



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور
معاونت بهداشت

مدارس مروج سلامت

واحد سلامت نوجوانان ، جوانان و مدارس
شهریور ۱۳۹۲



مقدمه

■ مدارس مروج سلامت یک حرکت جهانی ست

■ منشأ و مبدأ مدارس مروج سلامت ابتکار سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۷۸
ببرنامه «سلامت برای همه تا سال ۲۰۰۰» که در سال ۱۹۹۰ با برنامه «آموزش
برای همه» یونسکو پیوند خورد

■ ۲۰۰۱ شروع مراقبت های مدرسه محور توسط سازمان جهانی بهداشت با هدف
روزآمدن نمودن اطلاعات سلامت در دانش آموزان-والدین و کارکنان مدارس

■ سال ۲۰۰۵ برگزاری نشست مشورتی کشورهای منطقه مدیترانه شرق
درخصوص طراحی شبکه مدارس مروج سلامت **

■ در ایران از بهمن ۱۳۸۶ با بستن تفاهم نامه بین دو وزارت

تعریف سلامت

- ❖ آیا سلامت و آموزش آن به طور عمده شامل موضوعاتی مانند رعایت پاکیزگی و پیشگیری از بیماریها است؟؟
- ❖ سازمان بهداشت جهانی یادآور میشود که مفهوم سلامت، فراتر از حفظ سلامت و فقدان بیماری است؛ این مفهوم شامل سلامت جسمی یعنی احساس خوب بودن و تندرستی، سلامت عاطفی، سلامت روانی و سلامت معنوی است
- ❖ سلامت یعنی بتوانیم از جسم و فکر خود به طور مؤثر و کارآمد استفاده کنیم



چقدر به این مطلب معتقدید که ارتقای سلامت مدرسه برای
زمان حال امری است ضروری و برای آینده سرمایه گذاری
محسوب می گردد؟؟؟؟



- ❖ دانش آموزان سالم بهتر درس میخوانند ، بیشتر توجه می کند
- ❖ دانش آموزان قادرند پیام های بهداشتی را به خانواده و سایر همسالان منتقل کنند
- ❖ نوجوانان آموزش دیده برای مواجهه با چالش های آینده توانمندتر هستند
- ❖ در آینده نیز جوانانی خواهند بود مطلع و آگاه دارای عزت نفس ، جرات مندی و قدرت حل مسأله
- ❖ و اینان احتمال زیاد پایبند به آموخته های خود درطول زندگی خود هستند

بنابراین ارائه آموزش ها و مراقبتها به کودکان و نوجوانان نوعی سرمایه گذاری است

چرا برنامه مروج؟؟؟؟

- نگاه جامع به همه ابعاد سلامت
- تقویت ایده «همه برای سلامت»



تعریف برنامه مروج سلامت

به منزله یک نظام برای ارتقای سلامت است

با مشارکت فعالانه اولیاء، مربیان و دانش‌آموزان

با رویکرد توانمند سازی دانش‌آموزان در زمینه مراقبت از خود، فرهنگ خودمراقبتی و آموزش همسالان و همسالان

که منجر به افزایش ظرفیت‌ها و توانمندسازی مردم در مورد سالم زندگی کردن، سالم کارکردن و آموزش با کیفیت خواهد شد.

رسالت مدارس مروج سلامت

مدیریت سلامت محور در زمینه ارائه خدمت به نوجوانان
در راستای ارتقای کیفیت زندگی این گروه سنی
با تأکید بر اقدامات پیشگیرانه منطبق با فرهنگ جامعه و متناسب
با جنسیت و مشارکت همه جانبه



هدف کلی

ترویج و استقرار مفاهیم ارتقای سلامت در
بین دانش‌آموزان مدارس کشور از طریق
استقرار نظام مدارس مروج سلامت



اهداف اختصاصی

- ❖ **توانمند سازي** دانش‌آموزان، پرسنل، اولیاء و مربیان در زمینه مفاهیم ارتقای سلامت نوجوانان و جوانان و ساختار مدارس مروج سلامت
- ❖ **ارائه خدمات سلامت** در يك مجموعه ادغام یافته و ارتقای شاخص‌های آن در سطح کلیه مدارس کشور
- ❖ **طراحی سیستم گردآوری داده‌ها** به منظور پایش، برنامه‌ریزی، ارزشیابی و رتبه‌بندی مدارس مروج سلامت در سطوح ملی و منطقه‌ای
- ❖ **بهبود وضعیت بیماری‌ی و درمان** دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات و مشکلات سلامتی
- ❖ **بهبود الگوهای تغذیه ای** دانش‌آموزان
- ❖ **پیشگیری از رفتارهای مخاطره‌آمیز سلامت** در دانش‌آموزان
- ❖ **بهبود شرایط فیزیکی و بهداشت محیط** در مدارس
- ❖ **افزایش مشارکت** دانش‌آموزان، کارکنان، اولیاء و مربیان در زمینه ارتقای سلامت نوجوانان و جوانان و جامعه در قالب شکل‌گیری برنامه داوطلبان سلامت
- ❖ **دستیابی** به بهترین مدل و مکانیسم‌ها برای ایجاد شبکه‌های ملی و منطقه‌ای در کشورهای مدیترانه شرقی براساس شواهد و بهره‌گیری از تمامی نظریه‌ها
- ❖ **مرور و تبادل اطلاعات** حاصل از تجارب و موفقیت‌های بدست آمده در زمینه مدارس مروج سلامت در سطوح استانی، ملی و منطقه‌ای

