

دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

دانشکده:.....

گروه:

طرح دوره و چک لیست خود ارزیابی دروس نظری و آزمایشگاهی (عملی)



نام درس:	سلامت گروه‌های سنی میانسالان و سالمندان
کد درس:	
مقطع و رشته:	کارشناسی بهداشت عمومی
ترم تحصیلی:	۵
تعداد واحد: کل: ۲ واحد.....	شامل نظری: ۱.. عملی:.....۱).....
مدرس / مدرسین درس (سهم هریک به واحد):	دکتر ظاهره پاشایی
زمان ارائه درس: (روز، ساعت و نیمسال تحصیلی)	
ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر:	
پیش‌نیازها:	
هم‌نیازها:	
محل آموزش:	

محتوای آموزشی بر اساس سر فصل دروس



اهداف کلی دوره: (شرح درس بر اساس کوریکولوم)

این درس به منظور آشنایی دانشجویان با برنامه‌های ارتقاء سلامت میانسالان و سالمندان و نحوه ارائه خدمات جامع سلامت محور با تاکید بر نظام سلامت ایران طراحی شده است. در این راستا، دانشجویان با استراتژی‌های ارتقاء سلامت، کنترل عوامل خطر قابل مداخله، آموزش و توانمندسازی در راستای بهبود رفتار و ارتقاء شیوه زندگی و تقویت خودمراقبتی در این گروه‌های سنی آشنا شده و اطلاعات لازم را در زمینه ارزیابی دوره‌ای (شامل گرفتن شرح حال و سوابق پزشکی، معاینات غربالگری، نحوه ارجاع و پیگیری) کسب می‌نمایند.

✚ اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

- جلسه اول: [آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف میانسالی و سالمندی.
- جلسه دوم: [شناخت ویژگی‌ها و تغییرات دوره میانسالی و سالمندی.
- جلسه سوم: [آشنایی با اصول بهداشت و تامین سلامت در دوران سالمندی.
- جلسه چهارم: [بررسی عوامل موثر بر افزایش طول عمر با کیفیت.
- جلسه پنجم: [شناخت تغییرات فیزیولوژیک دوران سالمندی و میانسالی.
- جلسه ششم: [آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران میانسالی.
- جلسه هفتم: [آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران سالمندی.
- جلسه هشتم: [بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در میانسالان.
- جلسه نهم: [بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در سالمندان.
- جلسه دهم: [معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت میانسالان.
- جلسه یازدهم: [معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت سالمندان.
- جلسه دوازدهم: [آشنایی با اصول ارزیابی جامع سلامت در میانسالان و سالمندان.
- جلسه سیزدهم: [بررسی سندروم‌های شایع سالمندی.
- جلسه چهاردهم: [آشنایی با مفهوم کرامت سالمندی و حقوق سالمندان.
- جلسه پانزدهم: [بررسی چالش‌ها و فرصت‌های سالمندی جمعیت...]

✚ اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

✚ هدف کلی جلسه اول: آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف میانسالی و سالمندی

اهداف ویژه رفتاری جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱- تعریف دقیقی از دوره میانسالی و سالمندی بر اساس تقسیم‌بندی‌های رایج ارائه دهد.
 - ۲- عوامل موثر بر تغییرات جمعیت میانسال و سالمند را نام ببرد.
 - ۳- اهمیت توجه به سلامت این دو گروه سنی را در نظام سلامت توضیح دهد.
- هدف کلی جلسه دوم: شناخت ویژگی‌ها و تغییرات دوره میانسالی و سالمندی
- اهداف ویژه رفتاری جلسه دوم :

در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱- ویژگی‌های روانی-اجتماعی دوره میانسالی را شرح دهد.
 - ۲- ویژگی‌های روانی-اجتماعی دوره سالمندی را شرح دهد.
 - ۳- تغییرات نقش‌های اجتماعی و خانوادگی در این دو دوره را تحلیل کند.
- هدف کلی جلسه سوم: آشنایی با اصول بهداشت و تامین سلامت در دوران سالمندی
- اهداف ویژه رفتاری جلسه سوم :

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. اصول بنیادین تأمین سلامت در دوران سالمندی (شامل سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی) را فهرست کند.
 ۲. مفهوم سالمندی فعال و سالمندی موفق را بر اساس تعاریف سازمان جهانی بهداشت توضیح دهد.
 ۳. نقش خودمراقبتی در حفظ و ارتقای سلامت سالمندان را تحلیل کند.
- هدف کلی جلسه چهارم: بررسی عوامل موثر بر افزایش طول عمر با کیفیت
- اهداف ویژه رفتاری جلسه چهارم :

