

بارمبندی درس آمادگی دفاعی پایه دهم - کد: ۱۱۰۲۱۵
دوره دوم متوسطه - سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵

بزرگسالان	روزانه						درس	ردیف.	
	شهریور		نوبت دوم		نوبت اول				
	عملی	تئوری	عملی	تئوری	عملی	تئوری			
۵		۳		۳		۴	۱	امنیت پایدار	
							۲	بسیج، حافظ انقلاب اسلامی	
						۴	۳	حماسه هشت سال دفاع مقدس	
۵							۴	۴	آشنایی با یادمان های دفاع مقدس
		۳		۳		۴	۵	جنگ نرم	
۵								۶	پدافند غیرعامل
		۳		۳				۷	اسوه های صبر و مقاومت
۵								۸	اقتدار دفاعی
		۳		۳				۹	مهارت های دفاع و رزم
								۱۰	آشنایی با حوادث کمک های اولیه
۲۰	۸	۱۲	۸	۱۲	۸	۱۲	جمع		
۲۰	۲۰		۲۰		۲۰				

نوبت اول: آموزش و تمرین حرکات نظام جمع، آموزش عملی مقابله با آتش سوزی و خاموش کردن آتش، آشنایی با ماسک و آموزش عملی ماسک گذاری و شناسایی جان پناه های موجود در مدرسه

گروه برنامه ریزی و ارزشیابی دوره متوسطه دفتر تألیف. آبان ۹۵

نوبت دوم: قطب‌نما و اجرای عملی جهت یابی، اجرای عملی تخمین مسافت، آموزش عملی امداد و نجات و کمک‌های اولیه، اردوی عملی آشنایی با اسلحه و میدان تیر



کانال تلگرام دہی ڈا



با عضویت در کانال تلگرام دہی ڈا مطالب زیر را در کوشی خود دریافت کنید:

**** خرید اینترنتی کتاب های کمک آموزشی

* آخرین اخبار علمی و آموزشی پایه دهم

**** دانلود فیلم ها و کلیپ های آموزشی

** دانلود کتاب های درسی

*** دریافت نمونه سوالات امتحانی



دعوت به همکاری



الزکات العلم نشره

زکات علم نشر آن است.

از گنیه اساتید، دبیران، مشاوران، دانش آموزان و اعضاء محترم کانال دعوت می گردد تا در صورت تمایل مطالب آموزشی خود را شامل متن، تصویب کلیپ های آموزشی و غیره به شماره تلگرامی ۰۲۳۷-۳۵۶-۹۸۴۹ ارسال نمایند تا پس از بررسی و تایید با نام فرستنده مطلب در کانال قرار گیرد.



کانال تلگرامی دہی ڈا

@e_pakniyat_ir