اصول ۸ گانه مروج سلامت

۱. برنامه جامع آموزش سلامت در مدارس
۲. ارائه خدمات بالینی در مدارس
۳. سلامت محیط مدارس
۴. بهبود تغذیه در مدارس
۵. تحرک فیزیکی و فعالیت بدنی در مدارس
۶. ارتقای سلامت کارکنان مدارس
۷. خدمات سلامت روان و مشاوره ای در مدارس
۸. مشارکت والدین و جامعه در برنامه های ارتقای سلامت در مدارس و شبکه داوطلبان سلامت دانش آموزان

یادمان باشد مدرسی که محدودیت زیادی دارند نقاط قوت
زیادی هم دارند مثل 



چگونه مدرسه مروج سلامت داشته باشیم ؟

برای رسیدن به مدرسه ای که ارتقاء دهنده سلامت است و ما آن را مروج سلامت می نامیم

❖ آگاهی

❖ برنامه ریزی

❖ اجرا و

❖ ارزیابی

برای موفقیت برنامه ضروری است.



❖ ارتقاء آگاهی :

- ✓ برگزاری جلسات اطلاع رسانی و معرفی برنامه برای اولیاء ,معلمین ودانش آموزان، هیئت مدیره و افراد جامعه
- ✓ پخش برنامه ویدئویی مدارس مروج سلامت برای افزایش آگاهی عمومی
- ✓ تشکیل کمیته و انتخاب یک رابط یا هماهنگ کننده در مدرسه برای چک کردن روز به روز برنامه های اجرایی در مدرسه
- ✓ القا روحیه مشارکتی در بین اعضا مدرسه

***کار گروهی : توجیه سه حلقه موثر در برنامه ی مروج سلامت توسط سه نفر از شرکت کنندگان کارگاه

❖ برنامه ریزی :

- ✓ برگزاری نشستی با حضور ذینفعان برای مشخص نمودن نیازهای سلامت ومشکلات موجود در مدارس
- ✓ ترسیم دورنمای مدارس مروج سلامت
- ✓ تدوین برنامه اجرایی برای ترسیم روند اجرایی کار با مشخص نمودن اهداف کوتاه مدت و بلند مدت ومشخص کردن شاخص ها با مکانیسم پایش وارزشیابی مربوطه

**** کار گروهی :** تشکیل کمیته های سلامت مدرسه و ارائه صورتجلسه توسط گروه ها

❖ اجرا و ارزیابی:

اجرای برنامه با مشخص نمودن اهداف کوتاه مدتی که قابل دستیابی می باشند و ارزیابی که مقوله ای کاملاً الزامی است و به این ترتیب شما می دانید که چه می کنید و به کجا می روید.

با استفاده از تجربیات برنامه های قبلی برای فعالیت های آینده برنامه ریزی کنید. شما می توانید ضعف ها و قوت های کار را بسنجید و انتقادات، نظرات و نتایج را به مدرسه اعلام نمایید. ساده ترین کار برای ارزیابی وضع موجود استفاده از چک لیست می باشد. چک لیست می تواند شامل هر چیزی که در برنامه عملیاتی مدرسه هست باشد.

کارگروهی : تنظیم برنامه عملیاتی

مدارک و مستندات لازم در مدرسه مروج سلامت (۲۴ آئتم)

- ❖ دستورالعمل اجرایی مدرسه مروج سلامت
- ❖ برنامه مدون آموزشی براساس نیازسنجی ویژه دانش آموزان ، کارکنان و اولیاء
- ❖ پرونده سلامت مدرسه
- ❖ آیین نامه بهداشت محیط و ایمنی مدرسه
- ❖ دستورالعمل پایگاه تغذیه سالم
- ❖ دفتر معاینات دانش آموزان
- ❖ شناسنامه سلامت دانش آموزان
- ❖ شناسنامه سلامت کارکنان
- ❖ برنامه حضور و فعالیت های مشاورروانی اجتماعی
- ❖ دفتر ثبت وقایع روزانه و گزارشات
- ❖ جدول فعالیت های فوق برنامه
- ❖ دفتر گزارش روزانه فعالیت های بهداشتی

❖ منابع آموزشی مورد نیاز

❖ چك لیست ارزیابی مدرسه مروج سلامت

❖ فرم های خود ارزیابی مدرسه

❖ فرم صورت جلسات شورای بهداشتی

❖ آمار داوطلبین سلامت دانش آموزی (بهداشتیاران و پیشگامان)

❖ گزارش فعالیت های داوطلبین

❖ فرم های گزارش موارد بیماری

❖ فرم و دستورالعمل تکمیل فرم گزارش حوادث

❖ برنامه آموزشی و مراقبت کارکنان

❖ برنامه های جلب مشارکت

❖ نقشه موقعیت مدرسه با توجه به مراکز بهداشتی- درمانی، مراکز فرهنگی، مراکز

ورزشی، موقعیت های خطرناک و...

