

8 தரம்

சுகாதாரமும்
உடற்கல்வியும்

தலைப்பு 06
(1 பகுதி)



ஆரோக்கியமான
பாடசாலைச்

சுற்றாடலைக்
கட்டியெழுப்புவோம்

வ.சந்திரகேசன்
ப/மடுல்சீமை தமிழ் வித்தியாலயம் (தேசிய
பாடசாலை) பச்சை

8 தரம் சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றுாடலைக் கட்டியெழுப்புவோம்

பூரண சுகாதாரம் என்பது

உடல்

உள்



சமுக

ஆன்மீக

பரிபூரணம் பெற்றிருப்பதாகும்





வீடு



பாடசாலை



கிராமம்



வைத்தியசாலை



நகரம்

சுகாதார
மேம்பாட்டுக்கான
நிறுவனம் மற்றும்
சமூகம் என்று
கூறுலாம்

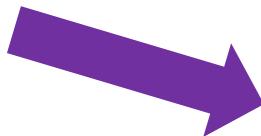
சுகாதார
மேம்பாட்டின்
கருப்பொருள்கள்



ஆரோக்கியம் தொடர்பான
கொள்கைகளை உருவாக்கல்



தனியால் தேர்ச்சி மற்றும் அறிவு விருத்தி

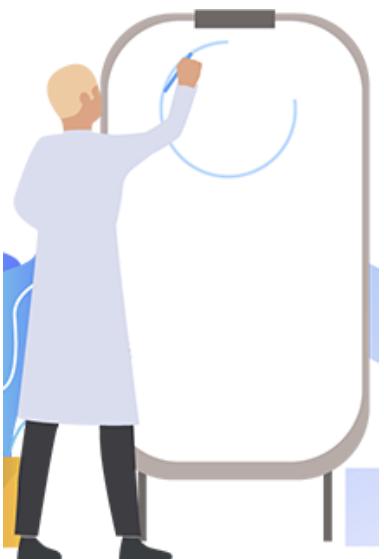


சுகாதார நோயமான சூழலை உருவாக்குதல்

சமூகப் பங்களிப்பைப் பெற்றுக் கொள்ளல்

சுகாதார சேவை மீளுருவாக்கமும் உச்சபயண பெற்றுக்கொள்ளலும்

பாடசாலைச் சுகாதார மேம்பாட்டுக் கொள்கைகள்



- கழிவுகளை முறையாக வேறாக்கி தொட்டிகளிடல்
- ❖ பொலித்தீன் மற்றும் உக்காத பொருட்கள்
- ❖ உக்கலடையும் பொருட்கள்
- ❖ கண்ணாடி பொருட்கள்
- ❖ கடதாசி வகைகள்
- ஒழுங்கும் சுத்தமும் கொண்ட சிற்றுாண்டிசாலையோன்றை நடாத்துதல்
- சுத்தமான குடிநீர் வழங்கல்
- வைத்திய முகாம் நடாத்துதல்
- சேயற்கை பானங்களைத் தடைசெய்தல்
- பாடசாலையில் பொலித்தீன் பாவனையை தடுத்தல்

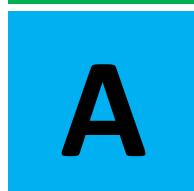
**S****Specific**

- குறிப்பிட்ட

கொள்கைகளை

செயற்படுத்தும் போது
கடைபிடிக்கவேண்டியவை**M****Measurable**

- அளவிடக்கூடிய

**A****Achievable**

-
- அடையக்கூடிய

**R****Realistic**

- யதார்த்தமான

**T****Time targeted - நேரம் இலக்கு**

சுகாதார மேம்பாடு என்பது

ஆரோக்கியத்தில் செல்வாக்கு செலுத்தும்

காரணிகளை கூடுப்படுத்தி தமது

ஆரோக்கியத்தை

மேம்படுத்திகொள்வதற்கான ஆற்றலை

மக்களுக்கு பெற்று கொடுப்பதே ஆகும்

பெளதிகச் சூழல்

- வகுப்பறைகள்
- பாடசாலை
- கட்டிடங்கள்
- பாடசாலைத் தேட்டம்
- மைதானம்
- சிற்றுாண்டிச்சாலை
- நீர்விநியோகம்

உள மற்றும் சமூகச் சூழல்

- பாதுகாப்பு
- உளவளத்துணைச் சேவை வசதிகள்
- அனைவரையும் சமாக மதித்தல்
- சூழ்செயற்பாடுகள்
- பாராட்டுதல்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

