

نام درس: ارتقا سلامت و سبک زندگی سالم تعداد و نوع واحد: 2 واحد نظری دروس پیش نیاز: ندارد رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقا سلامت دانشکده: بهداشت گروه آموزشی: آموزش بهداشت نام مدرس: حمید جوینی ترم تحصیلی: 3 سال تحصیلی: نیمسال دوم 95-96 تاریخ شروع ترم: 95/11/11 تاریخ پایان ترم: 96/03/30 تعداد جلسات: 16 محل تشکیل کلاس: کلاس آموزش بهداشت روز و ساعت برگزاری کلاس: سه شنبه 4-6

مقدمه (شرح درس): آبا توجه به گذر اپیدمیولوژی و دموگرافی در آخرین دیدگاههای سازمان جهانی بهداشت مبنی بر تاثیر سبک زندگی سالم در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری ها و ضرورت توجه به پیشگیری سطح اول در ارتباط با ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری های مربوط به سبک زندگی و از همه مهمتر توجه به سلامت جامعه قبل از بیماری های آن درس ارتقای سلامت و سبک زندگی سالم در این راستا ضروری است.

هدف کلی: آشنا ساختن دانشجویان با نقش سبک زندگی سالم، اصول پایه ای در شکل گیری آن و همچنین ابعاد سبک زندگی سالم در ارتقای سلامت می باشد.

اهداف اختصاصی درس (به تعداد سرفصلها و جلسات هدف نوشته شود):

از دانشجویان انتظار می رود پس از پایان دوره بتوانند:

- 1- تعریف و ابعاد سبک زندگی سالم و ارتقای سلامت را بدانند
- 2- اصول پایه ای در شکل گیری سبک زندگی سالم و ارتقای سلامت را بدانند.
- 3- گذر اپیدمیولوژی و دموگرافی و رانقای سلامت و سبک زندگی سالم را بیان کنند.
- 4- دیدگاههای اساسی و سبک زندگی سالم را شرح دهند.
- 5- د مورد ابعاد ارتقای سلامت و شکل گیری سبک زندگی سالم به بحث بپردازند.
- 6- شهر سالم و خصوصیات آن را توضیح دهند.
- 7- ویژگی های محیط کار سالم را نام ببرند.
- 8- نحوه ارتقای سلامت و سبک زندگی سالم در کودکان، جوانان و زنان را شرح دهند
- 9- نقش تغذیه سالم در ارتقای سبک زندگی سالم را بیان کنند.
- 10- نقش ورزش در ارتقای سبک زندگی سالم را توضیح دهند.
- 11- نقش تغذیه سالم در ارتقای سبک زندگی سالم را بیان کنند.
- 12- نقش آموزش جنسی و سبک زندگی سالم را بدانند.
- 13- مداخلات مناسب در سبک زندگی سالم در سالمندی را بدانند.
- 14- مداخلات مناسب در سبک زندگی سالم در معلولیت را بدانند.
- 14- نقش سبک زندگی سالم در پیشگیری از اعتیاد را توضیح هد.
- 15- نقش ارتقای سلامت در پیشگیری از بیماری های مربوط به سبک زندگی را بیان کند.
- 16- مداخلات آموزش بیمار و سبک زندگی سالم را شرح دهند.

استراتژی آموزشی (روشهای تدریس):

- سخنرانی کنفرانس بحث گروهی کارگاه آموزشی Round PBL Case بحث در گروههای کوچک Morning Report Report غیره

وسایل کمک آموزشی: پاورپوینت-وایت بورد

وظایف و تکالیف دانشجویان: شرکت در بحث های گروهی، برگزاری یک جلسه آموزشی

نحوه ارزشیابی دانشجویان:

مراحل ارزشیابی: مرحله ای تکوینی

حضور و غیاب..5. درصد از نمره نهایی

فعالیت کلاسی و انجام تکالیف..5. درصد از نمره نهایی

امتحان میان ترم..25. درصد از نمره نهایی

امتحان پایان ترم..55. درصد از نمره نهایی

نوع امتحان میان ترم: شفاهی تشریحی چند گزینه ای صحیح و غلط جور کردنی

نوع امتحان پایان ترم: شفاهی تشریحی چند گزینه ای صحیح و غلط جور کردنی

Health & Health Care Later Life CL by Victor C (the last edition)

2: Caring for Children With HIV And AIDS by Rosie Claxton and Tony Harrison. (the last edition)

3: Health Promotion and Aging, 4th Edition: Practical Applications for Health Professionals by David Haber (the last edition)