر تاکنون کودک یا فرد مبتلا به شپش سر دیده‌اند، تجربیات خود را از این بیماری، در کلاس ارائه دهند و نشانه‌های این بیماری را با توجه به نظرات هنرجویان جمع‌بندی کنید و به معرفی بیماری‌هایی که انگل باعث ایجاد آنها می‌شود، بپردازید. سپس با مشارکت آنها به توضیح این بیماری‌ها بپردازید و توجه آنها را به شکل ۱۲، ۱۳ و ۱۴ جلب نمایید و به معرفی انواع بیماری‌های انگلی با توجه به نمودار ۷ و اشاره به روش درمان آنها، بپردازید. برای دانستنی‌های بیشتر می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید.

دانستنی‌های هنرآموز



انگل: آنکلی که گیاه یا حیوانی که بر روی یا داخل بدن موجود زنده دیگری زندگی نماید و از این زندگی فایده می‌برد و یا تغذیه می‌کند، گفته می‌شود. زندگی انگلی عبارت است از یکی از اشکال هم‌زیستی فیزیولوژیکی بین دو حیوان از دو جنس مختلف که یکی از آنها (انگل) معمولاً کوچک‌تر و ضعیف‌تر بوده و در سطح یا داخل بدن جنس قوی‌تر (میزبان) زندگی و تغذیه می‌کند و در بدن او ایجاد اختلال می‌نماید. این هم‌زیستی ممکن است دائم یا موقت باشد.

بیماری‌های انگلی: این بیماری‌ها در اثر ورود انگل به بدن ایجاد می‌شوند:

۱ انگل‌های تک سلولی مانند ژیا ردیا: از راه آب و غذا وارد دستگاه گوارش می‌شوند و در آنجا شروع به تکثیر و فعالیت می‌کنند.

۲ انگل‌های پر سلولی مانند آسکاریس، اکسیور (کرمک) و ... که از راه مواد غذایی، لیسبه آلوده و خاک وارد دستگاه گوارش جانداران می‌شوند.

۳ انگل‌های مالاریا و لیشمانیا: از طریق پوست و در اثر گزیده شدن توسط پشه‌های آلوده به بدن وارد می‌شوند.

۴ انگل شپش سر و گال: از طریق پوست و موی سر به بدن وارد می‌شوند. پیشگیری: برای پیشگیری از بیماری‌های انگلی شناخت دقیق سیر تکامل انگل در بدن انسان و خارج از آن لازم و ضروری است. سیر تکاملی انگل‌ها به خصوص کرم‌ها متفاوت هستند. برخی از انگل‌ها مانند کرمک (اکسیور) میزبان دیگری غیر از انسان ندارند و تمام مراحل زندگی را در بدن انسان می‌گذرانند، برخی دیگر مانند تنیاهای قسمتی از سیر تکاملی زندگی خود را در عضلات بدن گاو می‌گذرانند و در اثر بی‌احتیاطی انسان و خوردن گوشت گاو نیم پز وارد دستگاه گوارش وی می‌شوند. حیوانات اهلی از قبیل گاو، گوسفند، خوک، سگ و گربه در انتقال بسیاری از انگل‌ها به انسان نقش عمده دارند.

فعالیت ۹



از هنرجویان بخواهید در منابع علمی معتبر جست‌وجو کنند و با توجه به آنچه در مورد بیماری‌های قارچی و انگلی تاکنون آموخته‌اند و بر اساس دستورالعمل تهیه بروشور، نتایج جست‌وجوی خود را در قالب بروشور در کلاس ارائه دهند. بروشورهای آنها را جمع‌آوری کنید و در کتابخانه کلاس قرار دهید.

۲-۳- هدف توانمندسازی: بیماری‌های مزمن دوران کودکی را توضیح دهد.

ابتدا هنرجویان را گروه‌بندی کنید. درس را با بیان یک پیام مرتبط با هدف درس یعنی بیماری‌های شایع مزمن کودکان و معرفی آن آغاز کنید و هنرجویان را برای انجام فعالیت ۱ راهنمایی کنید.

فعالیت ۱۰



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی، وضعیت معصومه را مطالعه کنند و با شرکت در گروه آنها را به یافتن پاسخ سؤالات تشویق نمایید. پاسخ‌های هنرجویان را جمع‌بندی کنید و با استفاده از نظرات آنها، بیماری‌های مزمن را تعریف کنید و مهم‌ترین بیماری‌های مزمن دوران کودکی را با توجه به نمودار ۸ معرفی کنید. و آنها را برای انجام فعالیت ۱۲ راهنمایی نمایید.

فعالیت ۱۱



از گروه‌های کلاسی بخواهید با جست‌وجو در منابع علمی و معرفی این منابع به آنها در مورد سه بیماری به انتخاب گروه، کارت آموزشی از این بیماری‌ها تهیه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان به توضیح تأثیرات بیماری‌های مزمن بر کودکان بپردازید.

دانستنی‌های
هنرآموز



برای دانستنی‌های بیشتر می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمایید:
ویژگی‌های بیماری‌های مزمن عبارت‌اند از:
الف) دائمی باشند.

ب) پس از آنها ناتوانی بر جای بماند.

ج) به سبب تغییرات بیماری، عارضه‌ای بازگشت‌ناپذیر ایجاد شده باشند.

د) باز توانی بیمار آموزش‌های ویژه لازم داشته باشند.

هـ) مدت زیادی سرپرستی، مشاهده یا مراقبت لازم داشته باشند.

فعالیت ۱۲



از هنرجویان بخواهید وضعیت سعید را با دقت مطالعه کنند و سؤالات مربوط را پاسخ دهند. با جمع‌بندی نظرات ارائه شده گروه‌ها و هدایت آنها به مشاهده شکل ۱۶ و با شرکت آنها به توضیح سرطان در کودکان بپردازید.

فعالیت ۱۳



با توجه به شیوع بیماری سرطان در کودکان، این بیماری مزمن در این قسمت آورده شده است. از هنرجویان بخواهید در گروه‌های درسی با استفاده از مشاهدات و اطلاعات خود در مورد علائم و نشانه‌های کودک مبتلا به سرطان گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان نشانه‌های احتمالی و هشدار را از هم تفکیک کنید. سپس آنها را به مشاهده نمودار ۹، هدایت کنید و در مورد نشانه‌های احتمالی سرطان و با مشارکت آنها گفت‌وگو کنید. آنها را توضیح دهید. در مورد نشانه‌های هشدار این بیماری در کودکان با استفاده از نمودار ۱۰ با هنرجویان گفت‌وگو کنید.

۳-۳- هدف توانمندی: علایم شایع بیماری‌های کودکان را توضیح دهد.

فعالیت ۱۴



با توجه به اهمیت نشانه شناسی در شناخت، پیشگیری و مراقبت به موقع از کودک بیمار، از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی، در مورد اهمیت نشانه‌شناسی بیماری‌ها با تأکید بر نشانه‌شناسی در کودکان گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها به گفت‌وگو و توضیح در مورد نشانه‌های شایع بیماری‌ها در کودکان با استفاده از نمودار ۱۲ پردازید.

در اینجا لازم است به ابهامات هنرجویان در زمینه علائم و بیماری‌های شایع کودکان مانند اسهال، کم‌خونی، یرقان و... که آیا اینها علامت بیماری یا یک بیماری هستند، به این صورت پاسخ دهید که در این قسمت اینها به‌عنوان علامت بیماری‌ها می‌باشند ولی هر کدام می‌توانند به‌صورت یک بیماری ظاهر شوند. در این قسمت از تجربیات هنرجویان برای توضیح کامل‌تر استفاده نمائید.

فعالیت ۱۵



از هنرجویان بخواهید با توجه به اهمیت نشانه‌های شایع بیماری‌ها در کودکان در گروه‌های کلاسی، در مورد تجربه‌های خود از این نشانه‌ها گفت‌وگو کنند. نظرات ارائه شده را با مشارکت هنرجویان جمع‌بندی کنید.

فعالیت ۱۶



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی جهت تکمیل جدول با استفاده از آنچه تاکنون آموخته‌اند، بیماری‌های مرتبط را با توجه به نوع علامت بنویسند.

فعالیت ۱۷



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی با استفاده از منابع علمی و آموخته‌های خود در مورد نشانه‌های شایع بیماری‌های کودکان، جست‌وجو کنند و نتیجه را به‌صورت بروشوری تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۱۸



با هدایت هنرجویان به انجام فعالیت ۱۸، آنها را برای بحث در مورد آشنایی با نحوه سربایت بیماری‌های عفونی آماده کنید. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد تجربه‌های خود از نحوه ابتلا به بیماری‌های مسری گفت‌وگو کنند. با جمع‌بندی نظرات آنها و با استفاده از نمودار ۱۳، دلایل ابتلا به بیماری‌های مسری و راه‌های انتقال بیماری‌ها را توضیح دهید. سپس نمودار ۱۴ که زنجیره انتقال بیماری را نشان می‌دهد به هنرجویان به بحث بگذارید و با مثالی از یک بیماری مانند سرماخوردگی و... زنجیره انتقال این بیماری در کودکان یک مرکز پیش دبستانی را بر اساس حلقه‌های سه‌گانه توضیح دهید.

