کمیته مستندسازی
بخشنامه‌ها و دستورالعمل‌های اداری
اعضای شورای معاونان جهت استحضار
واحدهای مجری:
استان: مدیرکل/معاون تربیت بدنی و سلامت
شهرستان، منطقه، ناحیه:مدیر
واحدهای آموزشی: ارسال شود
هماهنگ‌کننده در استان کمیته مستندسازی
کد :۸/۵۱۰/۰۲/۱/۳ص

اداره کل آموزش و پرورش استان.....
موضوع: برنامه "سفیران سلامت دانش آموزی"

با سلام و تحیات

ضمن آرزوی سلامتی وتوفیق روزافزون، به پیوست شیوه‌نامه اجرایی برنامه سفیران سلامت دانش‌آموزی سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ جهت اطلاع و اقدام مقتضی ارسال می‌گردد. لازم به ذکر است، اعتبارات این برنامه، از محل اعتبارات معاونت تربیت بدنی و سلامت قابل پرداخت است.

صادق ستاری فرد
سرپرست معاونت تربیت بدنی و سلامت

وزارت آموزش و پرورش

معاونت تربیت بدنی و سلامت

دفتر سلامت و تندرستی

شیوه‌نامه اجرایی
برنامه سفیران سلامت دانش‌آموزی
سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

سفیران سلامت دانش آموزی

صفحه ۷
۷-۱

مقدمه:

سند تحول بنیادین آموزش و پرورش با توجه به شئون مختلف حیات طیبه بر اساس ساحت‌های شش‌گانه تدوین شده است که یکی از مهمترین این ساحت‌ها، ساحت تربیت زیستی و بدنی می‌باشد. قلمرو این ساحت می‌تواند مواردی چون سلامت فردی و اجتماعی، مراقبت از جسم و روح، احساس مسئولیت در قبال محیط زیست و منابع طبیعی و شناخت طبیعت و احترام قائل شدن برای آن و مهمتر از همه توجه به ظرفیت تربیت غیررسمی برای کسب شایستگی‌های پایه به ویژه در حوزه سلامت و تربیت بدنی باشد. درکنار این ساحت، سند تحول بنیادین در راهکار شماره ۲-۱ به مسئولیت پذیری و نظم و انضباط در تمام دوره‌های تحصیلی و راهکارهای شماره ۸ – ۸ و ۳ – ۸ بر بستر سازی برای حضور فعال دانش‌آموزان در تشکل های رسمی و قانونی مرتبط با اتکا به ظرفیت های درون و بیرون آموزش و پرورش اشاره شده است.

با سرلوحه قرار دادن منویات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) و تاکید بر نقشه راه سند تحول بنیادین، برنامه سفیران سلامت دانش آموزی، به منظور اجرایی کردن ماده ۳ (بند ۳ ، ۵ ، ۱) تعهدات مشترک تفاهم نامه منعقد شده مابین وزارت آموزش و پرورش و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و توافق نامه اجرایی برنامه خودمراقبتی در مدارس تدوین شده است. این برنامه بر پایه آموزش همسال به همسال بنا نهاده شده است که با استفاده از ارزش‌های تعاملی و مشارکتی، فرصتی ارزشمند برای کسب آگاهی‌های لازم در موضوعات سلامت و محیط زیست فراهم می‌کند.

به استناد آیین نامه نحوه ارائه خدمات آموزشی و پرورشی فوق برنامه در مدارس دولتی، به شماره ابلاغ ۱۲۰/۴۷۷/۱ مورخ ۱۳۷۷/۴/۲۳ نحوه اجرای برنامه سفیران سلامت به شرح ذیل ابلاغ می‌گردد:

تعاریف:

۱– سفیران سلامت دانش‌آموزی: به دانش‌آموزان داوطلب و علاقه‌مند در ترویج فرهنگ ارتقای سلامت و فعالیت‌های گروهی در حیطه‌های مختلف سواد سلامت (جسمی، روانی و اجتماعی و معنوی و زیست محیطی) اطلاق می‌شود.

