

سلامت محیط (۱)

- هوای آلوده، قاتل خاموش
- زباله‌ای به نام سروصدا
- کلاس تمیز من

مؤلفین:

دکتر عطاالله پورعباسی

دکتر محبوبه سادات ابراهیم‌نژاد شیروانی


(بنیاد طب تربیتی و سلامت مدارس)



سرشناسه: پورعباسی، عطاءالله، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور: سلامت محیط (هوای آلوده، قاتل خاموش، زباله‌ای به نام سروصدا، کلاس تمیز من)
مشخصات نشر: تهران: تیمورزاده: نشر طبیب، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری: ۴۸ ص: مصور: ۱۹/۵×۹/۵ س.م.
فروست: فراگیران سالم: ۱.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۸-۱۷۳-۶
وضعیت فهرست نویسی: فیبای مختصر
شناسه افزوده: ابراهیم‌نژاد شیروانی، محبوبه سادات
شماره کتابشناسی ملی: ۳۸۷۸۴۸۲

نام کتاب: سلامت محیط

(هوای آلوده، قاتل خاموش - زباله‌ای به نام سروصدا - کلاس تمیز من)
مؤلفین: دکتر عطاءالله پورعباسی، دکتر محبوبه سادات ابراهیم‌نژاد شیروانی
(بنیاد طب تربیتی و سلامت مدارس)
ناشر: انتشارات تیمورزاده (با همکاری نشر طبیب)
مدیر تولید فرهنگی: نجمه حسین‌زاده
مدیر تولید فنی و چاپی: مهدی شاه‌محمدی
طراح جلد: واحد طراحی انتشارات تیمورزاده (الهام اسدی)
کتاب‌آرا: زهرا طاهری
نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۹۴
شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه
لیتوگرافی، چاپ و صحافی: خجستگان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۸-۱۷۳-۶
بها: ۲۵۰۰ تومان

 این کتاب مشمول قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۱/۱۱ و قانون ترجمه و تکثیر کتاب‌ها، نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰/۱۰/۶ است. بازنویسی، خلاصه‌برداری یا برداشتن بخشی از متن، شکل‌ها و جدول‌های کتاب و انتشار آن در قالب کتاب‌های ترجمه، تألیف، خلاصه، آزمون نرم‌افزار بدون اجازه کتبی از ناشر پیگرد قانونی دارد.

دفتر مرکزی انتشارات تیمورزاده و نشر طبیب:
خیابان کریمخان‌زند - نبش میرزای شیرازی - شماره ۱۱۱ - طبقه سوم شرقی - کدپستی: ۹۸۵۷۳۵
تلفن: ۹۰ ۹۰ ۸۸۸۰ (خط ۱۰) - دورنگار: ۹۸ ۹۸ ۸۸۸۰

تنها کتاب‌فروشی و نمایشگاه دائمی انتشارات تیمورزاده و نشر طبیب:
بولوار کشاورز - ابتدای خیابان ۱۶ آذر (۵۰ متر پایین تر از بولوار) - شماره ۶۸ - کدپستی: ۷۹۹۴۶۷۱
تلفن: ۸۳ ۳ ۸۳ - ۰۲۱ - دورنگار: ۱۲ ۱۱ ۹۷ ۸۸



تیمورزاده

www.teimourzadeh.com



فهرست بخش اول هوای آلوده ، قاتل خاموش

- ۵ مقدمه
- ۷ یادگیری و محیط‌زیست
- ۸ هوای آلوده، قاتل خاموش
- ۹ تعریف آلودگی هوا
- ۱۰ هم مواد جامد و هم گازها می‌توانند هوا را آلوده کنند
- ۱۰ ذرات جامد
- ۱۰ گازها
- ۱۱ هوای منزل و مدرسه هم می‌تواند آلوده باشد
- ۱۲ دانش‌آموزان هم از تأثیرات آلودگی هوا مصون نیستند
- ۱۳ آلودگی هوا به شدت بر سلامت انسان مؤثر است
- ۱۴ در مواقع آلودگی هوا چه باید کرد؟
- ۱۶ برای کاستن از آلودگی هوا در منزل چه باید کرد؟