❖ فهرست اسامی تیم سلامت مدرسه و گزارش فعالیت های آن

معیار های انتخاب مدارس مجری



- ❖ مدارس شهری دارای مراقب/ رابط بهداشت و مدارس روستایی، تحت پوشش بهورز فعال باشند.
- ❖ مدرسی که مدیر و کارکنان علاقمند و دلسوز در فعالیتهای بهداشتی داشته و برخوردار از نمایندگان انجمن اولیاء و مربیان فعال، در اولویت می باشند.
- ❖ در صورت امکان، مدارس دارای پایگاه تغذیه سالم و اتاق بهداشت باشند.
- ❖ تشکل های بهداشتی دانش آموزی (بهداشتیاران و پیشگامان) در مدرسه فعال یا قابل سازماندهی و فعال سازی باشد.
- ❖ مدرسه از لحاظ ایمنی و وضعیت بهداشت محیط (بوژه سرویس های بهداشتی و آبخوری ها) مناسب و استاندارد بوده و کپسول اطفاء حریق و جعبه کمکهای اولیه در مدرسه موجود باشد.
- ❖ در صورت امکان مدارس منتخب دارای خدمتگذار یا سرایدار موظف باشند.
- ❖ مدارس مجری از مشاور تمام وقت یا نیمه وقت برخوردار باشند.

فرایند ارزیابی

- ابلاغ به مدارس مجری طرح
- در اختیار قرار دادن چک لیست ممیزی داخلی به مدرسه
- تکمیل چک لیست ممیزی داخلی توسط تیم ممیزی مدرسه
- اعلام آن به کمیته شهرستان
- تکمیل چک لیست خارجی توسط پرسنل بهداشتی
- اعلام امتیازات کسب شده به کمیته شهرستانی جهت اعطای نشان

فرآیند اعطای نشان به مدارس

- ❖ مدرسه مروج سلامت ۵ ستاره ۱۰۰-۹۱ امتیاز
- ❖ مدرسه مروج سلامت ۴ ستاره ۹۰-۸۲ امتیاز
- ❖ مدرسه مروج سلامت ۳ ستاره ۸۱-۷۳ امتیاز
- ❖ مدرسه مروج سلامت ۲ ستاره ۷۲-۶۴ امتیاز
- ❖ مدرسه مروج سلامت ۱ ستاره ۶۳-۵۵ امتیاز

توجه:

✓ این فرآیند هر سال تکرار خواهد شد و اعطای مجدد نشان به کسب امتیاز لازم در ممیزی خارجی نهایی وابسته است.

✓ **کسب حداقل ۵۵٪ امتیاز ها در هر بخش نیز ضروری است**، به این معنی که:

❖ در ممیزی داخلی مدرسه باید در بخش برنامه جامع آموزش سلامت حداقل ۷، در بخش ارائه خدمات بالینی در مدرسه حداقل ۹، در بخش سلامت محیط مدرسه حداقل ۱۲، در بخش بهبود تغذیه در مدارس حداقل ۷، در بخش تحرک فیزیکی و فعالیت بدنی در مدارس حداقل ۳، در بخش ارتقای سلامت کارکنان حداقل ۴، در بخش خدمات سلامت روان و مشاوره ای در مدارس حداقل ۷ و در بخش مشارکت والدین و جامعه در برنامه های سلامت در مدرسه و شبکه داوطلبان سلامت دانش آموزان نیز حداقل ۶ امتیاز کسب کرده باشد.

❖ در ممیزی خارجی **۳ امتیاز به مدیریت مدرسه** مروج سلامت اختصاص دارد. همچنین مدرسه باید در بخش برنامه جامع آموزش سلامت حداقل ۶، در بخش ارائه خدمات بالینی در مدرسه حداقل ۸، در بخش سلامت محیط مدرسه حداقل ۱۱، در بخش بهبود تغذیه در مدارس حداقل ۶، در بخش تحرک فیزیکی و فعالیت بدنی در مدارس حداقل ۴، در بخش ارتقای سلامت کارکنان حداقل ۵، در بخش خدمات سلامت روان و مشاوره ای در مدارس حداقل ۶ و در بخش مشارکت والدین و جامعه در برنامه های سلامت در مدرسه و شبکه داوطلبان سلامت دانش آموزان نیز حداقل ۶ امتیاز کسب کرده باشد.

