فرم طرح درس

 مشخصات کلی درس:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| عنوان واحد درسی: بهداشت سالمندان | نوع واحد درسی (نظری/عملی):نظری | تعداد واحد (نظری/عملی):2 |
| کد درس: 1418023 | عنوان درس پيش نياز یا هم نیاز: | زمان برگزاری آموزش (روز - ساعت): شنبه 13-15 |
| محل برگزاری آموزش: | تعداد جلسات:17 | سایر: |

مشخصات فراگیران:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| رشته تحصیلی:بهداشت عمومی | مقطع تحصیلی: کارشناسی | نیمسال تحصیلی: 1402-3 |
| تعداد فراگیران:10 | گروه آموزشی: بهداشت عمومی  | دانشکده: |

مشخصات مدرس/ مدرسین:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| نام و نام خانوادگی:محمود کریمی | رشته تحصیلی:آموزش بهداشت | مقطع تحصیلی:دکتری  |
| رتبه علمی: | گروه آموزشي: بهداشت عمومی  | پست الکترونیک:karimymahmood@yahoo.com |
| تلفن:086………. | روزهای حضور در گروه: شنبه-4شنبه | آدرس دفتر:  |

ضوابط آموزشی:

|  |  |
| --- | --- |
| وظایف و تکالیف دانشجو: | \* تهیه یک مطلب آموزشی در رابطه با درس\* حضور بموقع و منظم \*پاسخگویی به سئوالات و شرکت در بحث \* حضور با مطالعه قبلی در کلاس |
| مقررات و نحوه برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو : |  |

**شیوه ارزشیابی:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **روش های ارزیابی:** | **میزان نمره از 20** | **نوع آزمون: (شفاهی، کتبی، چندگزینه ای، جورکردنی، صحیح-غلط، تشریحی، پاسخ کوتاه، کامل کردنی)** |
| آزمون میان ترم  | 3-5 |  |
| آزمون پایان ترم | 10-13 |  |
| کوئیزها | 2-4 |  |
| تکلیف آموزشی، پروژه تحقیقاتی یا غیره | 2-4 |  |
| حضور منظم و فعال در کلاس و شرکت در بحث ها  | 1-2 |  |

اهداف درس:

**هدف کلی از ارایه این دوره آشنایی دانشجویان با تعریف سالمندی و بررسی تعیین کننده های سلامت جسمی و سلامت روان در سالمندان و درک و شناسایی پیش بینی کننده های افزایش کیفیت زندگی در سالمندان می باشد. در این راستا ضرورت آشنایی دانشجویان با مفاهیم زیر احساس می شود:**

