

<p>فصل چهارم دفاع</p> <p>غیر نظامی</p> <p>درس یازدهم ایمنی و پیشگیری</p> <p>نام طراح: مریم مالکی</p>	<p>به نام خدا</p> <p>معاونت آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش</p> <p>دفتر آموزش متوسطه نظری</p> <p>دبیرخانه راهبری کشوری درس آمادگی دفاعی</p> <p>استان تهران</p> <p>تولید شده در استان سیستان و بلوچستان</p>	<p>محتوای نوشتاری</p> <p>کتاب آمادگی دفاعی پایه دهم</p> <p>سال تحصیلی ۹۹-۱۴۰۰</p>
--	---	---

عنوان / موضوع : ایمنی و پیشگیری

### اهداف یادگیری:

- ۱- آشنایی با مفهوم مخاطره ، نتایج مخاطره و منشأ مخاطره
- ۲- آشنایی با نقشه خطر بلایا و رسم آن
- ۳- آشنایی با مفهوم ایمنی و پیشگیری و اهمیت آن

### انتظارات پس از مطالعه:

- ۱- مفهوم مخاطره و نتایج مخاطره را بدانند.
- ۲- منشأ مخاطره را بشناسند.
- ۳- انواع مخاطرات درمحل زندگی خود و احتمال وقوع آن را بدانند.
- ۴- نقشه خطر بلایا را درمخاطرات مختلف بتوانند ترسیم کنند.
- ۵- اهمیت ایمنی و پیشگیری را بدانند.
- ۶- مفهوم ایمنی و پیشگیری را درمخاطرات مختلف بتوانند به کار گیرند.

### نکات مهم درس در قالب جمله‌های کوتاه به زبان ساده و صریح

مخاطره : به یک پدیده (مانند زلزله) ، ماده (مانند گاز) و فعالیت انسانی (مانند آتش سوزی) گفته می شود

که باعث صدمات و تلفات جانی و مالی به انسان یا تخریب طبیعت می شود.  
نتایج مخاطره : ۱- از بین رفتن معیشت ۲- کاهش خدمات ۳- از هم گسیختگی اجتماعی و اقتصادی  
منشأ مخاطره : ۱- طبیعی (مانند زلزله) ۲- انسانی (مانند آتش سوزی منازل) ۳- ترکیبی از طبیعی و  
انسانی (مانند برخی از سیل ها)

نقشه خطر بلایا:

رسم نقشه خطر بلایا، در واقع یک روش آموزشی برای مشارکت اعضای خانواده در برنامه ریزی برای مقابله  
با خطر بلایاست. برای رسم نقشه خطر ابتدا نوع مخاطره را مشخص می کنیم و سپس نقشه آن را ترسیم  
می کنیم.

ایمنی و پیشگیری :

به مجموعه فعالیت هایی که کاربرد به موقع و موثر آنها میتواند از وقوع حوادث و آسیب ها در زندگی  
جلوگیری کند، ایمنی و پیشگیری گفته می شود.

چند توصیه ایمنی :

۱- کیف کمک های اولیه را در منزل، مدرسه و ... داشته باشید.

۲- در دوره های آموزشی مانورهای ایمنی و پیشگیری شرکت کنید.

۳- مسیرهای خروج اضطراری و نقاط امن را مشخص کنید.

۴- از مزایا و خدمات بیمه استفاده کنید.