فعالیت ۱۹



بعد از جمع‌بندی نظرات هنرجویان در مورد زنجیره انتقال بیماری‌ها و توضیح حلقه‌های این انتقال، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی در این مورد گفت‌وگو کنند و تجربیات خود را در این مورد ارائه دهند. بعد از جمع‌بندی نظرات هنرجویان در این قسمت، با مثالی مانند بیماری سرماخوردگی یا هر بیماری مسری دیگر با در نظر گرفتن منشأ میکروارگانیزی (ویروس سرماخوردگی)، راه انتقال بیماری از کودک اول به کودک دوم (میزبان جدید) و در نتیجه ابتلای کودک دوم به سرماخوردگی و... در مورد راه‌های قطع ارتباط حلقه‌های این بیماری مسری با آنها گفت‌وگو کنید و توضیح دهید که چگونه در هر حلقه می‌توان شیوع بیماری را کنترل کرد.

فعالیت ۲۰



با جمع‌بندی نظرات هنرجویان و جهت اهمیت آشنایی آنها با راه‌های سرایت بیماری‌ها، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی، با توجه به نمودار ۱۵، در مورد راه‌های انتقال بیماری‌های مسری کودکان گفت‌وگو کنند. با مشارکت آنها و استفاده از نظرات آنها راه‌های چهارگانه انتقال بیماری‌ها را توضیح دهید.

فعالیت ۲۱



از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد راه‌های انتقال (حلقه‌های انتقال) یک بیماری مسری و شایع در کودکان و مهار (قطع) حلقه‌ها از منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت روزنامه‌دیواری در کلاس ارائه دهند.

۴-۳- هدف توانمندسازی:

فهرستی از عوامل بیماری‌زای شایع در کودکان را تهیه کنند.

فعالیت ۲۲



با مشارکت هنرجویان و با استفاده از پرسش و پاسخ و مروری به آنچه در مورد بیماری‌های ویروسی آموخته‌اند با استفاده از منابع علمی معتبر، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی جدول ۲ را تکمیل کنند و پاسخ‌های خود را ارزشیابی کنند. از هنرجویان بخواهید گروه‌ها جدول تکمیل شده را در کلاس ارائه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، آنها را برای انجام فعالیت ۲۳ راهنمایی کنید.

فعالیت ۲۳



با تکمیل جدول ۲ در مورد بیماری‌های ویروسی، از آنها بخواهید تجربیات خود از یک بیماری ویروسی را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۲۴



با مشارکت هنرجویان و با استفاده از پرسش و پاسخ و مروری به آنچه در مورد بیماری‌های باکتریایی آموخته‌اند، از آنها بخواهید با استفاده از منابع علمی معتبر در گروه‌های کلاسی جدول ۳ را تکمیل کنند و پاسخ‌های خود را ارزشیابی کنند. از هنرجویان بخواهید گروه‌ها جدول تکمیل شده را در کلاس ارائه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، آنها را برای انجام فعالیت ۲۵ راهنمایی کنید.

فعالیت ۲۵



با تکمیل جدول ۳ در مورد بیماری‌های باکتریایی، از آنها بخواهید تجربیات خود از یک بیماری باکتریایی را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۲۶



با مشارکت هنرجویان و با استفاده از پرسش و پاسخ و مروری به آنچه در مورد بیماری‌های قارچی آموخته‌اند، از آنها بخواهید با استفاده از منابع علمی معتبر در گروه‌های کلاسی جدول ۴ را تکمیل کنند و پاسخ‌های خود را ارزشیابی کنند. از هنرجویان بخواهید گروه‌ها جدول تکمیل شده را در کلاس ارائه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، آنها را برای انجام فعالیت ۲۷ راهنمایی کنید.

فعالیت ۲۷



با تکمیل جدول ۴ در مورد بیماری‌های قارچی، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی تصاویری از بیماری‌های قارچی را از منابع معتبر علمی جست‌وجو کنند و با استفاده از این تصاویر، پوستری که در آن نام عامل بیماری‌زا و محل درگیری بدن نشان داده شده تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۲۸



با مشارکت هنرجویان و با استفاده از پرسش و پاسخ و مروری به آنچه در مورد بیماری‌های ناشی از آغازیان جانور مانند آموخته‌اند، از آنها بخواهید با استفاده از منابع علمی معتبر در گروه‌های کلاسی جدول ۵ را تکمیل کنند و پاسخ‌های خود را ارزشیابی کنند. از هنرجویان بخواهید گروه‌ها جدول تکمیل شده را در کلاس ارائه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، آنها را برای انجام فعالیت ۲۹ راهنمایی کنید.

فعالیت ۲۹



با تکمیل جدول ۵ در مورد بیماری‌های ناشی از آغازیان جانور مانند، از آنها بخواهید تجربیات خود از یک بیماری ناشی از آغازیان جانور مانند را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۳۰



با مشارکت هنرجویان و با استفاده از پرسش و پاسخ و مروری به آنچه در مورد بیماری‌های انگلی آموخته‌اند، از آنها بخواهید با استفاده از منابع علمی معتبر در گروه‌های کلاسی جدول ۶ را تکمیل کنند و پاسخ‌های خود را ارزشیابی کنند. از هنرجویان بخواهید گروه‌ها جدول تکمیل شده را در کلاس ارائه نمایند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، آنها را برای انجام فعالیت ۳۱ راهنمایی کنید.

فعالیت ۳۱



با تکمیل جدول ۶ در مورد بیماری‌های انگلی، از آنها بخواهید تجربیات خود از یک بیماری انگلی را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۲۲

از هنرجویان بخواهید بر اساس آنچه تاکنون در مورد بیماری مختلف آموخته‌اند، در گروه‌های کلاسی، هر گروه یک بیماری را بر حسب علت آن انتخاب کنند و مشخصات بیماری را به صورت نمایش اجرا کنند.



۵-۳- هدف توانمندسازی:

مراقبت کوتاه مدت از کودک بیمار را توضیح دهد.

فعالیت ۱

روند نمای مراقبت از کودک بیمار را با استفاده از وسایل سمعی - بصری مانند پوستر یا ویدئو پروژکتور در کلاس به نمایش در آورید. از هنرجویان بخواهید با دقت به این روندنا توجه کنند. با استفاده از روش پرسش و پاسخ، به مرور مبحث گذشته و بیان خلاصه‌ای از آن (پیشگیری از بیماری‌ها) که اولین مرحله روند نما یعنی شناسایی، پردازید. سپس از آنها بخواهید به دقت به شکل ۱ نگاه کنند و در مورد بیماری مریم در گروه‌های کلاسی گفت‌وگو کنند و روند نمای آن را ارائه دهند.



فعالیت ۲

با جمع‌بندی نکات مهم نظرات هنرجویان در مورد فعالیت ۱ که هدف مرور مبحث شناسایی بود با مشارکت هنرجویان در مورد جداسازی کودک بیمار از سایر کودکان و ارائه تعریفی از جداسازی که مرحله دوم روند نمای مراقبت از کودک بیمار است پردازید. با نتیجه‌گیری از بحث جداسازی کودک بیمار را توضیح دهید و گروه‌های سنی متفاوت کودکان را جهت اجرای جداسازی معرفی کنید. سپس در مورد اهمیت جداسازی کودکان در پیشگیری از بیماری‌ها توضیح دهید و از هنرجویان بخواهید با توجه به شکل ۲ و گفت‌وگو در مورد آنها، علایمی که باعث جداسازی کودک بیمار از سایر کودکان می‌شود را با توجه به آنچه که در قسمت قبل خوانده‌اند را فهرست کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.



فعالیت ۳

در ادامه به بحث در مورد علائم مهم بیماری‌های مزمن که نیاز به جداسازی دارند پردازید. با یادآوری مطالب قسمت قبل، هنرجویان را به بیان تجربیات خود در زمینه علایم و نشانه‌ها هدایت کنید. سپس با مشارکت آنها، وظایف مربی در برابر کودکان مبتلا به این بیماری را توضیح دهید. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی با مراجعه به منابع علمی معتبر در مورد علائم بیماری‌های واگیردار و مزمن و نحوه مراقبت از کودکان مبتلا جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت بروشور در کلاس ارائه دهند. می‌توانید برخی از منابع را که در پایان این کتاب آمده است را به آنها جهت انجام این فعالیت معرفی کنید. توجه آنها را به نکاتی که در موقع تحویل کودک بیمار به اولیا لازم است رعایت کنند، جلب نمایید.



فعالیت ۴



با هماهنگی به همراه هنرجویان از یک مرکز درمانی کودکان بازدید کنید. با یک کودک بیمار و اولیای آن در مرکز مصاحبه‌ای در حضور هنرجویان ترتیب دهید از آنها بخواهید، تمام پرسش‌ها و پاسخ‌ها را یادداشت کنند. با هدایت شما آنها باید ضمن پرسش و پاسخ بتوانند درک درستی از رنج‌ها و نیازهای یک کودک مبتلا به بیماری مزمن پیدا کنند. از هنرجویان بخواهید اگر سؤالی دارند از کودک و والدین او بپرسند. پس از اتمام مصاحبه جدول خود را در مورد دو بیماری مزمن تکمیل نمایند.