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. عوامل ژنتیکی، محیطی و رفتاری مؤثر بر افزایش طول عمر را نام ببرد.
 ۲. نقش تغذیه سالم، فعالیت بدنی منظم و مدیریت استرس را در افزایش کیفیت زندگی در سالمندی تبیین کند.
 ۳. مفهوم امید به زندگی سالم را تعریف کرده و ارتباط آن را با ناتوانی توضیح دهد.
- هدف کلی جلسه پنجم: شناخت تغییرات فیزیولوژیک دوران سالمندی و میانسالی
- اهداف ویژه رفتاری جلسه پنجم :

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. مهمترین تغییرات فیزیولوژیک سیستم‌های مختلف بدن (قلبی-عروقی، تنفسی، عصبی، اسکلتی-عضلانی، کلیوی) در دوران سالمندی را شرح دهد.
 ۲. تفاوت پیری فیزیولوژیک (طبیعی) را با پیری پاتولوژیک (بیمارگونه) توضیح دهد.
 ۳. تغییرات هورمونی مرتبط با یائسگی در زنان و آندروپوز در مردان را شرح دهد.
- هدف کلی جلسه ششم: آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران میانسالی
- اهداف ویژه رفتاری جلسه ششم :

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. عوامل خطر (قابل تعدیل و غیرقابل تعدیل) بیماری‌های قلبی-عروقی در میانسالی را توضیح دهد.
 ۲. روند اپیدمیولوژیک دیابت نوع دو و فشارخون بالا را در میانسالان تحلیل کند.
 ۳. برنامه‌های غربالگری سرطان‌های شایع این دوره (پستان، دهانه رحم، کولورکتال) را شرح دهد.
- هدف کلی جلسه هفتم: آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران سالمندی
- اهداف ویژه رفتاری جلسه هفتم :

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. بیماری آلزایمر و سایر دمانس‌ها (زوال عقل) را از نظر علائم، مراحل و عوامل خطر توضیح دهد.
 ۲. عوارض و پیامدهای پوکی استخوان و استئوآرتریت (آرتروز) را بر کیفیت زندگی سالمند تحلیل کند.
 ۳. مشکلات شایع مانند اختلالات تعادل، زمین خوردن و بی‌اختیاری ادرار را شرح دهد.
- هدف کلی جلسه هشتم:

اهداف ویژه رفتاری جلسه هشتم: بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در میانسالان

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. مشکلات سلامت روان در میانسالان (مانند افسردگی، اضطراب) را تحلیل کند.
۱. پیامدهای سبک زندگی کم‌تحرک و چاقی را در بروز بیماری‌های غیرواگیر در میانسالی توضیح دهد.
۲. مشکلات مرتبط با سلامت جنسی و باروری در میانسالی را شرح دهد.

هدف کلی جلسه نهم: بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در سالمندان

اهداف ویژه رفتاری جلسه نهم

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. مشکل سوءتغذیه (کم‌غذایی یا چاقی) در سالمندان و عوامل مؤثر بر آن را تحلیل کند.
 ۲. مشکلات دهان و دندان و تأثیر آن بر تغذیه و سلامت عمومی سالمند را توضیح دهد.
 ۳. مفهوم آسیب‌پذیری در سالمندان و عوامل مؤثر بر آن را شرح دهد.
- هدف کلی جلسه دهم: معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت میانسالان
- اهداف ویژه رفتاری جلسه دهم

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. برنامه ایران (IRAPEN) و اهداف آن در کنترل بیماری‌های غیرواگیر در میانسالان را شرح دهد.
 ۲. بسته خدمات نوین سلامت میانسالان در نظام شبکه (سامانه سیب) را از نظر اجزاء و نحوه اجرا توضیح دهد.
 ۳. نقش مراقب سلامت در اجرای برنامه‌های غربالگری و مراقبت میانسالان را تحلیل کند.
- هدف کلی جلسه یازدهم: معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت

اهداف ویژه رفتاری جلسه یازدهم

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. سند ملی سالمندان ۱۳۹۹ را از نظر اهداف کلان و راهبردها شرح دهد.
 ۲. برنامه‌های مراقبت ادغام یافته سلامت سالمندان در مراکز جامع سلامت را توضیح دهد.
 ۳. نقش توانبخشی مبتنی بر جامعه را در حفظ استقلال سالمندان تحلیل کند.
- هدف کلی جلسه دوازدهم: آشنایی با اصول ارزیابی جامع سلامت در میانسالان و سالمندان