## توضیح خلاصه:

به هشدارها توجه کنیم

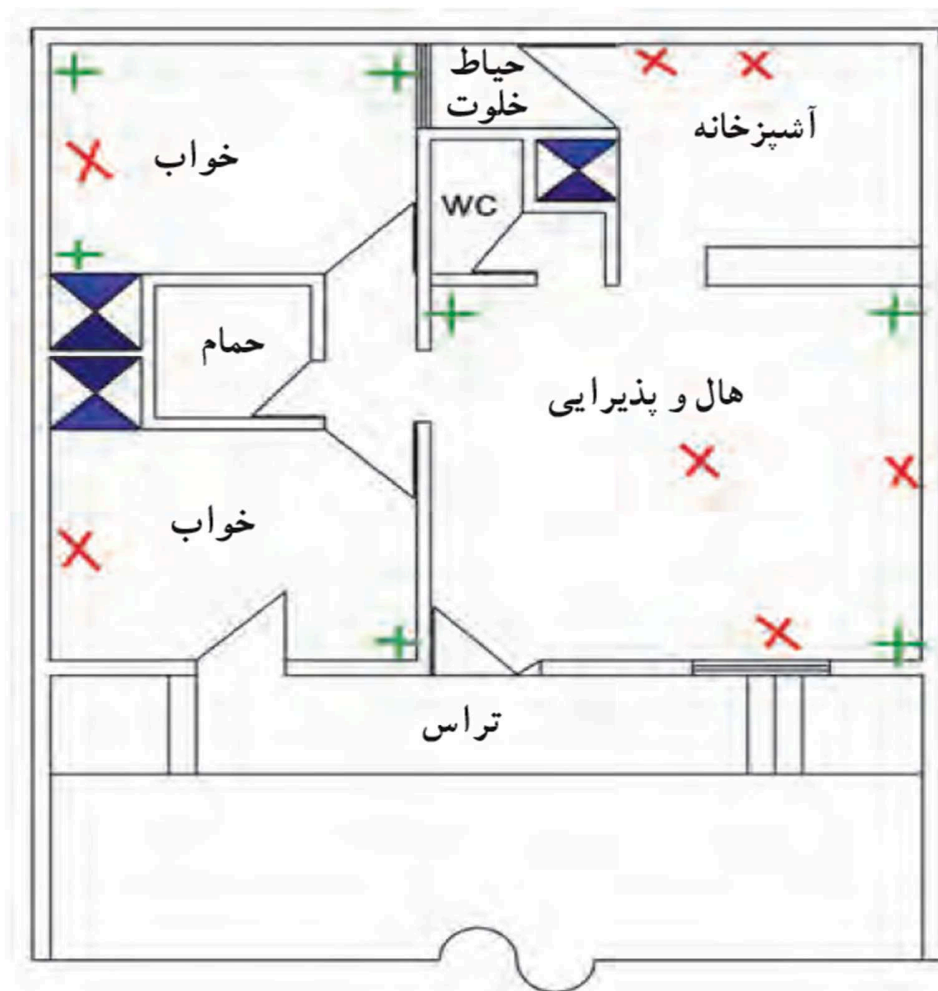
شما تاکنون شاهد برخی حوادث طبیعی و غیر طبیعی بوده اید و خسارت های جانی و مالی این حوادث  
بسیار نگران کننده است. علم و دین ما را به آینده نگری و چاره جویی فرا می خواند. بهتر است در مواجهه با  
مخاطرات و حوادث گوناگون به فکر ایمنی و پیشگیری باشیم و به هشدارهایی که از طریق رسانه ها اعلام  
می شود توجه کنیم.

اهمیت ایمنی و پیشگیری

هر روز در رسانه ها از وقوع حادثه ای در اطرافمان با خبر می شویم. در اکثر موارد علل واقعی این اتفاقات  
بی احتیاطی و بی اطلاعی است. به همین دلیل برای پیشگیری از وقوع حوادث در جهان و به ویژه در  
کشورمان قوانین ایمنی را مصوب کرده اند و به اجرا گذاشته اند. در وقوع سوانح، مدیریت متمرکز دولتی به  
تنهایی پاسخگوی واکنش اضطراری نیست. لذا به منظور افزایش ایمنی، نیاز به مشارکت مردم و آموزش

های علمی و مهارتی در زندگی امری ضروری است.  
علاج واقعه قبل از وقوع باید کرد  
اقدامات ایمنی و پیشگیرانه برای همگان و در همه جا لازم و ضروری است. عدم وقوع حادثه در بازه زمانی طولانی نباید موجب غفلت و احساس امنیت برای ما شود.