**تعریف سالمندی، طبقه بندی سالمندی ،عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالمندان و جمعیت شناختی و تغیرات هرم سنی در ایران و جهان، تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک در سالمندی، اپیدمیولوژی بیماری های شایع در سالمندی، ارزش اجتماعی و معنوی در سالمندی، مراقبت از سالمندان، جایگاه سالمندی در نظام شبکه های بهداشتی و عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی در سالمندان.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **آموزش** **مجازی)لب تاب و اسلاید آموزشی(**  | **سخنرانی، پرسش و پاسخ**  | **شناختی(دانش)** **شناختی(دانش)** **شناختی(ادراک)** **عاطفی (توجه)** | **دانشجو بتواند ضررت توجه به بهداشت سالمندان را شرح دهد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه تعریفی از فرد سالمند را بیان کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه نیازهای دوران سالمندی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه سالمندی را به عنوان یک فرایند زیستی نه ناتوانی درک و درباره آن بحث کند .** **دانشجو بتوانند با کمک نمایش اسلاید آموزشی ،به سوالات مدرس در خصوص عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالمندان بازخورد صحیح بدهند.**  | **آشنایی با طرح درس و تعاریف سالمندی و اصطلاحات مرتبط با آن**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **آموزش** **مجازی)لب تاب و اسلاید آموزشی(**  | **سخنرانی ، پرسش و پاسخ، بحث گروهی**  | **حیطه شناختی (دانش)** **شناختی(ادراک)****شناختی(تحلیل)** **عاطفی****مهارتی** | **دانشجو بتواند مفاهیم جمعیت‌شناسی، هرم سنی و گذار جمعیتی را شرح دهد.****تفاوت بین ساختار سنی جمعیت کشورهای توسعه‌یافته و در حال توسعه را مقایسه کند.****عوامل مؤثر بر تغییرات هرم سالمندی در ایران (مانند کاهش باروری، افزایش امید به زندگی) را تحلیل نماید.****اهمیت برنامه‌ریزی بهداشتی برای جمعیت سالمند را بیان کند.** **توانایی ترسیم و تفسیر هرم سنی جمعیت ایران و یک کشور توسعه‌یافته (مثل ژاپن) را داشته باشد.****از داده‌های مرکز آمار ایران برای پیش‌بینی چالش‌های آینده سالمندی در ایران استفاده کند.** | **عوامل تاثیر گذار در افزایش جمعیت سالمندی و مقایسه تغیرات هرم سنی در ایران و جهان**  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **آموزش** **مجازی)لب تاب و اسلاید** **آموزشی(**  | **سخنرانی، TBL ، پرسش و پاسخ ،** | **شناختی(دانش)** **شناختی(ادراک)** **شناختی(ادراک)** **شناختی(تحلیل)**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه سه مورد از تغییرات آناتومی و فیزیولوژیک دوران سالمندی را بیان دارد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه سه مورد از تغییرات فیزیولوژیکی که کیفیت زندگی سالمند را تحت تاثیر قرار می دهد را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه وضعیت اسکلتی عضلانی سالمندان را با وضعیت اسکلتی عضلان افراد جوان را مقایسه کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه تغییرات آناتومی با استفاده از اسلاید آموزشی تفسیر کند**  | **تغییرات فیزیولوژیک و اناتومیک سالمندی**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ** | **شناختی(دانش)** **شناختی(ادراک)** **شناختی(ترکیب)** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه 3 مورد از بیماری شایع دوران سالمندی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه 5 مورد از دلایل ایجاد بیماری های شایع در دوران سالمندی رابیان کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه بیماری های شایع در دوران سالمندی را طبقه بندی کند.**  | **اپیدمیولوژی بیماری های شایع در سالمندی**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، بحث گروهی، PBL**  | **شناختی(دانش)** **شناختی(تحلیل)** **شناختی (ادراک)****مهارتی(کاربرد)**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل موثر مرتبط با بیماریهای دستگاه گوارش را تشریح نماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اقدامات موثر در کاهش بیماری های دستگاه گوارش را تشریح نماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اقدامات موثر در کاهش سوانح وحوادث سالمندی را تشریح نماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه نحوه ی انجام تست فیت )سرطان روده بزرگ( را به سایر دانشجویان نشان دهد.**  | **پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع** **(سرطان، بیماری سوانح و حوادث، بیماریهای گوارشی)**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، PBL، بحث گروهی،** | **شناختی(ادراک)** **شناختی(دانش)****شناختی(ادراک)** **مهارتی** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل موثر بر افزایش پوکی استخوان را بیان کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه سه مورد از راهکارهای کاهش بیماری قلبی عروقی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه سه مورد از عوامل موثر در پیشگیری از پوکی استخوان را نام ببرد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه یک مداخله اموزشی موثر در پیشگیری از پوکی استخوان طراحی کند** | **پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع (پوکی استخوان، بیماری های قلبی عروقی)**  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی /بحث گروهی/ ایفای نقش/نمایش عملی** | **شناختی(دانش)** **شناختی(ادراک)** **شناختی(ادراک)** م**هارتی** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه انواع بیماری های اسکلتی عضلانی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل مرتبط با پیشگیری بیماری اسکلتی عضلانی را بیان کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اهمیت بهداشت فردی را در سالمندان بیان کند.