اهداف ویژه رفتاری جلسه دوازدهم

در پایان دانشجو قادر باشد

۱. اجزای اصلی ارزیابی جامع سلامت (اخذ شرح حال، معاینه فیزیکی، ارزیابی عملکردی) را فهرست کند.
۲. نحوه انجام تن‌سنجی (اندازه‌گیری وزن، قد، دور کمر) و تفسیر شاخص توده بدنی را توضیح دهد.
۳. ابزارهای غربالگری شناختی (مانند تست MMSE) و غربالگری افسردگی را معرفی کند.

هدف کلی جلسه سیزدهم: بررسی سندروم‌های شایع سالمندی

اهداف ویژه رفتاری جلسه سیزدهم:

در پایان جلسه، دانشجو قادر باشد

۱. مفهوم سندروم‌های سالمندی (Geriatric Syndromes) را تعریف کند.
۲. سندروم‌های شایع (زمین‌خوردن، بی‌اختیاری، زخم بستر، شکنندگی، سرگیجه) را نام برده و عوامل خطر هر یک را شرح دهد.
۳. رویکرد چندبعدی به سندروم‌های سالمندی را تحلیل کند.

هدف کلی جلسه چهاردهم: آشنایی با مفهوم کرامت سالمندی و حقوق سالمندان

اهداف ویژه رفتاری جلسه چهاردهم:

در پایان جلسه، دانشجو قادر باشد

۱. مفهوم کرامت انسانی در سالمندی و مصادیق آن در ارائه خدمات سلامت را توضیح دهد.
۲. حقوق سالمندان (حق سلامت، حق امنیت، حق استقلال، احترام) را بر اساس قوانین ایران و اسناد بین‌المللی شرح دهد.
۳. مفهوم سالمندآزاری و انواع آن (جسمی، روانی، غفلت) را تحلیل کند.

هدف کلی جلسه پانزدهم: بررسی چالش‌ها و فرصت‌های سالمندی جمعیت

اهداف ویژه رفتاری جلسه پانزدهم:

در پایان جلسه، دانشجو قادر باشد

- چالش‌های جمعیتی (افزایش وابستگی، کاهش نیروی کار) ناشی از سالمندی جمعیت در ایران را تحلیل کند.
۱. فرصت‌های اقتصادی و اجتماعی (بازار کار نقره‌ای، تجربه سالمندان) سالمندی جمعیت را نام ببرد.
 ۲. نقش سیاست‌های کلی جمعیت در مواجهه با سالمندی را توضیح دهد.

هدف کلی جلسه آخر (شانزدهم): جمع‌بندی و مرور بر مهمترین راهکارهای ارتقاء سلامت

اهداف ویژه رفتاری جلسه آخر:

در پایان جلسه، دانشجو قادر باشد

مهمترین راهکارهای خودمراقبتی (تغذیه، تحرک، مصرف منظم دارو) را برای حفظ سلامت سالمندان فهرست کند.

۱. اهمیت آموزش به خانواده و مراقبین سالمند را در مدیریت بهتر مشکلات سالمندی تحلیل کند.

۲. نقش فناوری‌های نوین (سلامت همراه، تله‌مدیسین) را در پایش و مراقبت از سالمندان شرح دهد.

روش‌های تدریس:

* سخنرانی (Lecture) □ پانل بحث و گفت‌وگو (Panel Discussion)

□ آموزش مبتنی بر حل مسئله (PBL) □ آموزش مبتنی بر تیم (TBL)

□ ارائه سمینار توسط دانشجو □ کار در پراتیک و مرکز مهارتها

□ آموزش بر روی مولاژ □ گردش علمی (Field Trip)

□ ایفای نقش (Role Play) □ شبیه‌سازی (Simulation)

□ سایر موارد:

رسانه‌های کمک آموزشی:

* اسلاید (پاورپوینت) □ فیلم آموزشی □ پوستر □ مدل □ نمونه بیمار □ نرم‌افزار

□ پمفلت □ جزوه * □ سایر

نحوه ارزشیابی دوره و تعیین نمره نهایی:

□ OSCE □ کوئیز * □ امتحان کتبی پایان دوره/ترم * □ امتحان کتبی / شفاهی میان دوره/ترم

□ پروژه □ تحقیق □ سمینار □ مشارکت در کلاس/حضور و فعالیت

□ آزمون‌های استدلالی (سناریو، پازل، ویژگی‌های کلیدی) □ سایر موارد:

