

8 தரம்

சுகாதாரமும்  
உடற்கல்வியும்

தலைப்பு 06

(2 பகுதி )



ஆரோக்கியமான  
பாடசாலைச்  
சுற்றாடலைக்  
கட்டியெழுப்புவோம்

வ.சந்திரகேசன்

ப/மடுல்சீமை தமிழ் வித்தியாலயம் தேசிய

பாடசாலை பசறை

8 தரம் சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் ஆரொக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றாடலைக்கட்டியெழுப்புவோம்

பூரண சுகாதாரம் என்பது

உடல்

உள

சமூக

ஆன்மீக

பரிபூரணம் பெற்றிருப்பதாகும்



S

Specific

- குறிப்பிட்ட

கொள்கைகளை  
செயற்படுத்தும் போது  
கடைபிடிக்கவேண்டியவை

M

Measurable

- அளவிடக்கூடிய

A

Achievable

- அடையக்கூடிய



R

Realistic

- யதார்த்தமான

T

Time targeted - நேரம் இலக்கு



## ■ கோள்கைகளை செயற்படுத்தும் போது கடைபிடிக்கவேண்டியவை

■ ஒவ்வோரு குழுவுக்கும் தெளிவுபடுத்துதல்

■ விடயம் தொடர்பாக தெளிவுபடுத்தும்போது அதற்கான

திட்டத்தினை செயல்படுத்தல்



■ பொறுப்புக்களை வழங்கள்

■ நியமனம் செய்தயலும் பாராட்டலும்

சுகாதார மேம்பாடு என்பது

ஆரோக்கியத்தில் செல்வாக்கு செலுத்தும்

காரணிகளை கட்டுப்படுத்தி தமது

ஆரோக்கியத்தை

மேம்படுத்திகொள்வதற்கான ஆற்றலை

மக்களுக்கு பெற்று கொடுப்பதே ஆகும்



பௌதிகச்சூழல்

உள மற்றும்  
சுமுகச்சூழல்



உள மற்றும் சமூகச்சூழல்



உங்களைச் சூழவுள்ளவர்களுடன் சிறந்த தொடர்புளைப் பேணியவாறு  
மகிழ்வுடன் வாழத்தக்க ஒரு சூழலாகும்



உள மற்றும் சமூகச் சூழல்

காணபடவேண்டிய தேர்ச்சிகள்



- ஆற்றல்களை இனங்காணல்
- சாவால்களுக்கு வெற்றிகரமாக முகங்கொடுத்தல்
- வினைத்திறனுள்ள தொடர்பாடல்
- பரிவுணர்வு (பச்சாதாபம்)





## உள மற்றும் சமூக மேம்பாடுடைய பாடசாலை சூழலொன்றில் காணபடவேண்டிய அம்சங்கள்

- பாதுகாப்புணர்வு
- உளவளத்துணைச் சேவை வசதிகள்காணப்படல்
- அனைவரையும் சமமாக மதித்தல்
- குழச்செயற்பாடுகளுக்கான சந்தர்ப்பங்கள் காணப்படல்
- பாராட்டுதல்



## உள மற்றும் சமூக பாடசாலை சூழலொன்றில் காணபடவேண்டிய அம்சங்கள்

சூழச்செயற்பாடு



- ஒவ்வொருவரை இனங்கண்டு கொள்ளல்
- ஏனையோரின் கருத்துக்களைக் கேட்பதற்கும் அற்றை மதிப்பதற்கும் கருத்து வெளியிடுவதற்கும் சந்தர்ப்பம் வழங்கள்
- எண்ணங்கள் சிந்தனைகள் பண்புகள் நடத்தைகளில் ஆளுக்கால் வித்தியாசத்தை இனங்காணல்