### تصاویر: (در صورت نیاز)



نمونه‌ای از نقشه خطر بلایا در مخاطره زلزله

## پاسخ فعالیت های کتاب:

فعالیت (۲) صفحه ۱۳۷ کتاب قسمت اول

- ۱-خونسردی خود را حفظ کرده و حتی الامکان از محل وقوع سیل فاصله می گیریم.
- ۲-افراد دیگری که قصد عبور از این محدوده را دارند مطلع کرده و هشدار های لازم را به آن ها می دهیم.
- ۳-به آرامی و باتوجه کافی به خرابی ها و شیب مسیر،رانندگی می کنیم.

فعالیت (۲) صفحه ۱۳۷ کتاب قسمت دوم

- ۱-از رسانه های اطلاع رسانی مانند رادیو ، تلویزیون و سایر وسایل ارتباطی ، اطلاعات لازم را از مراکز هواشناسی دریافت کنیم.
- ۲-تحت هیچ شرایطی در مناطق سیل خیز و در مسیر رودخانه چادر بر پا نکنیم و از توقف خودرو در این نقاط خودداری کنیم.

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۰ کتاب قسمت اول

- ۱-استراحت کافی راننده قبل از رانندگی
- ۲-پس از دو ساعت رانندگی به مدت ۱۵ دقیقه استراحت کنیم.
- ۳-آموزش همگانی توسط رسانه ها و ایجاد بستر فرهنگی صحیح رانندگی

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۰ کتاب قسمت دوم

- ۱-با فنون اولیه شنا آشنا شویم.
- ۲-هنگامی که دریا طوفانی است در آن شنا نکنیم.
- ۳-هنگام قایق سواری حتما جلیقه نجات بپوشیم.

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۱ کتاب قسمت سوم

- ۱-وارد آب سیلاب نشوید، زیرا ممکن است دارای جریان برق باشد.
- ۲-اسناد و مدارک مهم را در قسمت های بالایی منزل نگهداری کنیم.
- ۳-از پل های سستی که احتمال فرو ریختنشان زیاد است فاصله بگیرید.
- ۴-در حریم رودخانه درخت بکاریم.

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۱ قسمت چهارم

- ۱-انجام معاینه فنی خودرو ها در موعد مقرر
- ۲-تنظیم باد لاستیک ها
- ۳-بیرون بردن کارخانه های صنعتی از داخل شهر ها
- ۴-استفاده از کیسه های کاغذی

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۱ کتاب قسمت پنجم

۱- از الکل ، بنزین و مواد با درجه اشتعال زایی بالا برای روشن کردن آتش استفاده نکنید.

۲- نقص وسایل برقی را برطرف کنیم.

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۱ و ۱۴۲ کتاب قسمت ششم

۱- از شلنگ های با طول کوتاه برای بخاری استفاده کنیم.

۲- استفاده از وسایل گرمایشی استاندارد

۳- بازرسی و سرویس مداوم وسایل گرمایشی

فعالیت (۵) صفحه ۱۴۲ کتاب قسمت هفتم

۱- در هنگام احداث ساختمان ، اصول و ضوابط مقررات ملی ساختمان را رعایت نمایید.

۲- همه قفسه ها را به دیوار وصل کنیم.

۳- کپسول آتش نشانی و جعبه کمک های اولیه در اختیار داشته باشیم.

۴- از قرار دادن مبلمان و تخت خواب در زیر پنجره ها خودداری کنید.

## **طراحی پرسش ها یا فعالیت های مکمل برای درک بهتر مطلب مطرح شده در درس:**

سوالات صحیح و غلط :

۱- مخاطره ممکن است منجر به از بین رفتن معیشت ، کاهش خدمات و از هم گسیختگی اجتماعی و

اقتصادی شود. (صحیح)

۲- برای رسم نقشه خطر بلایا ابتدا نقشه آن را ترسیم می کنیم و سپس نوع مخاطره را مشخص می کنیم.