** **با مداخله آموزشی طراحی شده یک سالمند را در حوزه پیشگیری از اختلالات اسکلتی آموزش دهد.** | **پیشگیری از بیماریهای عضلانی اسکلتی وبهداشت فردی مرتبط با آن**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی ، بحث گروهی** | **شناختی(ادراک)**  **مهارتی****شناختی(کاربرد)** **شناختی(کاربرد)****نگرشی** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه چارت سالمندان در نظام شبکه بهداشتی را بشناسد و وظایف هر یک از کارکنان بهداشتی و مسئولین شبکه های را در قبال سالمندان توضیح دهد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه نحوه اندازه گیری نمایه توده بدنی و درجه حرارت را در سالمندان نمایش دهد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه چگونگی نظارت و پیگیری امور مربوط به سالمندان و نحوه تشکیل پرونده و ارجاع به مراکز بالاتر را بیان نماید** **از منزلت و شان سالمندان در گروه کلاسی دفاع کند** | **جایگاه سالمندی در نظام شبکه های بهداشتی**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، طوفان فکری، ،TBL,PBL** | **شناختی(کاربرد+ترکیب)** **شناختی(ارزشیابی+قضاوت)** **شناختی(دانش)** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه دو مورد از انتظارات سالمندان از خانواده ها ، دوستان و جامعه را شناسایی و ارتباط متقابل جامعه و سالمند را بیان کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه چالش های و مشکلات و فرصتهای حضور سالمندان را در سرای سالمندان در آنجا مقایسه کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه دو مورد از بیماری ها با شیوع بالا را در سرای سالمندان نام ببرد.**  | **مراقبت از سالمندان**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، بحث گروهی**  | **شناختی(ترکیب)** **شناختی(تحلیل)** **شناختی(تحلیل)** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه سطوح سه گانه پیشگیری و نقش آنها را در جلوگیری از بیماری های دوران سالمندی شرح دهد** **دانشجو بتواند در پایان جلسه نقش عوامل موثر در پیری زودرس را شناخته و نسبت به پیشگیری از ان اقدام نماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه سبک ناسالم زندگی دوران کودکی و نوجوانی که در دوران سالمندی به شکل بیماری بروز می کند را شرح دهد.** | **مراقبت از سالمندان** |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **طوفان فکری، بحث گروهی، ایفای نقش** | **شناختی(ترکیب)** **عاطفی** **شناختی(ترکیب)**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه ابعاد معنوی دوران سالمندی را بیان داشته و حمایت روانی از آنها را شرح دهد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه جایگاه سالمندی را در فرهنگ ایران تعریف نموده و نحوه استفاده از تجربیات آنها را بیان دارد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه دو مورد از نقش سالمندان در اجتماع را نام ببرد.**  | **ارزش اجتماعی و معنوی در سالمندی**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، بحث گروهی، میزگرد با حضور متخصصین**  | **شناختی(تحلیل)** **شناختی(ترکیب)** **شناختی(ترکیب)**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان را تشریح نماید** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اقدامات فردی واجتماعی ارتقا دهنده کیفیت زندگی سالمندی را تشریح نماید.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل اجتماعی موثر بر سلامت سالمندان را تشریح نماید.**  | **ارتقائ کیفیت زندگی**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی ، بحث گروهی،TBL** | **شناختی(دانش)****شناختی(کاربرد)** **عاطفی** |  **- تعریف سبک زندگی****- عوامل موثر بر سبک زندگی را نام ببرد****- سبک زندگی سالم را در سالمندان شرح دهد****- اهمیت سبک زنذگی سالم را تشریح نماید.**  | **سبک زندگی سالم در سالمندان** |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی، میزگرد با حضور متخصصین، PBL**  | **شناختی(دانش)** **شناختی(کاربرد)** **شناختی(کاربرد)**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه آزمایشات مرتبط با دوران سالمندی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اهمیت آزمایشات مرتبط با دوران سالمندی را درک کند و شرح دهد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه نحوه ی انجام یکی از غربالگری های روتین دوران سالمندی را شرح دهد.**  | **آزمایشات و غربالگری های روتین برنامه سالمندان**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ و TBL** | **شناختی(دانش)** **شناختی(دانش)** **مهارتی** | **دانشجو بتواند در پایان جلسه دو مورد از اثراث فعالیت بدنی را بر سلامت سالمند نام ببرد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه دو مورد انواع فعالیت بدنی متوسط را نام ببرد.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه یک برنامه فعالیت بدنی برای سالمندان طراحی و اجرا کند.**  | **اهمیت تاثیر فعالیت فیزیکی و ورزش بر سلامت سالمندان**  |

**معرفی منابع درس:**

1- حاتمی حسین، رضوی منصور، کتاب جامع بهداشت عمومی، فصل 11، گفتار 11

2- تاجور مریم، بهداشت سالمندان ، انتشارات نسل فردا ؛ آخرین چاپ

3- بوکلت مراقبت های ادغام یافته سالمندان 1011

4. سبک زندگی سالم در سالمندان

5.گزارش بررسی وضعیت سالمندان د کور سال 1431 ،سهیال خوشبین و همکاران

6.راهنمای آموزشی مراقبتهای ادغام یافته و جامع سالمندی ، سهیال خوشبین و همکاران

7.کهنسالان، سیمون دویوار، ترجمه محمدعلی طوسی

8. مجله طب سالمندی

9. مجله پر ستاری سالمند

10. کتاب جامع بهداشت عمومی، تالیف اساتید دانشگاههای علوم پزشکی

Healthy Aging: A Lifelong Guide to Your Well-Being Paperback – January 2, 2007

by Andrew Weil M.D.

journal of Aging and Health (JAH)

Handbook of Aging and Mental Health An Integrative Approach Editors: Lomranz, Jacob (Ed.)