چک لیست ممیزی خارجی

چک لیست مدارس مروج سلامت

چک لیست "الف" - مشخصات کلی مدرسه مروج سلامت ☐ ممیزی اول ☐ ممیزی دوم

نام مدرسه کد مدرسه □□-□□-□□-□□

آدرس مدرسه:

تلفن مدرسه:

منطقه: شهری ☐ روستایی ☐ عشایری ☐

مقطع تحصیلی: ابتدایی ☐ راهنمایی ☐ دبیرستان ☐

نوع مدرسه: دولتی ☐ غیرانتفاعی ☐ غیره با ذکر نام ☐

نام مدیر مدرسه:

نام مراقب سلامت:

تعداد دانش آموزان: تعداد کارکنان: معلمین سایر کارکنان

مساحت مدرسه: مساحت فضاهای آموزشی (بطور متوسط):

تعداد دانش آموزان به تفکیک پایه تحصیلی:

اول دوم سوم چهارم پنجم ششم

تعداد کلاس ها به تفکیک پایه تحصیلی:

اول دوم سوم چهارم پنجم ششم

تعداد کل کارکنان درگیر در برنامه مدارس مروج سلامت تعداد کل کارکنان درگیر آموزش دیده در برنامه مدارس مروج سلامت

تعداد اعضا آموزش دیده تیم مروج سلامت (مشارکت کننده در ارتقاء سلامت مدرسه):

اولیاء مربیان دانش آموزان معلمین سایر کارکنان

تعداد دانش آموزانی که بطور فعال در برنامه های مروج سلامت همکاری دارند به تفکیک پایه تحصیلی:

اول دوم سوم چهارم پنجم ششم

آیا مدارک و مستندات لازم در مدرسه مروج سلامت موجود است (امتیاز) ؟ ☐ بله ☐ خیر

آیا کمیته سلامت مدرسه مطابق دستورالعمل تشکیل شده و صورتجلسات آن موجود است (۵/۰ امتیاز) ؟ ☐ بله ☐ خیر

آیا کمیته سلامت مدرسه مشکلات را شناسایی و نسبت به حل آنها اقدام کرده است ؟ (۵/۱ امتیاز) ☐ بله ☐ خیر

آیا برنامه عملیاتی به منظور حل مشکلات سلامت مدرسه تهیه شده است ؟ (۵/۱ امتیاز) ☐ بله ☐ خیر

آیا مشکلات سلامت مدرسه به منظور جلب حمایت های مالی و اجرایی و جلب همکاری به سطوح مدیریتی آموزش و پرورش و سایر سازمانهای مرتبط

گزارش شده است ؟ (۵/۰ امتیاز) ☐ بله ☐ خیر

چک لیست "ب" - شاخص های مدرسه مروج سلامت

عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۱- چک لیست برنامه جامع آموزش سلامت	۱۲		
آیا تابلو اطلاع رسانی در خصوص فعالیت های آموزشی مدرسه مروج سلامت در مدرسه وجود دارد؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		وجود یک برد که در آن عناوین آموزشی که در مدرسه آموزش داده میشود مشخص باشد ۱ امتیاز، وجود نشان مدرسه مروج سلامت ۱ امتیاز، در غیر اینصورت امتیاز صفر (جمع ۲ امتیاز)
آیا نشان مدرسه مروج سلامت در مدرسه وجود دارد؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		
آیا فردی به عنوان هماهنگ کننده برنامه های آموزشی مروج سلامت در مدرسه تعیین شده است؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده مدارک و مستندات
آیا جلسات توجیهی برای دانش آموزان، معلمان و کارکنان برگزار شده است؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		برگزاری جلسه توجیهی برای دانش آموزان، ۱ جلسه برای معلمان و کارکنان ۱ با حضور کارشناسان بهداشت مدارس شهرستان امتیاز (۲ امتیاز)
آیا محتوی آموزشی در ارتباط با موارد ۸ گانه اجزا HPS برای دانش آموزان معلمان و کارکنان، اولیاء در مدرسه وجود دارد؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		وجود مطالب و منابع آموزشی مرتبط با سلامتی در قالب بروشور و پمفلت یا نصب تراکت و پوستر آموزشی و فیلمهای آموزشی برای هر جزء از اجزای ۸ گانه مدارس مروج سلامت ۵/۰ امتیاز (جمع ۴ امتیاز)
آیا محتوی آموزشی بین دانش آموزان، کارکنان و اولیاء توزیع شده است؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مشاهده مستندات توزیع مانند لیست توزیع
آیا مراسم گرامیداشت مناسبت های بهداشتی در مدرسه برگزار می گردد؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		اجرای حداقل دو فعالیت بهداشتی طبق تقویم مناسبتهای بهداشتی ۱ امتیاز، یک فعالیت ۵/۰ امتیاز و عدم اجرا صفر امتیاز (جمع ۱ امتیاز)
آیا آموزش های بهداشتی ویژه دانش آموزان، معلمان و کارکنان ارائه شده است؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		ارائه دو شیوهی آموزشی آموزشهای بهداشتی برای دانش آموزان و دو شیوهی آموزشی برای معلمان و کارکنان، ۴ یک شیوه ی آموزشی برای هر کدام ۲ امتیاز و عدم اجرا صفر امتیاز (جمع ۴ امتیاز)



عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۲- چک لیست ارائه خدمات بالینی در مدرسه	۱۶		
آیا اتاق بهداشت مجهز در مدرسه وجود دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۲		مطابق ماده ۲۸ آیین نامه بهداشت محیط
آیا مراقب سلامت /رابط بهداشت بطور منظم یا با برنامه تعیین شده در مدرسه حضور دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۲		وجود مراقب یا رابط بهداشت در مدرسه به طور منظم و یا با برنامه تعیین شده حداقل ۳روز در هفته ۲امتیاز، کمتر از ۳روز ۱امتیاز و عدم وجود صفر امتیاز (جمع ۲امتیاز)
آیا واکسیناسیون دانش آموزان طبق دستورالعمل انجام می شودو اطلاعات آن در دسترس می باشد؟ بله ☐ خیر ☐	۱		واکسیناسیون ۲ %۱۰+امتیاز، بین ۹۰ تا ۱ %۱۰+امتیاز و زیر ۹۰% صفر امتیاز (جمع ۲امتیاز)
آیا هر دانش آموز یک شناسنامه بهداشتی دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۲		وجود شناسنامه سلامت برای بیش از ۹۰% دانش آموزان ۲امتیاز، بین ۵۰ تا ۱ %۹۰+امتیاز و زیر ۵۰% صفر امتیاز (جمع ۲امتیاز)
آیا شناسنامه بهداشتی دانش آموزی بدرستی تکمیل و معاینات روتین پزشکی و غیر پزشکی شده است؟ بله ☐ خیر ☐	۲		غربالگری و ارجاع کامل موارد در انتهای هر فصل مطابق دستورالعمل ۲امتیاز، ناقص ۱امتیاز و عدم اجرا صفر امتیاز (جمع ۲امتیاز)
آیا موارد نیازمند ارجاع شناسایی شده اند؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا نظام ارجاع در مدرسه اجرا میشود؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا موارد ارجاع شده پیگیری می شوند؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا پرونده بهداشتی مدرسه بدرستی تکمیل می شود؟ بله ☐ خیر ☐	۲		مطابق دستورالعمل پرونده سلامت مدرسه
آیا جعبه کمک های اولیه در مدرسه وجود دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۱		مطابق مقررات بهداشت حرفه ایی
آیا آموزش کمک های اولیه در مدرسه به مسئولین و دانش آموزان ارائه گردیده و حداقل یک فرد آموزش دیده برای انجام کمک های اولیه در مدرسه حضور دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۱		مطابق مقررات بهداشت حرفه ایی

عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۳- چک لیست سلامت محیط مدرسه	۲۱		
آیا مکان و فضای مدرسه مناسب است ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		مطابق ماده ۳-۱، ۱۶، ۱۷ و ۳۳ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا فضای کلاس ها ، آزمایشگاهها و مناسب است ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		ماده ۴، ۵، ۶ و ۸ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا دسترسی به آب آشامیدنی سالم وجود دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۳		ماده ۱۹ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا توالت ها و دستشویی ها سالم و بهداشتی هستند ؟ بله ☐ خیر ☐	۰,۷۵		ماده ۲۰ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا دفع فاضلاب سالم و بهداشتی هستند ؟ بله ☐ خیر ☐	۰,۷۵		ماده ۲۱ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا نور و حرارت، صدا ، رطوبت ، تهویه کلاس ها ، آزمایشگاه و ... مناسب و کافی است ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		ماده ۱۲، ۱۳ و ۳۳ آیین نامه بهداشت محیط
آیا محیط مدرسه ایمن است ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		ماده ۲۴ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا مکانهای دفع زباله و سطل زباله به تعداد کافی وجود دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۰,۵		ماده ۲۵ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا موارد ایمنی رعایت و برای پیشگیری از حوادث اقدام شده است ؟ بله ☐ خیر ☐	۳		ماده ۹ تا ۱۵ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا محیط مدرسه پاک و تمیز است و مدرسه مسئول نظافت دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		ماده ۲ و ۳۱ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا فضای سبز در مدرسه وجود دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		ماده ۳۰ آیین نامه بهداشت محیط مدارس
آیا فعالیت های زیست محیطی در مدرسه انجام می شود ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		مقررات محیط زیست
ملاحظات:			



عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۴- چک لیست بهبود تغذیه در مدرسه	۱۲		
آیا فضای فیزیکی بعنوان پایگاه تغذیه سالم موجود است و تجهیزات لازم را دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۴		مطابق ردیف ۱۲-۱۸-۳۳-۳۴-۴۳-۴۵-۴۸ تا ۵۰ چک لیست بازرسی از بوفه های مدارس
آیا مواد غذایی و نوشیدنی سالم در مدرسه موجود و دستورالعمل مواد خوراکی مجاز و غیر مجاز در معرض دید دانش آموزان نصب شده است ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مطابق ردیف ۱۴ و ۳۱ چک لیست بازرسی از بوفه های مدارس
آیا نظارت و بازدید منظم از بوفه توسط مراقب سلامت / رابط بهداشت و کارشناسان آموزش و پرورش و معاونت بهداشتی انجام می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		نظارت و بازدید منظم بوفه توسط مراقب سلامت / رابط بهداشت ۱ امتیاز و توسط کارشناسان معاونت بهداشتی و یا آموزش و پرورش نیز ۱ امتیاز (جمع ۲ امتیاز)
آیا معاینات منظم کارکنان مدرسه که در بخش تهیه و توزیع مواد غذایی کار می کنند انجام می شود و این کارکنان گواهی صحت سلامت و مجوز فعالیتهای متصدی پایگاه و فروش مواد خوراکی را دارند ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مطابق ردیف ۴-۷-۹-۱۰-۱۱-۱۳ و ۳۶ چک لیست بازرسی از بوفه های مدارس
آیا مدرسه برنامه خاصی به منظور فرهنگ سازی تغذیه سالم دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		انجام برنامههای فرهنگی، آموزشی، اجتماعی نظیر مناسبتهای تغذیهای، جشنواره غذا و... برای آموزش و تشویق دانش آموزان و کارکنان به استفاده از مواد خوراکی سالم و استفاده نکردن از مواد خوراکی کم ارزش تغذیه ای بیشتر از دو برنامه ۲ امتیاز، یک یا دو برنامه ۱ امتیاز و عدم اجرای برنامه های فرهنگ سازی تغذیه صفر امتیاز (جمع ۲ امتیاز)
آیا بر نگهداری توزیع و مصرف مواد غذایی نظارت می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مطابق ردیف ۱۴-۱۶-۱۹-۲۰-۲۱-۲۶-۴۷ و ۵۶ چک لیست بازرسی از بوفه های مدارس



عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۴- چک لیست بهبود تغذیه در مدارس فاقد پایگاه تغذیه	۱۲		
آیا فهرست مواد غذایی و نوشیدنی سالم و مجاز قابل عرضه در مدرسه موجود و فهرست مواد غذایی که عرضه آنها غیر مجاز است در معرض دید دانش آموزان قرار دارد؟ ☐ بله ☐ خیر	۴		مشاهده مستندات
آیا نظارت و بازدید منظم از بوفه توسط مراقب سلامت / رابط بهداشت و کارشناسان آموزش و پرورش و معاونت بهداشتی مبنی بر عدم عرضه مواد غذایی غیر مجاز انجام می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده شرح بازدید و نواقص ثبت شده
آیا بر مصرف مواد غذایی نظارت می شود؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مشاهده شرح بازدید و نواقص ثبت شده
آیا عدم مصرف سوسیس، کالباس و نوشیدنی های گازدار در مدرسه رعایت می شود؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده شرح بازدید و نواقص ثبت شده
آیا مدرسه برنامه خاصی به منظور فرهنگ سازی تغذیه سالم دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده مستندات برنامه
ملاحظات:			



عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۵- چک لیست تحرک فیزیکی و فعالیت بدنی	۵		
آیا زمان مشخصی برای حداقل فعالیت فیزیکی دانش آموزان در مدرسه وجود دارد؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده برنامه درسی کلاس ها و مصاحبه با دانش آموزان و معلمان ورزش و تربیت بدنی و در صورت امکان حضور در زنگ ورزش یک کلاس
آیا برنامه های آموزشی در خصوص اهمیت و تشویق دانش آموزان ، معلمان و اولیاء به انجام فعالیت فیزیکی و مزایا و معایب ناشی از بی تحرکی و بیماریهای ناشی از آن وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده مستندات برنامه و مصاحبه با دانش آموزان و معلمان ورزش و تربیت بدنی
آیا برنامه های فرهنگی و اجتماعی مرتبط با فعالیتهای فیزیکی در مدرسه اجرا می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		اجرای فعالیتهای فوق برنامه مانند راهپیمایی، کوهنوردی، تیمهای ورزشی و ۱ امتیاز
آیا فرصت کافی برای شرکت دانش آموزان ، معلمان و کارکنان در فعالیت های ورزشی مانند ورزش صبحگاهی / نرمش بصورت منظم و منسجم در مدرسه وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مصاحبه با دانش آموزان و معلمان ورزش و تربیت بدنی و در صورت امکان حضور در ورزش صبحگاهی و نرمش
آیا امکانات مناسب برای شرکت دانش آموزان ، معلمان و کارکنان در فعالیت های ورزشی در مدرسه وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده امکانات و تجهیزات
ملاحظات:			



عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۶- ارتقای سلامت کارکنان مدرسه	۸		
آیا هریک از معلمان و کارکنان مدرسه یک شناسنامه بهداشتی دارند ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مطابق دستورالعمل شناسنامه سلامت کارکنان
آیا معاینات روتین پزشکی و غیر پزشکی انجام شده است ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مطابق دستورالعمل شناسنامه سلامت کارکنان
آیا موارد نیازمند ارجاع شناسایی شده اند؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مطابق دستورالعمل شناسنامه سلامت کارکنان
آیا موارد ارجاع شده پیگیری می شوند ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مطابق دستورالعمل شناسنامه سلامت کارکنان
آیا تسهیلات اجتماعی تفریحی ورزشی برای معلمان و کارکنان مدرسه وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		مشاهده مستندات
آیا معلمان و کارکنان مدرسه در دوره های آموزشی ضمن خدمت مرتبط با سلامت شرکت داشته اند؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		مشاهده مستندات
ملاحظات:			

عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۷- چک لیست خدمات سلامت روان و مشاوره ای در مدرسه	۱۱		
آیا مشاور تمام وقت یا نیمه وقت برای انجام خدمات مشاوره ایی در مدرسه حضور دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		وجود مشاور تمام وقت ۲امتیاز، نیمه وقت ۱امتیاز و عدم وجود مشاور صفر امتیاز (جمع ۲امتیاز)
آیا برنامه های اجتماعی و تفریحی در مدرسه وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		وجود برنامه های اجتماعی و تفریحی در مدرسه (مانند اردوها، اجرای مناسبتها و ...) ۱امتیاز
آیا برنامه مهارت های زندگی به دانش آموزان آموزش داده می شود؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		آیین نامه اجرایی تامین ، حفظ و ارتقای سلامت جسمی ، روانی و اجتماعی دانش آموزان
آیا اولیاء دانش آموزان در زمینه مهارت فرزند پروری آموزش داده می شوند ؟	۱		
آیا دانش آموزان در معرض خطر آسیب های اجتماعی شناسایی و رفتار های پر خطر می شوند ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		شناسایی ۹۰+ تا ۱۰۰ دانش آموزان در معرض خطر آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پرخطر (مانند فرزندان طلاق، فقر اقتصادی، بیشفعالی، خودکشی، سوء مصرف مواد، سیگار و ...) ۲امتیاز، بین ۵۰+ تا ۹۰+ یک امتیاز و زیر ۵۰+ صفر امتیاز
آیا مداخله خاصی برای دانش آموزان در معرض خطر آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پر خطر انجام می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		ارائه خدمات خاص به دانش آموزان در معرض خطر آسیبهای اجتماعی و رفتارهای پرخطر ۱امتیاز و خانواده هایشان ۱امتیاز
آیا دانش آموزان مبتلا به اختلالات روانی و رفتاری شناسایی شده و خدمات شامل ارجاع ، پیگیری و مراقبت به آنها ارائه می شود ؟ ☐ بله ☐ خیر	۲		شناسایی اختلالات روانی و رفتاری در دانش آموزان ۱امتیاز و ارائه خدمات مداخله ای و حمایتی نظیر ارجاع، پیگیری و مراقبت زیر نظر مدیریت مدرسه و ثبت موارد مذکور در شناسنامه بهداشتی آنها ۱امتیاز
آیا برنامه خاصی در ارتباط با تنبیهات جسمی و روانی دانش آموزان توسط معلمان و کارکنان مدرسه وجود دارد ؟ ☐ بله ☐ خیر	۱		عدم اجرای تنبیهات جسمی و روانی دانش آموزان مانند تهدید، کتک زدن، بیرون انداختن از کلاس، ایستاده نگهداشتن در کلاس و ...

عنوان	امتیاز کل	امتیاز کسب شده	ملاحظات
۸- چک لیست مشارکت والدین و جامعه در برنامه های ارتقای سلامت در مدرسه و شبکه سلامت دانش آموزان	۱۰		
آیا مسائل سلامت مدرسه در انجمن اولیا و مراقبان بررسی شده و برنامه ای برای حل آنها وجود دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۲		اگر مدرسه دارای انجمن اولیاء و مربیان فعال است که بطور مرتب تشکیل جلسه می دهد ۱ امتیاز و در جلسات آن موضوعات بهداشتی بررسی شده است
آیا انجمن محله و سازمان های اجتماعی بهداشتی خیریه و .. که مدرسه در محدوده آنها واقع است مدرسه را از نظر مالی و معنوی حمایت می کنند و در برنامه های مرتبط با سلامتی مدرسه مشارکت دارند ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		مشارکت و پشتیبانی مالی و معنوی سازمانهای دولتی و نیمه دولتی مانند شهرداری مناطق، انجمن های محلی مانند شوراهای شهر و روستا و سازمانهای غیر دولتی مانند خیرین و ...
آیا مدرسه برای خانواده های دانش آموزان و اعضای جامعه پیرامون و مرتبط با مدرسه برنامه های آموزش سلامت اجرا می کند ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا تیم بهداشتیاران آموزش دیده در مدرسه (در ۵ گروه اصلی) وجود دارد؟ بله ☐ خیر ☐	۲		
آیا اقدامات موثری برای ارتقای فعالیت های بهداشتیاران در مدرسه وجود دارد ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا شبکه داوطلبان سلامت دانش آموزی در مدرسه فعال است ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا آموزش همسالان در مدرسه طراحی شده و اجرا می شود ؟ بله ☐ خیر ☐	۱		
آیا شورای دانش آموزی در مسائل مربوط به سلامت مدرسه فعالانه مشارکت دارند؟ بله ☐ خیر ☐	۱		

اعضاء کمیته سلامت مدرسه

- ❖ مدیر مدرسه یا معاون اجرایی مدرسه (رئیس کمیته)
- ❖ مربی بهداشت یا رابط بهداشت مدرسه (دبیر کمیته)
- ❖ مراقب پرورشی مدرسه (عضو کمیته)
- ❖ نمایندگان معلمان مدرسه (عضو کمیته)
- ❖ منتخب داوطلبان سلامت (عضو کمیته)
- ❖ نمایندگان دانش آموزان یا شورای دانش آموزی مدرسه (عضو کمیته)
- ❖ مسئول بوفه و تهیه و توزیع مواد غذایی (عضو کمیته)
- ❖ نماینده شوراهای محلی (عضو کمیته)
- ❖ نماینده انجمن اولیا و مربیان (عضو کمیته)