دانستنی‌های
هنرآموز



برای تکمیل توضیحات خود می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمائید.
از یک کودک مبتلا به بیماری مزمن کسب اطلاعات زیر مهم است:

- نام کامل، سن و وزن کودک
- نام دقیق بیماری مزمن او، مشخصات و شماره تماس اضطراری اولیای کودک
- مشخصات و شماره تماس پزشک معالج کودک
- نام، مقدار، زمان، نحوه مصرف و عوارض معمول دارو یا داروهای حیاتی که کودک دریافت می‌کند.
- توصیه‌ها و هشدارهای پزشکی معمول که در خصوص بیماری یا داروی مصرفی کودک در اختیار والدین قرار داده شده است.

به اتفاق هنرجویان یک نمونه فرم استاندارد برای گردآوری اطلاعات مهم مربوط به بیمار مزمن ثبت نام شده در مهد کودک تهیه کنید.

هنرجویان را در مورد چگونگی گردآوری اطلاعات پیرامون بیماری‌های مزمن مهم دوران کودکی در قالب یک فعالیت پژوهشی راهنمایی کنید. کتاب چکیده بیماری‌های اطفال نلسون منبع خوبی برای به‌دست‌آوردن اطلاعات تکمیلی در مورد بیماری‌ها است. پایگاه‌های معتبر اینترنتی، روزنامه‌ها و مجلات پزشکی و کارکنان بهداشتی درمانی نظیر پزشکان هم می‌توانند در انجام این فعالیت مورد استفاده قرار گیرند. از آنها بخواهید نتیجه را به‌صورت بروشور در کلاس ارائه دهند. سپس با مشارکت آنها نظرات آنها را جمع‌بندی نمائید و در مورد معیار بازگشت کودک بیمار و کارکنان به مهد گفت‌وگو کنید. یادآور شوید شرایط بازگشت کودک بیمار به مهد پس از بهبودی در بیماری‌های مختلف عفونی متفاوت است. ضروری است امکان بازگشت مراقب یا کودکی که بیمار شده به مهد کودک با دستور پزشک باشد. همچنین مراقب براساس وظیفه باید شرایط بازگشت را مورد بررسی قرار دهد. اطلاعات جدول شماره ۱ به مراقب کمک می‌کند تا در خصوص زمان بازگشت کارکنان و کودکان بیمار به مهد، پس از بهبودی آنها تصمیم بگیرند. سپس با استناد به جدول شماره ۱ معیارهای بازگشت کودک یا کارکنان بیمار به مرکز پیش از دبستان را با هنرجویان به بحث بگذارید. همچنین با استفاده از جدول شماره ۱ فعالیت ۶، هنرجویان را راهنمایی نمائید تا در مورد اقدامات مربی بعد از بازگشت کودک مبتلا به یکی از بیماری‌های صرع، آسم، ... از منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را در کلاس به‌صورت بروشور ارائه دهند.

۶-۳- هدف توانمندسازی:

مراقبت از کودک بیمار را بر روی ماکت نمایش دهد.

فعالیت ۵



روند نمای مراقبت از کودک و توصیه‌های لازم جهت مراقبت از کودک بیمار را با مشارکت هنرجویان مرور کنید و توجه آنها را به شکل های ۳ و ۴ جلب کنید. با آنها در مورد نکات لازم جهت مراقبت از کودک بیمار، قبل از رساندن به مراکز درمانی، گفت‌وگو کنید و نتیجه را جمع‌بندی کنید. به آنها یادآوری کنید به علت اینکه تب یکی از علائم مهم و شایع در بیماری‌ها است، بنابراین آشنایی با نحوه سنجش دمای بدن و چگونگی مراقبت از کودک تب دار لازم است. سپس با استفاده از شکل ۵، نمایش، ماکت کودک و در صورت موجود بودن فیلم، مراحل سنجش دمای بدن کودک را با استفاده از دماسنج زیر بغل آموزش دهید و از آنها بخواهید در گروه‌های دو نفره دمای بدن یکدیگر را اندازه بگیرند و نتیجه را ثبت نمایند. برای تکمیل توضیحات و آمادگی بیشتر هنرجویان می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمائید.

دانشتنی‌های
هنرآموز



شیوه اندازه‌گیری درجه حرارت:

بهترین روش، به سن کودک بستگی دارد:

نوزادان: برای نوزادان کوچک‌تر از سه ماه، اندازه‌گیری درجه حرارت زیر بغل شروع خوبی است. اگر دما بالاتر از $37/5$ درجه سانتی‌گراد بود، برای بار دوم درجه حرارت بدن از طریق مقعد کودک اندازه گرفته می‌شود. اندازه‌گیری درجه حرارت مقعدی دقیق‌تر از درجه حرارت زیربغلی است. درجه حرارت مقعدی بالاتر از 38 درجه سانتی‌گراد در نوزادان، نیاز به مراجعه فوری به پزشک دارد.

از سه ماهگی تا چهار سالگی: برای این گروه سنی، پزشکان استفاده از یک دماسنج مقعدی یا دماسنج الکترونیک پستانکی را توصیه می‌کنند. برای کودکان بزرگ‌تر از سه ماه می‌توان از دماسنج گوشی استفاده کرد.

از پنج سالگی به بالا: پس از چهار سالگی، بیشتر کودکان قادر به نگاه داشتن دماسنج دیجیتال دهانی در زیر زبان خود برای کوتاه مدت هستند. زمانی که کودک به سن مدرسه رسید، پزشکان استفاده از درجه دهانی را ترجیح می‌دهند.

برای تکمیل توضیحات در مورد انواع دماسنج‌هایی که برای سنجش درجه حرارت بدن استفاده می‌شود می‌توانید از مطالب زیر استفاده نمائید:

انواع جدید دماسنج

دماسنج شیشه‌ای: معمول‌ترین دماسنج است که جیوه‌ای بوده و به شکل دهانی و مقعدی وجود دارد.

دماسنج دیجیتال: دماسنج‌های دیجیتال الکترونیک که دارای باتری‌های دکمه‌ای هستند، از حس‌گرهای حرارتی الکترونیک برای ثبت دمای بدن استفاده می‌کنند. با این دماسنج‌ها می‌توان دمای بدن را از طریق مقعد یا زیر بغل در مدت 30 ثانیه یا کمتر اندازه‌گیری کرد. برخی انواع که دارای جلدی یک بار مصرف هستند پس از مصرف به دور افکنده می‌شود، که از نظر بهداشتی مناسب‌تر هستند. بیشتر دماسنج‌های دیجیتال پس از اندازه‌گیری درجه حرارت، بوق می‌زنند. نتیجه به صورت

عددی بر روی صفحه‌ای که در قسمت بالایی دسته دماسنج قرار دارد، ظاهر می‌شود. دماسنج‌های دیجیتالی بسیار سریع‌تر از انواع شیشه‌ای و معمولاً دقیق‌تر هستند. دماسنج دیجیتال پستانکی: دماسنج‌های دیجیتال پستانکی برای کودکان زیر دو سال و نوپایان به ویژه کودکانی که پستانک می‌خورند، مناسب هستند. این دماسنج‌ها نیز مانند سایر دماسنج‌های دیجیتال، کار می‌کنند. برای کار با این دماسنج، کودک باید آن را بدون حرکت به اطراف به مدت سه دقیقه در دهان نگاه دارد.



نوار درجه حرارت: این نوارها حاوی کریستال مایع هستند که با تغییر رنگ، درجه حرارت را نشان می‌دهد. گرچه کاربرد آنها آسان است، اما دقیق نیستند. این نوارها نشان می‌دهند که آیا کودک شما تب بالای $38/9$ درجه سانتی‌گراد یا بالاتر دارد یا خیر. برای خواندن دقیق دمای بدن کودکان، باید از دماسنج دیجیتالی استفاده کنید.

فعالیت ۶



با جمع‌بندی نظرات هنرجویان و اندازه‌گیری دمای بدن با دماسنج زیر بغل و مشارکت آنها، نحوه مراقبت از کودک تب دار و اقدامات لازم در این مورد و استفاده از شکل ۶ را با آنها گفت‌وگو کنید و معیارهای بازگشت کارکنان و کودکان به مرکز پیش از دبستان پس از بهبودی (داشتن برگه اجازه پزشکی، از بین رفتن علائم واگیرداری، انجام آزمایش در صورت نیاز) را بررسی کنید. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی، مراقبت از یک بیماری واگیردار مانند سرماخوردگی و شپش سر را با یک موقعیت شبیه‌سازی شده در کارگاه به صورت اجرای نمایش تمرین کنند.

۷-۳- هدف توانمندسازی: مراحل ارجاع کودک بیمار را شرح دهد.

فعالیت ۱



برای سنجش اطلاعات هنرجویان از آنچه تاکنون در مورد بیماری‌های کودکان و مراقبت آنها آموخته‌اند، از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی، دو کودک فرضی را در نظر بگیرند که یکی از این دو از سردرد شکایت می‌کند و دیگری شیرخواری است که ناگهان دچار تشنج می‌شود. از آنها سؤال کنید واکنش آنها در برابر این دو چگونه است و این واکنش‌ها چه تفاوت‌هایی با هم دارند. در مورد، مهم‌ترین اقدامی که در برابر وضعیت هر کودک انجام می‌دهند با یکدیگر گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. سپس با نتیجه‌گیری از نظرات هنرجویان و با مشارکت آنها تعریفی از ارجاع و هدف ارجاع ارائه دهید.

