

مدیریت خانواده

مهارت‌های سالم‌زیستن (۲)

براساس استاندارد

سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور و آموزش و پرورش

شماره استاندارد ۹۹/۴۰ - ۵ و ۸۲

شماره توانایی‌ها: ۱۶۰۱۴۰۱۳ و ۹۰۷۰۶

کل مدت زمان دوره آموزشی مهارت‌های سالم‌زیستن ۲۰۱: ۳۵۶ ساعت

زمان آموزش نظری کد رایانه ۹۵۵۰-۱۹۴/۵ ساعت

زمان آموزش عملی کد رایانه ۹۵۵۱-۱۶۱/۵ ساعت

روش ارزیابی مهارت کارآموز در مهارت‌های سالم‌زیستن ۲۰۱

آموزش تئوری ۶۰٪

آموزش عملی ۴۰٪

مؤلفین

مریم رجبی - طاهره شهبازی

رجبی، مریم، ۱۳۴۵ -
 مهارت‌های سالم زیستن / مؤلفین مریم رجبی، طاهره شهبازی --
 تهران : کتابخانه فرهنگ، ۱۳۸۴ -
 ۵ج. : مصور، جدول، نمودار. -- (کتابخانه فرهنگ: ۱۱۸، ۱۱۷)
 ISBN : 964-8789-19-3 (دوره)
 ISBN : 964-8789-16-9 (ج. ۱) ۲۰۰۰۰ ریال :
 ISBN : 964-8789-17-7 (ج. ۲) ۱۸۰۰۰ ریال :
 براساس استاندارد سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور و آموزش و پرورش شماره استاندارد ۱۶۰۹۹/۴-۵ و ۸۲ شماره توانایی‌ها : ۷۰۶ و ۹۰۹ و ۱۳ و ۱۴ و ۱۶.
 فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.
 ۱- خانواده -- بهداشت -- راهنمای آموزشی (متوسطه). ۲. پزشکی -- راهنمای آموزشی. ۳.
 بهداشت -- راهنمای آموزشی. الف. شهبازی، طاهره، ۱۳۴۱ - ب. عنوان.
 ۶۱۳ RAYYV/V/77M9
 کتابخانه ملی ایران
 ۱۶۴۹۰-۸۴م



کتابخانه فرهنگ

عنوان : مدیریت خانواده (سالم زیست ۲)
 مؤلفین : مریم رجبی و طاهره شهبازی
 ناشر : کتابخانه فرهنگ
 تیراژ : ۵۰۰۰
 چاپ اول : ۱۳۸۴
 لیتوگرافی : طاوروس رایانه
 چاپ و صحافی : سوره
 قیمت : ۱۸۰۰۰ ریال

شابکی (دوره) : ۱۹-۳-۹۶۴-۸۷۸۹-۱۷-۷
 شابکی ج ۲ : ۹۶۴-۸۷۸۹-۱۷-۷

دفتر مرکزی : تهران، خیابان انقلاب، بین فروردین و اردیبهشت، ساختمان ۱۴۷۴، طبقه چهارم،
 کتابخانه فرهنگ، تلفن ۶۶۴۹۸۹۲۹، فکس ۶۶۴۱۲۱۷۱
 مرکز پخش : تهران، خیابان انقلاب، بین فروردین و اردیبهشت، ساختمان ۱۴۷۴، طبقه اول،
 کتابخانه فرهنگ، تلفن ۶۶۴۹۸۹۲۹، فکس ۶۶۴۱۲۱۷۱
 فروشگاه مرکزی : تهران، خیابان انقلاب، بین فروردین و فخر رازی (روبروی دانشگاه) پاساژ
 فروزنده، کتابفروشی معراج، تلفن ۶۶۴۹۴۹۶۶

(هرگونه کپی و نسخه‌برداری از مطالب این کتاب ممنوع می‌باشد.)

مقدمه

خانواده اولین و مهم‌ترین نهاد در تاریخ فرهنگ و تمدن انسانی است که انسان‌ها در آن تعلیم می‌یابند و با شیوه‌های زندگی جمعی و روش تفاهم با دیگران آشنا می‌گردند. خانواده بستر به فعلیت درآوردن استعدادها و توانایی‌های انسان‌ها است و بخش عظیمی از ابعاد شخصیت افراد همچون رفتارهای اجتماعی، مسئولیت‌پذیری، تحمل و بردباری در برابر دیگران و واکنش‌های عاطفی در آن شکل می‌گیرد. والدین اولین معلمینی هستند که رفتار و منش آنان الگوی کودکان می‌باشد. افرادی که با کسب تجربه خوشایند در خانواده وارد اجتماع می‌شوند، سازگاری و تفاهم بیشتری با دیگران دارند. در حالی که بسیاری از ناکامی‌ها، شکست‌ها نیز که به انحراف و ناسازگاری‌های بعدی منجر می‌شود ریشه در زندگی خانوادگی دارد و در این میان زنان به عنوان عناصر اصلی و مدیر خانواده باید بتوانند از عهده اجرای دستورات اخلاقی اسلامی در خانواده برآمده و در اجرای بهداشت خانه و خانواده، اقتصاد منزل تنظیم برنامه غذایی، آراستگی و توانا گردند.

هدف از تألیف این کتاب آشنایی دانش‌آموزان رشته مدیریت خانواده شاخه کاردانش براساس استاندارد تهیه شده سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور و آموزش و پرورش می‌باشد. از مربیان گرامی و آگاه خواهشمندیم که کارهای عملی را جهت یادگیری بهتر دانش‌آموزان در کلاس انجام داده و در صورت نیاز از افراد متخصص استفاده نمایند. در تهیه تصاویر و مطالب این کتاب از کتاب‌ها و جزوات منابع استفاده شده است که در اینجا از تمامی تهیه‌کنندگان آنها تشکر می‌نماییم.

در خاتمه از حمایت‌های ارزشمند جناب آقای آرازخانی و سرکار خانم بندری مسئول هنرستان کار دانش الفدیر قزوین و تمامی عزیزانی که در طی مراحل تألیف صمیمانه همکاری نموده‌اند قدردانی و تشکر می‌نماییم.

مریم رجبی

طاهره شهبازی

کارشناس پرستاری

فوق لیسانس روان‌شناسی تربیتی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

- | | |
|-----|--|
| ۶ | - توانایی تنظیم برنامه غذایی مناسب خانواده در سلامت و بیماری (۶) |
| ۳۵ | - توانایی بکارگیری اصول بهداشت غذا با مشارکت افراد خانواده (۷) |
| ۵۴ | - توانایی تشخیص علایم اولیه بیماری‌های شایع (۹) |
| ۷۷ | - توانایی مراقبت و پرستاری از افراد خانواده در هنگام بیماری (۱۳) |
| ۱۲۰ | - توانایی مراقبت از مادر و کودک (۱۴) |
| ۲۰۱ | - توانایی بکارگیری اصول مراقبت از سالمند در خانه (۱۶) |