۲– شرایط عضویت دانش‌آموزان در برنامه سفیران سلامت:

۱. داشتن ظاهر آراسته و تمیز و مرتب
۲. داشتن محبوبیت بین دانش آموزان
۳. رعایت اصول بهداشت فردی
٤. شناسایی و پرورش استعداد و علایق فردی
۵. داشتن مهارت‌های یادگیری و یاددهی مفاهیم بهداشت و سلامت
۶. قدرت سازماندهی
۷. داشتن مهارت‌های هنری و نوآوری و خلاقیت
۸. توانایی استفاده از ظرفیت‌های فضای حقیقی و مجازی در یادگیری و انتقال مفاهیم سلامت محور

۲-۷

۳- شرح وظایف سفیران سلامت:

- حضور و مشارکت فعال در کلاس‌های آموزشی
- حضور نمایندگان سفیران سلامت در جلسات شورای مدرسه
- همکاری با مجری برنامه (مراقب سلامت/رابط سلامت) در برگزاری پویش‌های سلامت محور در طول سال تحصیلی
- آموزش و جلب مشارکت سایر دانش‌آموزان مدرسه در انجام فعالیت‌های بهداشتی
- تهیه و ارائه مطالب آموزشی و علمی مانند (پمفلت، بروشور، نشریه و چسباندن مطالب آموزشی در تابلوی اعلانات سلامت مدرسه...) در مورد سبک زندگی سالم، اصول بهداشت فردی، تغذیه سالم، ایمنی و بهداشت محیط، محیط زیست، پیشگیری و کنترل بیماری‌های واگیر و غیرواگیر، حوادث و فوریت های سلامت و ... زیر نظر مجری برنامه
- همکاری با مجری برنامه در نظارت بر وضعیت پایگاه تغذیه سالم، بهداشت، ایمنی و تاریخ شارژ کپسول اطفای حریق، مشارکت در تیم‌های امداد و نجات و دادرس، نظارت بر نظافت محیط داخل مدرسه (کلاس– پله - سالن- حیاط– سرویس بهداشتی و..)
- همکاری با مجری برنامه در مدیریت بحران‌های زیستی و انسان ساخت در قالب گزارش به موقع علایم خطر آموزش داده شده
- انجام سایر وظایف محوله بر اساس دستورالعمل ابلاغی از دفتر سلامت و تندرستی
- ارایه گزارش کار در موعد مقرر به مجری برنامه

۴- نشان سفیران: ترجیحا نشان ویژه سفیران سلامت شامل کاور سفید (همراه با آرم پرچم جمهوری اسلامی ایران در سمت راست سینه و سفیران سلامت در سمت چپ سینه) و کلاه سفید همراه با آرم سفیران سلامت درج شده در قسمت سایبان کلاه.

۵- گروه هدف: مدارس دوره های اول و دوم ابتدایی، اول متوسطه و دوم متوسطه (شهری و روستایی)

۶- شیوه انتخاب اعضا: انتخاب سفیران سلامت با صلاحدید معلم/مجری برنامه و تایید مدیر مدرسه صورت می‌گیرد. به منظور تقویت روحیه مشارکت طلبی و مسئولیت پذیری، سایر اعضای کلاس نیز به صورت چرخشی (ماهانه و یا سه ماهانه) به عنوان همیار سفیر سلامت فعالیت کنند. در راستای آشنایی هرچه بیشتر دانش‌آموزان با برنامه سفیران سلامت، ترجیحا اعضای اصلی سفیران سلامت در زمان‌های زنگ تفریح نشان سفیران سلامت را به همراه داشته باشند.

۷- گروه‌های سفیران سلامت مدرسه: سفیران سلامت هر مدرسه در سه گروه ۱- سفیر سلامت تغذیه، ۲-سفیر ایمنی و بهداشت محیط و ۳-سفیر محیط زیست مدرسه ساماندهی شوند.

۸- تعداد اعضا: ۲۵ درصد دانش آموزان کلیه مقاطع تحصیلی

۹- مجری برنامه:

به مراقب سلامت یا رابط سلامت (مدیر، معاون، معلم و ...) در مدرسه، مجری برنامه اطلاق می‌شود.