فعالیت ۲



با جمع‌بندی نتایج فعالیت ۲، با مشارکت هنرجویان در مورد اقدامات لازم جهت ارجاع کودک بیمار گفت‌وگو کنید و هنرجویان را برای نوشتن داستانی در مورد ارجاع یک بیمار به مراکز درمانی با استفاده از آنچه تاکنون در این مورد آموخته‌اند، راهنمایی کنید از آنها بخواهید هر فرد از گروه، پایانی متفاوت از داستان تنظیم کند و در گروه خود ارائه دهد.

فعالیت ۳



با نتیجه‌گیری از نظرات هنرجویان، با آنها در مورد گزارش دهی و اهمیت آن در کنار ارجاع گفت‌وگو کنید. نکات مهم در نوشتن گزارش را با آنها به بحث بگذارید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی از نحوه گزارش دهی وضعیت یک کودک بیمار، بروشوری تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند. بروشورهای تهیه شده را در کتابخانه کلاس جهت استفاده سایر هنرجویان قرار دهید.

۸ - ۳ - هدف توانمندسازی: گزارشی از مراحل ارجاع بیمار ارائه دهید.

فعالیت ۴



با مشارکت هنرجویان مطالب درس گذشته در مورد گزارش‌نویسی را مرور کنید و با نتیجه‌گیری از آنها در مورد موارد مربوط به ارائه گزارش گفت‌وگو کنید. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی فرم خلاصه وضعیت زیر را برای یک کودک مبتلا به بیماری واگیردار و یک کودک مبتلا به یک بیماری مزمن که قصد ارجاع آنها را به پزشک دارید، تکمیل کنند.

فعالیت ۵



با هماهنگی بازدیدی از یک مرکز درمانی کودکان ترتیب دهید و از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی گزارشی از وضعیت یک کودک بیمار با استفاده از فرم نمونه فرم پیشنهادی (جدول ۱) تهیه کنند و در کلاس ارائه دهند. می‌توانید برای تکمیل توضیحات در این مورد از فرم صفحه بعد استفاده نمائید.

دانستنی‌های
هنرآموز



عنوان فعالیت: اهمیت آشنایی با یک بیماری		
آنچه یاد گرفتیم	آنچه می‌خواهیم بدانیم	آنچه می‌دانیم (اطلاعات قبلی)

ستون اول: این ستون حاوی اطلاعات قبلی و تجارب هنرجو است.
 ستون دوم: بعد از تفکر پیرامون عنوان فعالیت در ذهن هنرجو می‌آید و سؤالاتی را
 برای او مطرح کنید تا با هم کلاسی‌های خود درباره آن بحث کند.
 ستون سوم: بعد از جمع‌بندی نظرات گروه و ارائه درس توسط هنرآموز تکمیل
 می‌گردد.

واحد یادگیری ۴: نظارت بر تغذیه سالم کودک

این قسمت چهارمین واحد یادگیری درس مراقبت از سلامت کودک است. زمان آموزش ۶۰ ساعت است که به صورت ۲۴ ساعت نظری و ۳۶ ساعت عملی تدریس می‌شود.

بسته یادگیری این واحد یادگیری شامل کتاب درسی، کتاب راهنمای هنرآموز، کتاب همراه هنرجو، فیلم آموزشی و پوستر آموزشی می‌باشد. مسیر یادگیری و ساعت آموزشی هر مرحله از این واحد یادگیری با احتساب ۶۰٪ عملی و ۴۰٪ نظری است. **کلید واژه‌ها:** تغذیه، گروه‌های غذایی، برنامه غذایی، کنترل بهداشتی مواد غذایی، طبخ بهداشتی مواد غذایی

ابزار: پوستر، آئین‌نامه‌های بهداشتی، جداول غذایی
فضا: کلاس، کارگاه آموزشی، فضای باز، مهدکودک

۱-۴- هدف توانمندسازی: گروه‌های غذایی را شرح دهد.

ابتدا مراحل واحد یادگیری نظارت بر تغذیه سالم کودک را با ذکر ساعات علمی و عملی آن معرفی کنید. سپس با طرح موضوع کنترل برنامه غذایی کودک، درس را آغاز نمایید. هنرجویان را به مشاهده شکل ۱ هدایت کنید تا با شرکت در گروه‌های کلاسی به گفت‌وگو در مورد تأثیر غذا بر سلامتی بپردازند. این فعالیت یک فعالیت ذهن‌انگیزی است که با تصویرخوانی و بحث و گفت‌وگو در مورد آنها انجام می‌شود. از آنها بخواهید مطالب را جمع‌بندی نمایند و در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، به توضیح علم تغذیه، غذا و مواد مغذی آن با استفاده از نمودار ۱ و نمودار ۲ بپردازید.

فعالیت ۱



از هنرجویان بخواهید با توجه به نمودار ۱ و ۲ یادآوری توضیحات مواد مغذی، در مورد درشت‌مغذیها و ریزمغذیهای مواد غذایی مصرفی روزانه خود در گروه‌های کلاسی گفت‌وگو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با مشارکت آنها، نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و موضوع گروه‌های غذایی را برای تکمیل توضیحات مطرح نمایید.

فعالیت ۲



فعالیت ۳



با نتیجه‌گیری از فعالیت ۲، از هنرجویان بخواهید به نمودار ۳ (گروه‌های غذایی) توجه کنند و نظرات خود در مورد این نمودار را ارائه دهند. با مشارکت آنها به توضیح گروه‌های غذایی و مواد مغذی آنها بپردازید. با در نظر گرفتن نوع تغذیه منطقه محل سکونت خود در مقابل هر گروه غذایی، نام مهم‌ترین منابع غذایی آن گروه در غذای منطقه خود را بنویسند و مهم‌ترین مواد مغذی که توسط آن غذاها تأمین می‌شود را مشخص کنند. همچنین چهار ماده غذایی از گروه متفرقه را که کودکان در منطقه آنها بیشتر مصرف می‌کنند نام ببرند و نکات تغذیه‌ای مثبت و منفی این مواد غذایی را مشخص کنند. برای دانستنی‌های بیشتر در مورد چربی‌ها از مطالب صفحه بعد می‌توانید استفاده کنید.

دانستنی‌های
هنرآموز



چربی یک درشت مغذی است که میزان انرژی آن در هر گرم تقریباً ۲ برابر کربوهیدرات و پروتئین است. بنابراین مصرف آن باید در حد اعتدال باشد چون خطر اضافه وزن و چاقی را افزایش می‌دهد. در عین حال اگر غذایی چربی‌ها و سایر مواد مغذی ضروری را نداشته باشد با ایجاد سیری و تأخیر در تخلیه معده احتمال دریافت مواد مغذی ضروری را کم می‌کند. در عین حال نشان داده شده است که مصرف زیاد چربی‌های اشباع و نیز مصرف چربی‌های ترانس که در اثر فراوری روغن (هیدروژنه کردن) ایجاد می‌شوند، خطر بیماری‌های قلبی - عروقی و بعضی سرطان‌ها را بیشتر می‌کند.

۲-۴- هدف توانمندسازی: اصول تنظیم برنامه غذایی یک روزانه را توضیح دهید.

فعالیت ۴



برای انجام این فعالیت از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی خود در مورد چگونگی تنظیم برنامه غذایی سالم گفت‌وگو کنند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات آنها، توجه آنها را به نمودار ۴ که مربوط به اصول تنظیم برنامه‌های غذایی است، هدایت کنید و از آنها بخواهید نظرات خود را در مورد این سه اصل ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات و با مشارکت آنها به توضیح اصول پایه و استفاده از جدول ۱ (گروه‌های غذایی اصلی، مهم‌ترین مواد مغذی و منابع غذایی آنها جهت راهنمای انتخاب مواد غذایی روزانه) در تنظیم برنامه غذایی بپردازید.

فعالیت ۵



از هنرجویان سؤال نمائید چه عواملی در تنظیم برنامه غذایی در یک مرکز پیش‌دبستانی مؤثر می‌باشند. با مشارکت آنها به توضیح سه عامل مهم آن بپردازید و از آنها بخواهید با در نظر گرفتن برنامه غذایی خود جدول مربوط را تکمیل نمایند. سپس دلایلی برای چرایی رعایت اصول برنامه غذایی در برنامه‌ریزی غذایی خود ارائه دهند و پیشنهاداتی برای بهبود برنامه غذایی‌شان در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۶



با نتیجه‌گیری از فعالیت ۵، در مورد رهنمودهای غذایی ده‌گانه با آنها گفت‌وگو کنید و از آنها بخواهید برنامه غذایی خود را که در جدول مربوط در فعالیت ۶ تکمیل کرده بودند با توجه به این رهنمودها ارزیابی کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.

۳-۴- هدف توانمندسازی: با توجه به اصول تنظیم برنامه‌های غذایی، یک برنامه غذایی روزانه برای مهد کودک طراحی کند.