- தூய வளி
- சுத்தமான நிலம்
- கவர்சசிகரமான சூழல்
- வகுப்பறைச் சுத்தம்
- போதி மற்றும் சுத்தமான கழிப்பக வசதி
- தூய குடிநீர் வசதி
- போதியதிலாவு விளையாட்டு வசதிகள்
- ஆரோக்கியமான சிற்றுாண்டிச்சாலை
- பாதுகாப்பான பாடசாலைச் சுற்றுாடல்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

தூய வளி

- அயற்சுழலில் பொருத்தமானவாறு தாவரங்களை நடுதல்
- வகுப்பறை.ஆய்வுகூடம். நூலகம். சங்கீத நடன அறைகள் என்பவற்றில் கதவு யன்னல்களை திறந்து வைத்தல்
- வளி செல்லும் துளைகளை மறைக்காதிருத்தல்
- என்பவற்றின் மூலம் தூய வளியை பெற்றுக்கொள்ளலாம்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

சுத்தமான நிலம்

- கழிவுகளை அகற்றுவதற்கான

சிறந்த முறையொன்று காணப்படல்

- சிதைவடையகூடிய சிதைவடையாத

பொருள்களை இடுவதற்கான

கழிவுதொட்டில்கள் வைக்கப்படல்

- கழிவுகளை அகற்றுவதற்கான

ஒத்துழைப்பைப் பெற்றுக்கொள்ளல்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

கவர்சசிகரமான தன்மை

- பாடசாலைத் தோட்டம் மனங்கவர் இடமாக்கள்
- திசைகளை காட்டும் படங்கள் காட்சிப்படுத்தல்
- பெயர் பலகை வைத்தல்
- வீட்டுத்தோட்டம். பூந்தோட்டம் செய்தல்
- நீர் தடாகங்கள் அமைத்தல்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

வகுப்பறைச் சுத்தம்

- வகுப்பறை சுத்தம்
செய்வதற்கான நாளந்தத்
திட்டமிடல்
- மேசை கதிரை கரும்பலகை
ஓழுங்காக வைத்திருத்தல்
- கழிவுகளை இடுவதற்கான
சூடைகளைப் பேணுதல்



8 தரம் சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றுாடலைக் கட்டியெழுப்புவோம்

சிறந்த பாடசாலைப் பொதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

போதி மற்றும் சுத்தமான கழிப்பக வசதி

- மாணவர் எண்ணிக்கைக்கேற்ப போதிய மற்றும் சுத்தமான கழிப்பக வசதி காணப்படல்
- ஆண்.பெண் கழிப்பக வசதி காணப்படல்
- அங்கவீனர்களுக்குகழிப்பக வசதி காணப்படல்
- தூய்மை போதிய நீர் வசதி கழிவுகளை அகற்றும் வசதி என்பன காணப்படல்



சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

போதியதிலாவு விளையாட்டு வசதிகள்

- விளையாட்டு மைதானம்
- விளையாட்டு உபகரணங்கள்
- விளையாட்டு பயிற்சிகளுக்கான இடம்
- பாதுகாப்பு
- குளிர் தரும் மரங்களை நடுதல்

மைதானத்தை ஒழுங்கமைத்தல்



8 தரம் சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றுாடலைக் கட்டியெழுப்புவோம்

சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

ஆரோக்கியமான சிற்றுண்டிச்சாலை

- கைககளை கழுவுவதற்கும்
குடிப்பதற்கும் தூய நீர்
வசதிகளை வழங்கல்
- கழிவுகற்றும் தொட்டில் வைத்தல்
- சுத்தம் உயர்மட்டத்தில்
காணப்படல்
- போசனை உணவுகள் வழங்குதல்



8 தரம் சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றுநாட்டலைக் கட்டியெழுப்புவோம்

சிறந்த பாடசாலைப் பெளதிகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்கள்

பாதுகாப்பான பாடசாலைச் சூழல்

- பாடசாலை முன்னால் விபத்துக்கள் நிகழ்வதை குறைப்பப்பதற்கான வகுக்களை
- செய்தல்
- சரியான வீதி விதிமுறைகளை கடைப்பிடித்தல்
- பள்ளம் அல்லது சூழிகள் உள்ள இடத்தில்

வேலியமைத்தல்