*****توجه:** اعضا کمیته مدرسه با نظر و صلاحدید رئیس کمیته مدرسه و کمیته شهرستانی و با توجه به نیازهای بهداشتی و ماهیت جامعه قابل افزایش است. این تیم رهبری و هدایت فعالیت های سلامت را در مدرسه به عهده دارد و کارکنان و دانش آموزان مدرسه را جهت ترویج مفهوم مدارس مروج سلامت آماده می کند.

زمان و نحوه ی تشکیل جلسات کمیته ها

❖ زمان تشکیل جلسات

❖ کمیته کشوری هر ۶ ماه یکبار (حداقل ۲ بار در طول سال تحصیلی)

❖ کمیته های استانی هر ۳ ماه یکبار (حداقل ۴ بار)

❖ کمیته های شهرستانی هر ۲ ماه یکبار (حداقل ۶ بار)

❖ کمیته های مدرسه هر ماه یکبار (حداقل ۹ بار)

توجه:

❖ در صورت نیاز تعداد جلسات کمیته ها افزایش خواهد یافت.

❖ کمیته ها باید حداقل با تعداد نصف بعلاوه یک نفر تشکیل گردد

❖ رئیس و دبیر کمیته باید در جلسات حضور داشته باشند

❖ اعضاء، رئیس، دبیر و منشی کمیته ها با توافق و بنا به صلاحدید اعضای کمیته ها و هر ۶ ماه/ هر سال یکبار تعیین و یا قابل تغییر خواهند بود.

آموزش در مدارس



07/04/2017

یادمان باشد که :

در دنیا هیچ کس همه چیز را درباره سلامت نمی داند پس در مدارس نیز باید آنچه مایل هستیم دانش آموزان در هرپایه تحصیلی یاد بگیرند را آموزش دهیم

بین آنچه مفید است افراد بدانند و آنچه باید بدانند تفاوت وجود دارد



چرا اولویت بندی مهم است؟؟؟؟

- ✓ دانش و اقدامات مبتنی بر اولویت ها تأثیر زیادتری بر زندگی آموزش گیرنده می گذارد
- ✓ افراد بیشتر خواهان فراگیری مطالب خواهند بود
- ✓ بین جامعه و کارکنان ارتباط بیشتری ایجاد می کند

آنچه در آموزش های مدارس باید مدنظر قرار داد :

■ سن تمامی آموزش ها برای همه ی سنین لازم نیست مثلا
برای دوره ابتدایی غذای سلام و کافی – حوادث در منزل
لازم است

■ ویژگی های سنی مثلا سنین ابتدایی دوره اول افرادی خیال
پرداز ، پرتحرک، دوستدار بازی و حرکات ریتمیک ، مفاهیم
انتزاعی را درک نمیکند دانش آموزان ابتدایی دوم مسئولیت
پذیرند و فعالیتهای تفریحی را دوست دارند

دانش آموزان متوسطه نصیحت دوست ندارند ، آموزش بر
اساس حل مسأله ، تحکم را نمی پذیرند، مفاهیم انتزاعی را درک
می کنند

آنچه در آموزش های مدارس باید مدنظر قرار داد :

❑ شیوه آموزش (کارگروهی-داستان-تصاویر و تخته
سیاه-آزمایشات و فعالیت های علمی-بررسی و
تحقیق-بازدیدها-ایفای نقش و نمایش-شعر و سرود-
بازی)

✓مثلا در بحث گروهی تفکر انتقادی ،مهارت ارتباطی
،تصمیم گیری را توسعه می دهد ولی باید با اصول
باشد شامل تعداد افراد

آنچه در آموزش های مدارس باید مدنظر قرار داد :

■ هدف از آموزش

اینکه کدام مهارت را میخواهیم توسعه دهیم

۴ مهارتی که با آموزش سلامت توسعه می دهیم

الف (مهارتهای عملی شامل موارد انجام دادنی – سازماندهی –
گزارش دهی

ب) مهارتهای فکر کردن شامل حل مساله-تصمیم گیری-تفکر
خلاق-تفکر انتقادی

ج) مهارتهای رفتاری شامل برقراری ارتباط-گوش دادن-افزایش
همدلی-مقاومت در برابر فشارها-ارتباط با دیگران-کنترل
هیجان

نکته :

بدیهی است که برنامه آموزش سلامت مدارس را نمیتوان در چارچوبی از مسایل شماره‌دار و مشخص محدود کرد بلکه باید بیشتر به نیازهای دانش‌آموز و زمینه‌های اجتماعی، مذهبی، فرهنگی جامعه، که رضایت منطقی وی را فراهم می‌کند اندیشید.



کار گروهی:

آموزش تغذیه سالم برای سه مقطع توسط شرکت
کنندگان کارگاه