هدف این فعالیت تقویت مهارت هنرجویان برای طراحی یک برنامه غذایی مناسب و متعادل برای یک مرکز پیش دبستانی می‌باشد. بنا براین در مورد جدول ۲ که نمونه یک برنامه غذایی هفتگی برای کودکان پیش دبستانی است با هنرجویان گفت‌وگو کنید و از آنها بخواهید با بررسی این جدول سؤالات مربوط به این فعالیت را انجام دهند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند. با ارائه برنامه پیشنهادی بر اساس تغذیه بومی منطقه، نکات مهم در برنامه‌ریزی غذایی مراکز پیش از دبستان و تجهیز محل غذاخوری و وسایل ضروری برای صرف غذا را با آنها گفت‌وگو کنید. سپس توجه آنها را به جدول ۳ که مربوط به توزیع گروه‌های غذایی برای صبحانه و ناهار کودکان پیش دبستانی است، جلب نمائید و در مورد این جدول با آنها گفت‌وگو کنید.

فعالیت ۷



در گروه‌های کلاسی، با نتیجه‌گیری از فعالیت ۷ و بر اساس آنچه تاکنون در مورد گروه‌های غذایی و طراحی برنامه غذایی کودکان آموخته‌اند، برنامه غذایی سالم هفتگی برای کودکان ۵-۶ ساله یک مرکز پیش از دبستان در منطقه خود تهیه کنند و به سؤالات مربوط در این خصوص پاسخ دهند. با مشارکت آنها نظراتشان را جمع‌بندی کنید.

فعالیت ۸



۴-۴- هدف توانمندسازی: کنترل بهداشتی مواد غذایی را توضیح دهد.

با طرح موضوع کنترل بهداشتی مواد غذایی و ارائه راهنمایی‌های لازم به هنرجویان از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی، در مورد ویژگی‌های مواد غذایی سالم و روش‌های نگهداری آنها گفت‌وگو کنند. نتیجه را در کلاس ارائه دهند. سپس با جمع‌بندی نظرات آنها و با توجه به شکل ۱ در مورد بهداشت مواد غذایی و استفاده از نمودار ۱ در مورد عوامل تأثیرگذار بر فساد مواد غذایی توضیح دهید.

فعالیت ۱



با توجه به مهم بودن موضوع فساد مواد غذایی از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی با توجه به نمودار ۱ در مورد عوامل تأثیرگذار بر فساد مواد غذایی گفت‌وگو کنند. سپس نظرات آنها را جمع‌بندی کنید.

فعالیت ۲



۱- فیلم مربوط به این موضوع که شامل بهداشت مواد غذایی، شرایط نگهداری و مواد غذایی سالم و ناسالم را برای هنرجویان نمایش دهید.

فعالیت ۳



در مورد دسته‌بندی مواد غذایی از نظر فساد پذیری با هنرجویان گفت‌وگو کنید و از آنها بخواهید با مطالعه موقعیت مسئول خرید مهد کودک و اطلاعات و تجربیات خود به سؤالات مورد نظر پاسخ دهند و نظرات خود را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۴



با نتیجه‌گیری از فعالیت ۳ و نمودار ۲، در مورد راهکارهای ارائه شده هنرجویان در این مورد با مشارکت آنها و با استفاده از جدول او ۲، در مورد روش‌های پیش‌گیری از آلودگی و فساد مواد غذایی توضیح دهید. سپس در مورد رعایت اصول بهداشتی برای جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی با آنها گفت‌وگو کنید. از آنها بخواهید براساس جدول مربوط به بازدید از آشپزخانه منزل خود، گزارشی از رعایت اصول بهداشتی برای جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی ارائه دهند.

۵-۴- هدف توانمندسازی: وضعیت بهداشتی مواد غذایی را به مدیر مرکز گزارش دهد.

فعالیت ۵



در مورد نکات مهم در تغذیه کودکان پیش از دبستان با هنرجویان گفت‌وگو کنید و از آنها بخواهید تجربیات خودشان را در این مورد در کلاس ارائه دهند. سپس با همکاری اعضای گروه خود از بوفه هنرستان بازدید کنند و گزارشی از مصاحبه با مسئول بوفه، با موضوع کنترل وضعیت بهداشت مواد غذایی در کلاس ارائه دهند. همچنین گزارشی از وضعیت کنترل بهداشت مواد غذایی بوفه هنرستان بر اساس فرم مربوط، تهیه کنند.

فعالیت ۶



هنرجویان با توجه به نمونه جدول ۴ گزارشی از وضعیت بهداشت مواد غذایی در منزل خود مطابق الگو تهیه کنند و آن را در کلاس ارائه دهند.

۶-۴- هدف توانمندسازی: طبخ بهداشتی مواد غذایی را توضیح دهد.

فعالیت ۱



با طرح موضوع طبخ بهداشتی مواد غذایی و با مروری بر آنچه تاکنون هنرجویان در مورد مواد غذایی آموخته‌اند، از آنها بخواهید به نمودار ۱ که روند نمای تهیه و طبخ مواد غذایی می‌باشد توجه کنند و بر اساس آن مراحل طبخ غذای مورد علاقه خود را بر اساس این روند نما در جدول مربوط یادداشت کنند.

فعالیت ۲



با جمع‌بندی فعالیت ۱، با مشارکت آنها به توضیح مرحله ۱ (انتخاب و تهیه مواد غذایی) و نمودار (نکات بهداشتی در تهیه مواد غذایی) بپردازید. سپس در مورد نکات مهم برای شناسایی مواد غذایی سالم از ناسالم هنگام انتخاب مواد غذایی بسته‌بندی شده توضیح دهید. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی، یک محصول غذایی بسته‌بندی شده را در نظر بگیرند و با توجه به آن، موارد خواسته شده را انجام دهند.

فعالیت ۳



مرحله ۲، (آماده سازی مواد غذایی) روند نما را به آنها یادآوری نمائید و در مورد نکات بهداشتی مربوط به آن با توجه به شکل های ۱ تا ۸ با هنرجویان گفت‌وگو کنید. سپس از آنها بخواهید به روند نمای طبخ غذای مورد علاقه خود مراجعه کنند و نکات بهداشتی که هنگام آماده سازی این غذا باید رعایت کنند را یادداشت کنند.

فعالیت ۴



مرحله ۳، (طبخ مواد غذایی) روند نما را به هنرجویان یادآوری نمائید. از آنها بخواهید به جداول ۱، ۲ و ۳ توجه کنند. با مشارکت آنها در مورد موارد مربوط به این جدول‌ها و نکات بهداشتی در طبخ و سرو غذا گفت‌وگو کنید. سپس آنها با مراجعه به روندنمای طبخ غذای مورد علاقه خود، نکات بهداشتی که هنگام طبخ این غذا باید رعایت کنند را یادداشت کنند.

فعالیت ۵



مرحله ۴ (نگهداری مواد غذایی) روند نما را به هنرجویان یادآوری نمائید. از آنها بخواهید به جدول ۴ و ۵ که مربوط به شیوه‌های نگهداری کوتاه مدت و درازمدت مواد غذایی است، توجه کنند. با مشارکت آنها در مورد موارد مربوط به این جدول‌ها و نکات بهداشتی در نگهداری مواد غذایی گفت‌وگو کنید. سپس آنها با مراجعه به روند نمای طبخ غذای مورد علاقه خود، نکات بهداشتی لازم برای نگهداری مواد غذایی را یادداشت کنند.

فعالیت ۶



مرحله ۵ (توزیع و مصرف مواد غذایی) روند نما را به هنرجویان یادآوری نمائید و در مورد نکات بهداشتی در توزیع و مصرف مواد غذایی با آنها گفت‌وگو کنید. سپس از آنها بخواهید موقعیت مطرح شده در این فعالیت را مطالعه کنند و در گروه‌های کلاسی به سؤالات مربوط پاسخ دهند. نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و توجه آنها را به نگهداری بهداشتی مواد غذایی باقی مانده جلب کنید.

فعالیت ۷



موقعیت یک مهد کودک را برای هنرجویان ترسیم کنید که بعد از توزیع و مصرف ناهار، مقداری مواد غذایی قابل استفاده باقی می‌ماند. از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی در مورد نکات بهداشتی برای نگهداری این مواد غذایی گفت‌وگو کنند. سپس با مشارکت آنها اهمیت این نکات بهداشتی را توضیح دهید و توجه آنها را به مواد غذایی استفاده شده و پس مانده‌های غذایی جلب کنید.

فعالیت ۸



با توجه به موقعیت بالا از هنرجویان بخواهید در مورد نکات بهداشتی دور ریزهای مواد غذایی گفت و گو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۹



از هنرجویان بخواهید با جمع بندی آنچه براساس روند نمای دور ریز مواد غذایی آموخته اند و با جست و جو در منابع علمی بروشوری تهیه و در کلاس ارائه دهند. بروشورها را در کتابخانه تخصصی کلاس جهت استفاده سایر هنرجویان قرار دهید.

۷-۴- هدف توانمندسازی: گزارشی از وضعیت طبخ بهداشتی مواد غذایی یک مهد کودک بر اساس آیین نامه های بهداشتی تهیه کند.