(غلط)

۳- در وقوع سوانح ، مدیریت متمرکز دولتی به تنهایی پاسخگوی واکنش اضطراری است. (غلط)

۴- اقدامات ایمنی و پیشگیرانه برای همگان و در همه جا لازم و ضروری است. (صحیح)

سوالات کامل کردنی :

۱- علم و دین ما را به ..... و ..... فرا می خواند. (آینده نگری - چاره جویی )

۲- رسم ..... ، در واقع یک روش آموزشی برای مشارکت اعضای خانواده در برنامه ریزی برای

مقابله با خطر بلایاست. (نقشه خطر بلایا )

۳- در اکثر موارد علل واقعی اتفاقات ..... و ..... است. (بی احتیاطی - بی اطلاعی )

۴- منشأ مخاطرات ممکن است ..... ، ..... یا ..... باشد. (طبیعی - انسانی - ترکیبی از

طبیعی و انسانی)

### سوالات چهار گزینه ای

- ۱-مخاطره ممکن است منجر به کدام یک از گزینه های زیر شود؟ (گزینه د)  
الف) از بین رفتن معیشت  
ب) کاهش خدمات  
ج) از هم گسیختگی اجتماعی و اقتصادی  
د) همه موارد
- ۲-به منظور افزایش ایمنی ، نیاز به کدام یک از گزینه های زیر ضروری است؟ (گزینه د)  
الف) مشارکت مردم  
ب) قوانین ایمنی  
ج) آموزش علمی و مهارتی  
د) گزینه الف و ج
- ۳-عدم وقوع حادثه در بازه زمانی ..... نباید موجب غفلت و احساس امنیت برای ما شود. (گزینه الف)  
الف) نسبتاً طولانی  
ب) نسبتاً کوتاه  
ج) میان مدت  
د) کوتاه مدت
- ۴-داشتن کیف کمکهای اولیه در کدام یک از مکان های زیر ضروری است؟ (گزینه ج)  
الف) منزل  
ب) مدرسه  
ج)گزینه الف و ب  
د)هیچکدام

### سوالات تشریحی :

۱-مخاطره را تعریف کنید.

به یک پدیده (مانند زلزله) ، ماده (مانند گاز ) و فعالیت انسانی ( مانند آتش سوزی ) گفته می شود که باعث صدمات و تلفات جانی و مالی به انسان یا تخریب طبیعت می شود.

۲-منشأ مخاطرات چه عواملی می باشد؟

۱- طبیعی (مانند زلزله ) ۲-انسانی ( مانند آتش سوزی منازل ) ۳- ترکیبی از طبیعی و انسانی ( مانند برخی از سیل ها )

۳-ایمنی و پیشگیری را تعریف کنید.

به مجموعه فعالیت هایی که کاربرد به موقع و موثر آنها میتواند از وقوع حوادث و آسیب ها در زندگی جلوگیری کند ، ایمنی و پیشگیری گفته می شود.

۴-چهار توصیه مهم ایمنی به منظور ایمنی و پیشگیری در مخاطرات را بنویسید.

۱-کیف کمک های اولیه را در منزل ، مدرسه و ... داشته باشید.

۲-در دوره های آموزشی مانورهای ایمنی و پیشگیری شرکت کنید.

۳-مسیرهای خروج اضطراری و نقاط امن را مشخص کنید.

۴-از مزایا و خدمات بیمه استفاده کنید.

## **معنای واژگان :**

**Safety :** ایمنی

مصونیت ، ایمن بودن ، امن و امان ، سلامت ، حفاظت ، حمایت ، کامرانی و سعادت

**Prevention :** پیشگیری

جلوگیری از ابتلا به بیماری

**Risk :** مخاطره

خود را به خطر افکندن

---

## **ارجاعات : ( منابع استفاده شده )**

۱- کتاب آمادگی دفاعی پایه دهم چاپ ۹۹

۲- اینترنت

۳- فرهنگ فارسی معین