فهرست بخش دوم زباله‌ای به نام سرو صدا

- ۱۹ یادگیری و محیط‌زیست
- ۲۰ محیط، آلودگی صوتی، شنوایی
- ۲۰ صوت و آلودگی صوتی
- ۲۲ آلودگی صوتی و شنوایی
- ۲۲ آلودگی صوتی و قلب و عروق
- ۲۳ آلودگی صوتی و تأثیر بر خواب
- ۲۳ آلودگی صوتی و سایر اختلالات
- ۲۴ منابع سرو صدا
- ۲۵ شدت صداهای مختلف
- ۲۷ علایم هشدار دهنده سرو صدای بلند
- ۲۸ چگونه از گوش خود در برابر سرو صدا حفاظت کنیم

فهرست بخش سوم کلاس تمیز من

- ۳۲ نور کلاس ما
- ۳۳ نور کلاس چقدر باید باشد؟
- ۳۴ کلاس، نه گرم و نه سرد!
- ۳۵ هوا در کلاس باید جریان داشته باشد
- ۳۶ گردوغبار کلاس را چه کنیم؟
- ۳۷ میکروب‌ها هم در کلاس حاضرند!
- ۳۹ سطل زباله کلاس
- ۳۹ زباله‌های خشک
- ۳۹ زباله‌های تر
- ۴۰ زباله‌های میکروبی
- ۴۱ گلدان، یک هم‌کلاسی خوب

مقدمه

تعلیم و تربیت یکی از راهبردهای اساسی برای رشد شناختی، اجتماعی، هیجانی و جسمانی کودکان و نوجوانان در همه کشورهاست. برای تحقق تعلیم و تربیت اثربخش، در کنار عواملی چون محیط مناسب، تدوین محتوای آموزشی درست و بهره‌مندی از مربیان مجرب، باید بستری مطلوب از سلامت جسم و روان دانش‌آموز نیز مهیا باشد تا نتیجه همه امور در این راستا به بار نشسته و به تربیت انسانی با حداکثر توانمندی‌های جسمی، روانی، اجتماعی و فرهنگی منجر شود.

طب تربیتی حیطه‌ای از دانش است که با بهره‌گیری از مفاهیم علوم مختلف مانند پزشکی، روان‌شناسی، علوم تربیتی و سلامت تلاش می‌کند تا تاثیر اختلالات جسمانی اثرگذار بر یادگیری و تربیت را با شناسایی، تشخیص و درمان به‌موقع به حداقل برساند. بر این اساس طب تربیتی برای آموزش، پایش و حفظ و ارتقای سلامت برنامه‌های مدونی را مد نظر دارد. مجموعه کتاب‌های «فراگیران سالم» با هدف افزایش دانش فراگیران در سطوح مختلف تحصیلی و همچنین ارتقای رفتارهای مرتبط با سلامت ایشان تدوین شده است تا به این وسیله بستر تحقق تربیت اثربخش را بیش از پیش فراهم کند.

هریک از کتاب‌های این مجموعه به یکی از حیطه‌های سلامت مرتبط با فراگیر و یا محیط آموزشی پرداخته است. انتقال پیام‌های رفتاری و عملی درخور به دانش‌آموزان، در عین نگارشی ساده، روان و قابل فهم برای ایشان، ویژگی دیگر مجموعه حاضر است.

مربیان بهداشت نیز می‌توانند از این مجموعه کتاب‌ها سود جسته و از آن به‌عنوان منبع مناسبی برای آموزش سلامت دانش‌آموزان استفاده کنند. امید است انتشار این مجموعه، گامی کوچک در مسیر اعتلای تعلیم و تربیت در کشور عزیزمان باشد.

دکتر عطاءالله پورعباسی

دکتر محبوبه سادات ابراهیم‌نژاد شیروانی

بنیاد طب تربیتی و سلامت مدارس