فعالیت ۱۰



ابتدا در مورد موارد مربوط به الگوی تهیه گزارش از وضعیت طبخ بهداشتی مواد غذایی در یک محل عرضه عمومی مواد غذایی مثل یک مهد کودک با هنرجویان گفت و گو نمایید. سپس با هماهنگی و به اتفاق هنرجویان بازدیدی آموزشی از یک مرکز پیش دبستانی ترتیب دهید و از آنها بخواهید گزارشی از وضعیت طبخ بهداشتی مواد غذایی تهیه کنند و گزارش آن را در کلاس ارائه دهند. نمونه فرم ها را به آنها برای تهیه گزارش معرفی کنید.

فعالیت ۱۱



با هماهنگی اولیاء هنرستان، یک روز را به عنوان جشن غذای کودک تعیین کنید. از هنرجویان بخواهید با توجه به اصول بهداشتی مراحل طبخ مواد غذایی و فرهنگ بومی خود یک نوع غذا در منزل آماده و در جشنواره ارائه دهند. می توانید از والدین آنها دعوت کنید در این مراسم حضور داشته باشند.

واحد یادگیری ۵:

انجام کمک‌های اولیه به هنگام بروز حوادث

این قسمت پنجمین واحد یادگیری درس مراقبت از سلامت کودک است. این واحد شامل ۶۰ ساعت آموزش است که به صورت ۲۴ ساعت نظری و ۳۶ ساعت عملی تدریس می‌شود. آموزش در کلاس درس، کارگاه بهداشت و ایمنی و بازدید از مراکز درمانی انجام می‌شود.

بسته یادگیری این واحد یادگیری شامل کتاب درسی، نرم‌افزار، فیلم آموزشی، پوسترهای آموزشی، کتاب همراه هنرجو و راهنمای هنرآموز می‌باشد. مسیر یادگیری و ساعت آموزشی هر مرحله از این واحد یادگیری با احتساب ۶۰٪ عملی و ۴۰٪ نظری است.

کلید واژه‌ها: کمک‌های اولیه، آسیب دیدگی، حادثه، خفگی، ایست قلبی، خونریزی، زخم، مسمومیت، جعبه کمک‌های اولیه، مصدوم، حمل مصدوم
ابزار: وسایل، پوستر، تصاویر، فیلم آموزشی، کتاب هنرجو و راهنمای هنرآموز، کارگاه ایمنی بهداشت، جعبه کمک‌های اولیه، همه وسایل کمک‌های اولیه
فضا: کلاس، کارگاه بهداشت و ایمنی، مراکز بهداشتی - درمانی و سایت

۱-۵- هدف توانمندسازی: انواع آسیب دیدگی را توضیح دهد.

از هنرجویان بخواهید شکل ۱ را مشاهده کنند و آنها را هدایت کنید در گروه‌های کلاسی نام آسیب دیدگی‌ها را زیر هر شکل بنویسند (شکل‌ها به ترتیب از راست به چپ خراشیدگی / کوفتگی / شکستگی / سوختگی) سپس در مورد هر یک از آنها گفت‌وگو کنند و نتیجه را جمع‌بندی نمایند و در کلاس ارائه دهند. با جمع‌بندی نظرات هنرجویان، به توضیح انجام کمک‌های اولیه با مشارکت آنها بپردازید آسیب دیدگی را توضیح دهید عوامل ایجادکننده آسیب و انواع آنها را با هنرجویان به بحث بگذارید. جدول انواع آسیب‌ها و علل آنها را به هنرجویان نشان دهید و در مورد آن توضیح دهید.

فعالیت ۱



فعالیت ۲



با نمایش شکل ۲ هنرجویان را برای انجام این فعالیت و گفت و گو در مورد آن هدایت کنید. نتیجه را در کلاس ارائه دهند. با جمع بندی نتایج به توضیح حادثه و انواع آن و راه‌های پیشگیری از آنها بپردازید. از هنرجویان بخواهید در بحث‌ها مشارکت نمایند بهتر است توضیح این قسمت‌ها با نشان دادن فیلمی از انواع حوادث همراه باشد.

فعالیت ۳



هنرجویان را برای انجام فعالیت ۳ راهنمایی کنید. آنها را تشویق کنید تا در مورد عوامل خطر آفرین و روش پیشگیری از آنها گفت و گو کنند و نتیجه را ارائه دهند. جمع بندی نتایج گفت و گوها را داخل پوشه‌ای در کلاس بایگانی کنید.

۲-۵- هدف توانمندسازی: انواع آسیب دیدگی را تعیین کند.

برای آموزش تعیین انواع آسیب دیدگی‌ها دو روش (موقعیت شبیه سازی شده و نمایش فیلم) را در کلاس تمرین کنید. از یک حادثه مانند بریدگی دست با چاقو و یا زخم در اثر زمین خوردن یک موقعیت شبیه سازی طراحی و به کمک هنرجویان اجرا کنید.

روش دوم: فیلمی در مورد ریختن آوار یا زلزله نمایش دهید از هنرجویان بخواهید در مورد آن گفت و گو کنند و نتایج را ثبت کنند.

فعالیت ۴



از هنرجویان بخواهید این فعالیت را در مورد آسیب‌های مختلف با مشارکت گروه‌های کلاسی طراحی و اجرا کنند. از فعالیت‌های اجرا شده ارزشیابی به عمل بیاورید.

۳-۵- هدف توانمندسازی: وسایل مورد نیاز در کمک‌های اولیه را توضیح دهد.

فعالیت ۱



از هنرآموزان بخواهید با مشاهده شکل ۱ در مورد وسایل داخل جعبه کمک‌های اولیه گفت و گو کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند. پس از جمع بندی نظرات هنرجویان، وسایل درون جعبه کمک‌های اولیه را نشان دهید و در مورد کاربرد آنها گفت و گو کنید. فرق بین وسایل داخل جعبه در مکان‌های مختلف را با نشان دادن وسایل آنها یا فیلم نشان دهید. تأکید بر توجه به تاریخ مصرف وسایل داخل جعبه در زمان استفاده ضروری است.

فعالیت ۲



در این فعالیت از هنرجویان بخواهید تا جدول را تکمیل کنند.

۴-۵- هدف توانمندسازی: وسایل مورد نیاز برای انجام کمک‌های اولیه را آماده نماید.

برای آماده کردن وسایل مورد نیاز انجام کمک‌های اولیه دو نکته ضروری را توضیح دهید و سپس تصاویر انواع آسیب را نشان دهید از هنرجویان بخواهید تا برای آسیب‌های مورد نظر وسایل انجام کمک‌ها را تهیه کنند. سپس از آنها بخواهید وسایل را برای آسیب‌های دیگری که هنرجویان پیشنهاد می‌کنند آماده کنند.

فعالیت ۳



هنرجویان را هدایت کنید برای تهیه جعبه کمک‌های اولیه منزلشان (راهنمایی مراکز تهیه وسایل پزشکی) اقدام کنند و نتیجه را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۴



این فعالیت هنرجویان را با شرایط واقعی روبه‌رو می‌کند تا در مورد یک حادثه وسایل مورد نیاز برای آن را شناسایی کنند و جدول را تکمیل نمایند. با مثال‌های دیگر می‌توانید تمرین را ادامه دهید.

فعالیت ۵



۵-۵- هدف توانمندسازی: علائم حیاتی را شرح دهد.

نبض

در شروع بحث نبض با هدایت هنرجویان به انجام این فعالیت و جمع‌بندی نظرات آنها درس نبض را شروع کنید.

فعالیت ۱



پوستر محل‌های اندازه‌گیری نبض را نمایش دهید سپس از هنرجویان بخواهید آنها را روی یکی از دوستان خود نشان دهند. اجازه دهید این کار را با دوستان خود تمرین کنند.

نکات لازم در اندازه‌گیری نبض را توضیح دهید. جدول تعداد نبض متناسب با سن را نشان دهید و درمورد آن توضیح دهید. حتماً تأکید کنید که نبض یک دقیقه کامل با ساعت ثانیه شمار اندازه گرفته شود.

بعد از تمرین و شناخت محل‌های اندازه‌گیری نبض این جدول توسط هنرجویان تکمیل شود.

فعالیت ۲



روش کنترل نبض را با توضیحات به صورت نمایش فیلم و اجرای عملی روی ماکت انسان و نوزاد نمایش دهید. سپس روی یکی از هنرجویان به اجرا در آورید. محل اندازه گیری نبض در نوزادان را روی ماکت نشان دهید. از هنرجویان بخواهید تا با همدیگر روش اندازه گیری نبض را تمرین کنند.

تنفس

فعالیت ۳



در شروع بحث تنفس با هدایت هنرجویان به انجام این فعالیت و بررسی پاسخ سؤالات و جمع بندی آنها درس تنفس را شروع کنید. نکات لازم در اندازه گیری تنفس را توضیح دهید. جدول تعداد تنفس متناسب با سن را نشان دهید و درمورد آن توضیح دهید. حتما تأکید کنید که تنفس یک دقیقه کامل با ساعتی که ثانیه شمار داشته باشد اندازه گرفته شود. روش کنترل تنفس را با توضیحات به صورت نمایش فیلم و اجرای عملی روی ماکت انسان و نوزاد نمایش دهید. سپس روی یکی از هنرجویان به اجرا در بیاورید. محل اندازه گیری تنفس نوزادان با مشاهده بالا و پایین رفتن عضلات شکم با نمایش فیلم یا پوستر نشان دهید. از هنرجویان بخواهید تا با همدیگر روش اندازه گیری تنفس را تمرین کنند.