## உள மற்றும் சமூக பாடசாலை சூழலொன்றில்

### காணபடவேண்டிய அம்சங்கள்

உளவளத்துணைச் சேவை வசதிகள்

- நம்பிகையைப் பேணல் வரவேற்பு என்பன காணப்படல் வேண்டும்
- தேவையான சந்தர்ப்பத்தில் சேவையைப் பெற்றுக்கொள்ளும் வசதியும் காணப்படல்
- யாதேனும் பிரச்சினை ஏற்படும் போது அது தொடர்பான ஆசிரியருக்கு தெரியப்படுத்தல்
- பிரச்சினையை தீர்த்து கொள்ள முயல வேண்டும்



## உள மற்றும் சமூக பாடசாலை சூழலொன்றில் காணபடவேண்டிய அம்சங்கள்

பாதுகாப்புணர்வு

- சிறுவர் துஸ்பிரயாகங்களுக்கு நீங்கள் ஆளாகாதிருத்தல்
- ஆசிரியர்களும் பாடசாலை சமூகமும் விழிப்புணர்வுடன்  
உங்களை பாதுகாத்தல்
- வீட்டில் பெற்றோரிடம் பாதுகாப்பையும் அன்பையும்  
கருணையும் பெறல்
- அதிபர் ஆசிரியரிடம் சமனான பாதுகாப்பையும் அன்பையும்  
கருணையும் பெறல்



## பாடசாலைக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகளும் நிறுவனங்களும் தனிநபர்களும்

தனிநபர்கள்

- சுகாதார வைத்திய அதிகாரி
- பொது சுகாதாரப் பரிசோதகர்
- குடும்பநல சுகாதாரத் தாதியர்
- விவசாய அதிகாரி
- சுற்றாடல் அதிகாரி
- சிறுவர் பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்



## பாடசாலைக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகளும் நிறுவனங்களும் தனிநபர்களும்

நிறுவனங்கள்

- சுகாதார வைத்திய அதிகாரி அலுவலகம்
- வைத்தியசாலை
- பொலிஸ் நிலையம்
- சுகாதாரச்சங்கம்
- செஞ்சிலுவைச்சங்கம்
- சென் ஜோன்ஸ் அம்புலன்ஸ் சேவை



## பாடசாலைக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகளும்

## நிறுவனங்களும் தனிநபர்களும்

வேலைத்திட்டங்கள்

பாடசாலை வைத்திய பரிசோதனை

பாடசாலை பற்சிகிச்சைச் சேவை

நிர்பீடன வேலைத்திட்டம்

பாடசாலை சுகாதார மதிப்பீடு

தொற்று நோய்கள் மற்றும் தொற்றாத நோய்களை கட்டுப்படுத்தல்



சுகாதார சேவைகள்மூலம் நீங்கள் பெறும் பயன்கள் .

- அவற்றின் சில பின்வருமாறு

- தொற்று மற்றும் தொற்றா நோய்களிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கு உதவுதல்
- உரிய காலத்தில் நீர்பீடனத்தைப் வழங்குதல்
- பாற்சுகாதாரம் பேணல்
- போசணை நிலையை இனங்காணல்
- சுகாதாரம் தொடர்பான செய்திகளை அளித்தல்
- பாதுகாப்பு தொடர்பான தகவல்களை வழங்குதல்
- பிறப்பில் ஏற்படும் உடற் குறைபாடுகளை இனங்காணல்





## சமூகப் பங்களிப்பைப் பெற்றுக் கொள்ளல்

பாடசாலைச் சமூகம் என்பது பெற்றோர் அயலவர்கள் பழையமாணவர்கள் நலன் விரும்பிகள் போன்ற பாடசாலையுடன் தொடர்பா அனைவரும் அடங்குவர்



பாடசாலையினால் சமூகத்திற்கும் சமூகத்தினால்  
பாடசாலைக்கு ஆற்றக்கூடிய பணிகள்

சமூகத்தினால்

பாடசாலைக்கு



பாடசாலையினால்

சமூகத்திற்கும்