- در مدارس شهری دارای مراقب سلامت، اجرای برنامه جزء شرح وظایف ایشان است.
- در مدارس شهری فاقد مراقب سلامت، مدیران مدارس این وظیفه را به یک نفر از کادر اجرایی و یا معلمان علاقه مند و داوطلب، به عنوان رابط سلامت تفویض نمایند.
- در مدارس روستایی اجرای برنامه و آموزش‌ها توسط بهورزان خانه بهداشت با نظارت مدیر مدرسه صورت می‌گیرد. (بر اساس بند ۷ تفاهم نامه جامع بین وزارت آموزش و پرورش و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی)

حضور بهورز خانم صرفا در مدارس دخترانه و بهورز آقا صرفا در مدارس پسرانه (در صورت نبود بهورز آقا، حضور بهورز خانم در مداس ابتدایی پسرانه بلامانع است) و با رعایت کامل شئونات اسلامی مجاز می‌باشد.

حضور در مدارس برای بهورزان هیچ گونه حق استخدامی در آموزش و پرورش ایجاد نمی‌کند.

۳-۷

۱۰ – شرح وظایف مجری برنامه(مراقب سلامت/رابط سلامت):

- اجرای دستورالعمل
- برگزاری افتتاحیه (آبان ماه) و اختتامیه (هفته سلامت) برنامه سفیران سلامت
- شرکت در جلسات آموزشی– توجیهی، دوره ضمن خدمت و کارگاه‌های آموزشی استانی؛
- انتخاب سفیران سلامت
- برگزاری کلاس‌های آموزشی ویژه سفیران (۱۶ جلسه یک ساعته) بر اساس سرفصل های اعلام شده
- اعطای ابلاغیه و نشان ویژه به سفیران؛
- اجرای فعالیت‌ها و برنامه‌هایی متناسب با شرح وظایف سفیران به مناسبت‌های مختلف (مسابقه، بازدید، اردو و ...)
- نظارت و ارزشیابی مستمر از فعالیت‌های سفیران سلامت؛
- برگزاری مسابقات مهارتی در سطح مدرسه در موضوعات مرتبط با سلامت و بهداشت مانند نحوه صحیح شستن دست، مسواک زدن و.....
- تشویق و تقدیر از سفیران سلامت نمونه؛
- تهیه گزارش اجرای برنامه و ارسال آن به منطقه.

❖ لازم به ذکر است که با صلاحدید مجری برنامه و در صورت نیاز، عضو جدید جایگزین عضو قبلی می‌شود.

فرایند اجرا: فرایند اجرای برنامه تا پایان سال تحصیلی بر اساس جدول زمانبندی به شرح زیر است:

جدول زمانبندی طرح سفیران سلامت

زمان / فعالیت	مهر	آبان	آذر	دی	بهمن	اسفند	فروردین	اردیبهشت	خرداد	تیر
ارسال دستورالعمل (ستاد، استان، شهرستان/ منطقه)	■									
برگزاری جلسه توجیهی مجریان برنامه	■	■								
انتخاب سفیران سلامت (مدرسه)		■								
آموزش به سفیران سلامت دانش‌آموز		■	■	■	■	■	■	■		
ارزیابی و انتخاب سفیر نمونه							■	■		
برگزاری جشنواره سفیران سلامت و پویش هر دانش آموز یک سفیر سلامت		■	■	■	■	■	■	■	■	
نظارت، جمع بندی آمار و ارائه گزارش به دفتر سلامت و تندرستی									■	
ارزشیابی از فعالیت استان										■

٤-٧

آموزش

زمان: از آبان ماه و به مدت شانزده جلسه یک ساعته در طول سال تحصیلی براساس سرفصل‌های ارائه شده توسط مجری برنامه انجام می‌شود.