فعالیت ۴



در شروع بحث درجه حرارت با هدایت هنرجویان به انجام این فعالیت و بررسی پاسخ سؤالات و جمع بندی نظرات آنها درس درجه حرارت را شروع کنید. مرکز کنترل حرارت بدن را با نشان دادن پوستر توضیح دهید.

نمودار ۱ راه های کنترل دمای بدن را به نمایش بگذارید. مقدار طبیعی دمای بدن را با دماسنج جیوه ای به هنرجویان نشان دهید. انواع دماسنج جیوه ای و دیجیتالی را با روش کاربردشان با نشان دادن فیلم و پوستر نشان دهید. روش کنترل دمای بدن را با توضیحات به صورت نمایش فیلم و اجرای عملی با دماسنج جیوه ای روی ماکت انسان و نوزاد نمایش دهید. سپس به کمک یکی از هنرجویان به صورت عملی نشان دهید. از هنرجویان بخواهید تا با همدیگر روش اندازه گیری دمای بدن را تمرین کنند. توصیه کنید برای جلوگیری از آلودگی ها از حرارت سنج های شخصی استفاده شود.

فعالیت ۵



در شروع بحث فشارخون با هدایت هنرجویان به انجام این فعالیت و بررسی پاسخ سؤالات و جمع بندی آنها درس فشارخون را شروع کنید. چگونگی به وجود آمدن فشار خون و دامنه های آن را توضیح دهید.

پوستره‌های انواع دستگاه کنترل فشارخون بدن را نشان دهید. مقدار طبیعی فشارخون را با فشارسنج جیوه‌ای به هنرجویان نشان دهید. انواع فشارسنج جیوه‌ای و دیجیتالی را با روش کاربردشان با نشان دادن فیلم و پوستر نشان دهید. روش کنترل فشارخون را با توضیحات به صورت نمایش فیلم و اجرای عملی با فشارسنج جیوه‌ای روی ماکت انسان نمایش دهید. سپس به کمک یکی از هنرجویان به صورت عملی نشان دهید.

از هنرجویان بخواهید تا با همدیگر روش اندازه‌گیری فشارخون را تمرین کنند.

هنرجویان را هدایت کنید در گروه‌های کلاسی یکی از علائم حیاتی گفته شده را انتخاب نمایند و در مورد اهمیت آن در ارزیابی وضعیت سلامت فرد از منابع علمی جست‌وجو کنند و نتیجه را به صورت بروشور ارائه دهند.

فعالیت ۶



۶-۵- هدف توانمندسازی: علائم حیاتی را اندازه‌گیری کند.

برای انجام فعالیت‌های ۷، ۸، ۹، ۱۰، فیلم روش‌های اندازه‌گیری علائم حیاتی بدن را نمایش دهید. هنرجویان را هدایت کنید بعد از نمایش فیلم، در گروه‌های کلاسی تمرین موردنظر را روی ماکت انجام دهند سپس فعالیت مربوطه را با توجه به تمرینات خود با هم کلاسی‌هایشان انجام دهند. نتایج را ثبت کنند و با همدیگر مقایسه کنند.

فعالیت ۷، ۸، ۹، ۱۰



هنرجویان را هدایت کنید هر کدام با وسایلی که در منزل دارند علائم حیاتی اعضای خانواده خود را کنترل کنند و در جدول ثبت نمایند و در کلاس ارائه دهند. در مورد نتایج گفت‌وگو کنید.

فعالیت ۱۱



۷-۵- هدف توانمندسازی: روش‌های ارزیابی وضعیت مصدوم را توضیح دهد.

این فعالیت برای معرفی و آشنایی با هدف درس است. با مشاهده تصاویر موردنظر، گروه‌های کلاسی را به بحث و گفت‌وگو هدایت کنید. با جمع‌بندی نظرات گروه‌های کلاسی در این مورد، سطح اطلاعات هنرجویان مشخص می‌شود. سپس با این جمع‌بندی موضوع ارزیابی وضعیت مصدوم را در کلاس به بحث بگذارید و با نمایش نمودار... موارد مورد بحث در ارزیابی وضعیت مصدوم را با مشارکت هنرجویان توضیح دهید و از نظرات آنها در جمع‌بندی استفاده نمایید.

فعالیت ۱



تأکید کنید در حین ارزیابی های مصدوم جهت تماس با مرکز اورژانس و درخواست کمک های پیشرفته تر، توسط خود یا اطرافیان باید سریعاً اقدام گردد.

فعالیت ۲



این فعالیت برای تمرین و تأکید بیشتر است. هنرجویان را هدایت کنید تا آسیب هایی که در مردمک چشم ها تغییرات ایجاد می کنند و خطر آفرین هستند را در جدول فهرست کنند. در این قسمت با چراغ قوه تغییرات چشم را در برابر نور تمرین کنید.

فعالیت ۳



این فعالیت برای تمرین بیشتر است. هنرجویان را هدایت کنید نحوه ارزیابی وضعیت مصدوم و تغییرات کلی بدن در مصدوم را دوباره بررسی کنند و جدول را تکمیل نمایند.

فعالیت ۴



اولویت بندی کمک رسانی به بیماران را با هنرجویان تمرین کنید. و به طور مثال در یک تصادف اولین امدادگری که به محل حادثه می رسد باید دسته بندی را انجام دهد. اگر امدادگر زمانی به محل حادثه رسید که دسته بندی انجام شده بود باید فوراً به سراغ آنهایی که برچسب قرمز دارند برود. در صورتی که مصدومی با برچسب قرمز وجود نداشت باید به آنهایی که برچسب زرد و سپس به افرادی که برچسب سبز دارند کمک کند. انجام تریاژ سبب می شود که در یک سانحه بزرگ، که مصدومین زیادند، از نظر انسانی عدالت و مساوات رعایت شود و از نظر علمی و پزشکی اصول صحیح مراقبت به درستی اعمال گردد. در این صورت مصدومین دچار ضایعات و عوارض کمتری خواهند شد.

سپس ضرورت و اهمیت قرار دادن مصدوم در وضعیت بهبود را به هنرجویان توضیح دهید و با نمایش فیلم یا با یک ماکت کودک مراحل انجام آن را به هنرجویان آموزش دهید.

فعالیت ۵



برای تمرین بیشتر هنرجویان را هدایت کنید تا یک بار دیگر مراحل ارزیابی وضعیت مصدوم را در کارگاه روی ماکت تمرین کنند.

۸-۵ هدف توانمندسازی:

وضعیت مصدوم را ارزیابی کند.

برای ارزیابی وضعیت مصدوم، انجام تریاژ و قراردادن در حالت بهبود به دو روش (موقعیت شبیه سازی شده و نمایش فیلم) در کلاس اجرا کنید و اجازه دهید هنرجویان روش ها را تمرین کنند.

فعالیت ۶ و ۷



از هنرجویان بخواهید فعالیت ۶ و ۷ را که یک فعالیت عملی است با مشارکت گروه‌های کلاسی طراحی و اجرا کنند. از فعالیت‌های اجرا شده ارزشیابی به عمل بیاورید.

۹-۵- هدف توانمندسازی: کمک‌های اولیه را شرح دهد.

گروه‌های کلاسی را به گفت‌وگو در مورد انجام اقدامات لازم در وقوع حادثه هدایت کنید. با جمع‌بندی گفت‌وگوی آنها موضوع کمک‌های اولیه را توضیح دهید. با نمایش نمودار ۱ تعریف و ضرورت و اهمیت انجام کمک‌های اولیه را با مشارکت هنرجویان توضیح دهید و از نظرات آنها در جمع‌بندی استفاده نمایید.

فعالیت ۱



هنرجویان را هدایت کنید تا با توجه به ضرورت و اهمیت کمک‌های اولیه و همچنین اهداف این کمک‌ها در مورد خصوصیات امدادگر گفت‌وگو کنند و نتیجه گفت‌وگو را در کلاس ارائه دهند. سپس با جمع‌بندی نظرات آنها اقدامات لازم به هنگام وقوع حادثه را با نمایش نمودار ۴ توضیح دهید.

فعالیت ۲



هنرجویان را هدایت کنید تا در مورد اقدامات لازم یک امدادگر به هنگام وقوع حادثه با ذکر مثال مانند غرق شدن کودک در آب و... گفت‌وگو کنند و نتیجه گفت‌وگو را در کلاس ارائه دهند.

فعالیت ۳



۱۰-۵- هدف توانمندسازی: کمک‌های اولیه را به هنگام بروز حادثه اجرا کند.

برای آموزش عملی کمک‌های اولیه در انواع آسیب‌ها که در فعالیت‌های ۶ تا ۲۳ به روش زیر عمل کنید:

برای انجام فعالیت‌های ۴، ۶، ۹، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۲۰ از هنرجویان بخواهید به موقعیت‌های ارائه شده توجه کنند و در گروه‌های کلاسی در مورد آنها گفت‌وگو کنند و نتیجه را ارائه دهند. نظرات آنها را جمع‌بندی کنید و آنها را برای انجام کارهای عملی آماده کنید.

