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):2 شنبه 10-12 |
| 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: | مقطع تحصیلی: |
| 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: |  |
| 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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)ادراک(** **شناختی)ادراک(** **شناختی)ادراک(**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل تاثیر گذار در افزایش جمعیت سالمندی را شرح دهد .** **دانشجو بتواند در پایان جلسه در خصوص دلایل تغییرات در جمعیت سالمندان در سال های آینده در ایران را بحث کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه تفاوت هرم سنی سالمندان را با سایر هرم های سنی مقایسه کند.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه تحولات هرم سنی در ایران و جهان را مقایسه و تفسیر 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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)ادراک(** **شناختی)ادراک(**  | **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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه 1 مورد از بیماری شایع دوران سالمندی را نام ببرد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه 3 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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی )ادراک(**  | **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 نحوه ی انجام تست فیت )سرطان روده بزرگ( را به سایر دانشجویان نشان دهد.**  | **پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع** **)سرطان، بیماری گوارشی(**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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 ببردنماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه سه مورد از عوامل موثر در پیشگیری از پوکی استخوان را نام ببرد.**  | **پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع )پوکی استخوان، بیماری های قلبی عروقی(**  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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.**  | **پیشگیری بیماریهای عضلانی اسکلتی وبهداشت فردی مرتبط با آن**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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 توضیح دهد.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه چگونگی نظارت و پیگیری امور مربوط به سالمندان را و نحوه تشکیل پرونده و ارجاع به مراکز بالاتر را بیان نماید**  | **جایگاه سالمندی در نظام شبکه های بهداشتی**  |
| وسایل آموزشی  | روش تدریس  | حیطه  | اهداف رفتاری  | عنوان مبحث:  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **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 دارد.** **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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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 را شناخته و نسبت به پیشگیری از ان اقدام نماید.** **دانشجو بتواند در پایان جلسه علائم رو به گسترش دوران کودکی و نوجوانی که در دوران سالمندی به شکل بیماری بروز می کند را شرح دهد.** | **پیشگیری از بیماری های دوران سالمندی** |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **عاطفی )توجه(**  | **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.** **دانشجو به اسلایدهای آموزشی نمایش داده شده توسط مدرس توجه کنند.**  | **ارزش اجتماعی و معنوی در سالمندی**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان را تشریح نماید** **دانشجو بتواند در پایان جلسه اقدامات فردی واجتماعی ارتقائ دهنده کیفیت زندگی سالمندی را تشریح نماید.**  **دانشجو بتواند در پایان جلسه عوامل موثر بر سلامت اجتماعی سالمندان را تشریح نماید.**  | **ارتقائ کیفیت زندگی**  |
| **ویدیو پروژکتور- اسلاید آموزشی-وایت برد**  | **سخنرانی**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  |  **- 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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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**  | **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(** **شناختی)دانش( شناختی)دانش(** **شناختی)دانش(**  | **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 میزان فعالیت بدنی متوسط را از نگاه WHO بیان 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

1- 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

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.)