- هر سفیر سلامت بعد از دریافت آموزش‌های لازم از مجری برنامه حداقل به ده نفر از همسالان تحت نظر مربی و در قالب بحث گروهی و آموزش گروهی در همان مدرسه آموزش‌های دریافتی را انتقال دهد.
- حداقل دو جلسه آموزش حضوری و عملی خودامدادی و دگرامدادی (با همکاری هلال احمر و اورژانس منطقه و شهرستان) برای سفیران سلامت برگزار شود.
- پس از اتمام هر سرفصل آموزشی یک آزمون از سفیران گرفته شود.
- کارشناسی سلامت و بهداشت هر منطقه/شهرستان برای سفیران برتر مدارس کارگاه آموزشی حضوری برگزار نماید و در پایان کارگاه با برگزاری یک آزمون سفیران برتر انتخاب شوند و گواهینامه سفیر سلامت برتر منطقه ارائه شود.
- در فروردین ماه و اردیبهشت ماه اداره سلامت و تندرستی استان برای سفیران برتر منطقه دوره آموزشی (به صورت کارگاهی و حضوری برگزار نماید و خلاصه‌ای از سرفصل‌های آموزشی را ارائه دهد) و به سفیران برتر این دوره گواهینامه سفیر سلامت برتر استان ارائه شود.

نحوه ارزشیابی:

ارزشیابی بر اساس موارد زیر صورت می‌گیرد:

- انجام فعالیت‌های محوله بر اساس شرح وظایف
- خلاقیت و ابتکار در اجرای فعالیت‌های محوله

شیوه های تشویق و تقدیر از سفیران/مراقبین/رابطین سلامت

- معرفی و تقدیر از سفیران سلامت برتر مدرسه در بازه‌های زمانی یک ماه
- معرفی سفیران سلامت برگزیده به منطقه و استان و تقدیر در هفته سلامت
- معرفی رابط / مراقب سلامت برتر و تقدیر در سطح منطقه و استان
- برگزاری اردوهای سلامت محور (با رعایت کامل قوانین و مقررات اردوهای دانش آموزی) برای سفیران سلامت برگزیده در سطح منطقه، شهرستان و استان و بازدید از نهادها و ارگان‌های مرتبط با حوزه سلامت و تندرستی مانند مراکز بازیافت شهرداری، باغ گیاه شناسی، پارک‌های ترافیک، آتش نشانی، موزه‌های حیات وحش و....
- استفاده رایگان از مراکز ورزشی-تفریحی آموزش و پرورش در بازه‌های زمانی متنوع

تبصره: هر استان در طول سال تحصیلی با استفاده از ظرفیت اردوگاه‌های دانش آموزی، حداقل یک اردوی سلامت محور برای سفیران برگزیده استانی برگزار نماید (با رعایت کامل قوانین و مقررات اردوهای دانش آموزی)

۵-۷

سرفصل‌های آموزشی سفیران سلامت (دوره اول ابتدایی)		سرفصل‌های آموزشی سفیران سلامت (دوره دوم ابتدایی)	
ردیف	عناوین آموزشی	ردیف	عناوین آموزشی
۱	آشنایی با بهداشت فردی (بهداشت مو، پوست و ...)، بهداشت دهان و دندان، روش صحیح مسواک زدن و استفاده از نخ دندان، نحوه صحیح شستن دست‌ها و	۱	تفکر انتقادی و مفاهیم اولیه سواد سلامت و سواد رسانه
۲	آشنایی با اصول و موازین بهداشت محیط و سرویس بهداشتی	۲	خودامدادی، دگر امدادی، ملزومات جعبه کمک‌های اولیه

ردیف	سرفصل‌های مشترک (دوره اول و دوم ابتدایی)
۱	آشنایی با مفاهیم خودمراقبتی
۲	سبک زندگی و تغذیه سالم و آشنایی با عوارض چاقی و راه‌های پیشگیری از آن
۳	اورژانس (تماس صحیح با ۱۱۵ و باز کردن مسیر حرکت آمبولانس)
۴	تکریم سالمندان و مراقبت از آنها
۵	آموزش نقش محیط زیست در سلامت جامعه تفکیک زباله و پسماند، بازیافت و توسعه و حفاظت از محیط زیست