فعالیت‌ها



برای انجام فعالیت‌های ۵، ۷، ۸، ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۱۹، ۲۱ ابتدا فیلم مربوط به نوع آسیب و انجام کمک‌های اولیه مربوط به آن را برای هنرجویان نمایش دهید. سپس با ارائه توضیحات و نکات مهم در انجام کمک‌های اولیه، با کمک هنرجویان بر روی

فعالیت‌ها



ماکت هر کدام از کمک‌ها را به صورت عملی آموزش دهید. سپس از هنرجویان بخواهید در گروه‌های کلاسی به تمرین کمک‌های اولیه هر کدام از آسیب‌ها با استفاده از ماکت و هم گروهی خودشان بپردازند.

فعالیت ۲۲



بعد از تمرین کافی و رفع اشکالات هنرجویان از آنها بخواهید در گروه‌های کلاسی موقعیت شبیه‌سازی شده را طراحی و اجرا کنند و نتیجه را ارائه دهند.

یکی از روشهای کنترل خونریزی استفاده از باند نواری یا تورنیکت است: برای تکمیل توضیحات در این مورد می‌توانید از مطالب زیر استفاده کنید:

دانستنی‌های هنرآموز



این روش فقط زمانی انجام می‌شود که کوشش‌های قبلی جهت کنترل خونریزی مؤثر واقع نشود و یا در مواقعی که اندامی قطع گردیده و نگرانی درمورد از بین رفتن بافت‌های پائین‌تر از محل بستن تورنیکت نباشد.

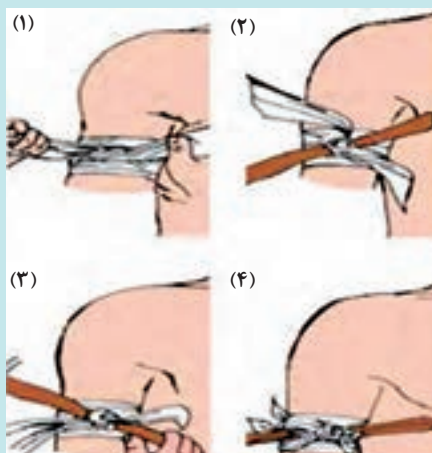
روش بستن تورنیکت:

۱ ابتدا گاز یا دستمالی بر روی بازو قرار دهید که علاوه بر نقش حفاظتی باعث افزایش فشار در آن نقطه گردد.

۲ به وسیله باند نواری دستمال فوق را ثابت کنید و سپس اهرمی مثل یک تکه چوب یا لوله یا حتی خودکار را روی آن قرار دهید و باند را بعد از قراردادن روی اهرم، گره دیگری بزنید.

۳ اهرم را به حول مرکز گره تا اندازه‌ای بچرخانید که خونریزی قطع شود در این حال اهرم را به وسیله گره ثابت کنید.

۴ زمان بستن، تورنیکت را در محلی که قابل رؤیت باشد بنویسید. به هیچ‌وجه تورنیکت را به منظور خون‌رسانی به اعضا باز نکنید. چرا که این کار کمکی نمی‌کند و تنها احتمال خطر را برای فرد بیشتر می‌کند.



روش بستن تورنیکت (شریان‌بند)

نکته



۱ اندامی که با تورنیکت بسته شده حتماً باید در معرض دید باشد .
۲ حتی در زخمهای ران و بازو تورنیکت حداقل باید ۵ سانتی متر بالاتر از آن بسته شود.

در بستن تورنیکت باید بسیار دقت کرد. چه بسا افرادی که به دلیل سهل انگاری امدادگران عضو خود را از دست داده اند . به همین دلیل استفاده از تورنیکت در بسیاری از نقاط جهان معلق مانده است و تنها در موارد خاص مورد استفاده قرار می گیرد. در بستن تورنیکت در قسمتی از اندام مثلاً دست باید توجه کرد برای جلوگیری از آسیب و قطع عضو سالم به اندازه‌ای تورنیکت را محکم کنیم که نبض احساس شود تا از تخریب عضو جلوگیری شود و حتی المقدور سعی شود از تورنیکت استفاده نشود .

دانشتنی‌های هنرآموز



سوختگی شیمیایی: سوختگی با مواد شیمیایی از جدی ترین نوع سوختگی ها بوده که در سطح کم و عمق زیادتری بدن را دچار سوختگی می نماید.
برای حذف عامل سوختگی بلافاصله لباس های آلوده را درآورده و محل را با آب فراوان شست و شو دهید. اگر مصدوم هوشیار نیست راه های هوایی، تنفس و ضربان قلب را بررسی کنید و در صورت لزوم عملیات احیا را انجام دهید.
موضع سوختگی را با آب فراوان حداقل به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه شست و شو دهید و سپس اقدامات درمانی باید همانند سوختگی با حرارت به عمل آید و مصدوم را به اولین مرکز درمانی منتقل کنید.
نکته: در صورت آلوده شدن چشم با مواد شیمیایی بهترین کار شست و شو با آب فراوان است. دقت کنید تا در موقع شست و شو آب مصرف شده از جانب بیرونی چشم خارج شود تا چشم مقابل را آلوده نکند. در صورت وجود جسم خارجی در چشم با نوک دستمال تمیز آن را به آرامی خارج کنید بعد از شست و شو، چشم را با گاز استریل پانسمان و مصدوم را منتقل کنید.

۱-۵- هدف توانمندسازی:

روش های حمل مصدوم را توضیح دهد.

در این فعالیت هنرجویان را هدایت کنید در گروه های کلاسی با توجه به موقعیت گفت و گو کنند. با جمع بندی نظرات هنرجویان اصول حمل مصدوم را با مشارکت آنها توضیح دهید.

فعالیت ۱



از هنرجویان بخواهید به نمودار، توجه کنند و در گروه های کلاسی از مشاهدات و تجربیات خود در مورد روش های حمل مصدوم گفت و گو کنند و نتیجه را ارائه دهند.

فعالیت ۲



۱۲-۵- هدف توانمندی:

حمل صحیح مصدوم را انجام دهد.

فعالیت ۳



در این فعالیت هنرجویان در، گروه‌های کلاسی در مورد نحوه صحیح حمل مصدوم با یکدیگر گفت و گو کنند. با جمع بندی نظرات آنها روش‌های حمل را توضیح دهید و با نمایش فیلم و انجام عملی انواع روش‌ها را با استفاده از ماکت نشان دهید.

فعالیت ۴



هنرجویان را هدایت کنید برای انجام این فعالیت در گروه‌های کلاسی، انواع روش‌های حمل مصدوم را اول با ماکت و سپس با کمک دوستان خود تمرین کنند.

اگر نیاز به حمل با برانکارد بود برای انجام آن از مطالب زیر استفاده کنید.

دانستنی‌های هنرآموز



حمل مصدوم به وسیله برانکارد: اگر مجبور شوید مصدوم را در مسافت طولانی با برانکارد حمل کنید، موارد زیر را رعایت کنید:

- هنگامی که مصدوم را روی برانکارد قرار دادید هر کدام از امدادگران باید در مجاورت هریک از دستگیره‌های برانکارد بایستند. (شکل ۱)
- رهبر گروه همیشه در کنار سر مصدوم در قسمت عقب برانکارد قرار گیرد.
- به جز در مواردی که مصدوم دچار شوک شده است در سایر موارد باید سر را بالاتر از تنه نگاه دارید.
- به تبعیت از یک قاعده عمومی، همیشه باید مصدوم را از طرف پا (پا در جلو و سر در عقب) حمل کنید.
- در هنگام حمل، پشت خود را صاف نگاه دارید و در کنار برانکارد زانو بزنید و کف دست‌ها رو به داخل برانکارد باشد. با دستی که به طرف برانکارد است دسته را محکم بگیرید و با فرمان سرگروه، همگی به طور یکنواخت برخیزید و در موقع ایستادن نیز تعادل برانکارد را حفظ نمایید و آن را تا سطح مناسبی بلند کنید. دست‌ها باید کاملاً کشیده و هم سطح باشند.
- با فرمان «به پیش» همه با هم حرکت کنید. یکنواخت قدم بردارید. برای این کار ابتدا باید با پایی حرکت کنید که در مجاورت برانکارد قرار گرفته است. در حالی که



شکل ۱- حمل مصدوم با برانکارد

گام‌های کوتاه برمی‌دارید برانکارد را تا حد ممکن نزدیک به بدن خود نگه دارید. □ حداقل دو حمل‌کننده آموزش دیده برای انتقال برانکارد لازم است. یکی در سمت جلو و دیگری در سمت عقب، برانکارد را حمل می‌کند. اگر برای حمل مصدوم سه نفر وجود داشته باشند، دو نفر در طرف سر و نفر سوم در طرف پا قرار می‌گیرند (شکل ۱).

هنرجویان را هدایت کنید برای انجام این فعالیت در گروه‌های کلاسی، هر کدام یک روش حمل مصدوم را در موقعیت شبیه سازی طراحی و اجرا کنند سپس مراحل آن را طبق جدول ۱ گزارش دهند.

فعالیت ۵



با هماهنگی یک مرکز اورژانس برای هنرجویان بازدیدی انجام دهید. از آنها بخواهید با دقت به اقدامات انجام شده در مرکز توجه کنند و فرم را تکمیل کنند و در کلاس ارائه دهند. گزارش‌های هنرجویان را در یک پوشه بایگانی کنید.

فعالیت ۶