سر فصل‌های آموزشی سفیران سلامت (دوره اول و دوم متوسطه)

ردیف	سرفصل‌ها
۱	انواع خودمراقبتی/ مسئولیت پذیری و مشارکت اجتماعی
۲	رژیم غذایی سالم، ورزش برای زندگی سالم، اصول زندگی سالم
۳	مشکلات رایج خواب، نکاتی برای داشتن خواب خوب شبانه، تاثیر مشکلات خواب بر سلامت روان، ۱۰ نکته کلیدی بهداشت روانی خواب
۴	حفظ محیط زیست، بازیافت و تفکیک زباله (پسماند خشک و تر، خشکاله، پسماند صفر)، آلودگی آب و هوا، انرژی‌های تجدید پذیر و پاک، مصرف بهینه آب و انرژی
۵	مدیریت بحران های زیستی و انسان ساخت (با تاکید بر پدیده های نوظهور)، مدیریت فردی در زلزله، سیل، آلودگی هوا و....
۶	پیشگیری از بیماری‌های واگیردار (کرونا، آنفلوانزا و...)، پدیکلوزیس و... ، بیماری‌های غیرواگیر (قلبی، کلیوی، دیابت، پرفشاری خون، پوکی استخوان و...) چاقی و...
۷	نشانه‌های اضطراب، منشا اضطراب‌های روزمره ، تاثیر اضطراب بر سلامت جسمانی، مدیریت اضطراب (به ویژه شب امتحان)
۸	خودامدادی، دگرامدادی، احیاء، ملزومات جعبه کمک های اولیه، اورژانس(تماس صحیح با ۱۱۵ و باز کردن مسیر حرکت آمبولانس)
۹	تغییرات جسمی و روحی و عاطفی دوران بلوغ، تغذیه دوران بلوغ، برخی اختلالات مرتبط با تغذیه، احکام دوران بلوغ
۱۰	تکریم سالمندان و مراقبت از آنها
۱۱	آموزش مفاهیم سواد سلامت
۱۲	تفکر انتقادی و مدیریت شایعات

۴-۷

متن میثاق نامه سفیران سلامت

من به عنوان سفیر سلامت دانش آموز در مقطع ابتدایی، در پیشگاه خداوندی که یادش آرامش بخش قلب ها و شفای دردهاست، تلاش می کنم تا:

- سبک زندگی سالم اسلامی- ایرانی را رعایت و به دیگران توصیه نمایم.
- در مراقبت از سلامت خود، دوستان خانواده و جامعه ام کوشا باشم.
- برای توانمندسازی، همکلاسی هایم در زمینه خودمراقبتی اقدام نمایم.
- مراقب بهداشت محیط و سلامت محیط زیست در مدرسه محله و شهرم باشم.
- مراقب سلامت دانش آموزان کم توان و بیمار باشم.
- با اولیای مدرسه برای ارتقای سلامت خود، سایر دانش آموزان ومدرسه ام همکاری نمایم.
- در گسترش اخلاق خوب و حسنه کوشا باشم.

- من به عنوان سفیر سلامت دانش آموز در مقطع متوسطه در پیشگاه خداوندی که یادش آرامش بخش قلب ها و شفای دردهاست، تلاش می کنم تا:
- سبک زندگی سالم اسلامی - ایرانی را رعایت و به دیگران توصیه نمایم.
- در مراقبت از سلامت خود، دوستان، خانواده و جامعه ام کوشا باشم.
- برای توانمندسازی خانواده و دوستانم در زمینه خودمراقبتی اقدام نمایم.
- در حفاظت از محیط زیست خود کوشا باشم.
- مراقب سلامت کودکان و سالمندان باشم.
- با اولیای مدرسه برای ایجاد مدرسه حامی سلامت همکاری نمایم.
- مسوولیت اجتماعی خود برای ارتقای سلامت جامعه ام را انجام دهم.
- در گسترش اخلاق خوب و حسنه کوشا باشم.

۷-۷