روش ارزشیابی	انواع ارزشیابی	درصد از نمره نهایی کل	توضیحات
۱	تکوینی	این نمره به صورت	• مشارکت فعال در کلاس (پرسش و پاسخ،

<p>مستمر در طول ترم و با هدف سنجش یادگیری مرحله‌ای، مشارکت و توانایی تحلیل دانشجو کسب می‌شود.</p>	<p>بحث‌های گروهی) • ارائه تکالیف کلاسی (تحقیق فردی یا گروهی در مورد یکی از سندروم‌های سالمندی) • سمینار (ارائه یک موضوع مرتبط با سلامت میانسالان) • آزمون‌های کوتاه کلاسی (کوئیز) (در شروع یا پایان جلسات منتخب) • آزمون‌های استدلالی (بررسی سناریوهای بالینی مرتبط با مشکلات میانسالان و سالمندان)</p>		
<p>این بخش به منظور سنجش نهایی دستاوردهای یادگیری دانشجو در هر دو حیطه نظری (کتبی) و مهارتی (عملی) طراحی شده است.</p>	<p>متحان کتبی پایان ترم (بر اساس جدول بلوپرینت، شامل سوالات تشریحی، چند گزینه‌ای و پاسخ کوتاه) • ارزشیابی عملکرد در پراتیک / آزمون عملی (شامل ایفای نقش در ارزیابی سالمند، اندازه‌گیری علائم حیاتی، تن‌سنجی و ...)</p>	<p>تراکمی</p>	<p>۲</p>

منابع و مراجع آموزشی

- ✓ منابع اصلی:
- ✓ منابع فرعی و مکمل:
- ✓ پایگاه‌های اطلاعاتی و آنلاین:

قوانین و مقررات دوره

- ✓ حضور و غیاب:
- ✓ تحویل به‌موقع تکالیف:
- ✓ سیاست تقلب و plagiarism:
- ✓ رعایت اخلاق حرفه‌ای:
- ✓ رعایت پوشش حرفه‌ای:
- ✓ نحوه ارتباط با استاد:
- ✓ مشارکت در دوره:
- ✓ سایر:

جدول زمانبندی جلسات درس.....

جلسه	موضوع هر جلسه	مدرس / مدرسین
۱	آشنایی با مفاهیم پایه و تعاریف میانسالی و سالمندی.	
۲	شناخت ویژگی‌ها و تغییرات دوره میانسالی و سالمندی.	
۳	آشنایی با اصول بهداشت و تامین سلامت در دوران سالمندی.	
۴	بررسی عوامل موثر بر افزایش طول عمر با کیفیت.	
۵	شناخت تغییرات فیزیولوژیک دوران سالمندی و میانسالی.	
۶	آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران میانسالی.	
۷	آشنایی با بیماری‌های شایع و مهم دوران سالمندی.	
۸	بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در میانسالان.	
۹	بررسی مهمترین مشکلات مرتبط با سلامت در سالمندان.	
۱۰	معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت میانسالان.	
۱۱	معرفی مهمترین اقدامات و برنامه‌های ملی مرتبط با سلامت سالمندان.	
۱۲	آشنایی با اصول ارزیابی جامع سلامت در میانسالان و سالمندان.	
۱۳	بررسی سندروم‌های شایع سالمندی.	
۱۴	آشنایی با مفهوم کرامت سالمندی و حقوق سالمندان.	
۱۵	بررسی چالش‌ها و فرصت‌های سالمندی جمعیت	
۱۶	جمع‌بندی و مرور بر مهمترین راهکارهای ارتقاء سلامت	

جدول بلوپرینت آزمون: نیمسال تحصیلی:
دانشکده: گروه آموزشی:

جدول بلوپرینت آزمون درس.....

ردیف	عنوان محتوای آموزشی	مدت زمان آموزش (ساعت)	تعداد سؤالات	تعداد سؤالات مربوط به هر یک از سطوح اهداف یادگیری		
				حیطه ی شناختی	حیطه ی مهارتی	حیطه ی نگرشی
۱						
۲						
۳						
۴						
۵						
۶						
۷						
۸						
۹						
۱۰						
۱۱						
۱۲						
۱۳						
۱۴						
۱۵						
۱۶						

چک لیست ارزیابی طرح دوره دروس نظری و آزمایشگاهی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

نام و نام خانوادگی استاد/اساتید(سهم به واحد) :

نام دانشکده: عنوان درس: مخاطبان/ترم تحصیلی دانشجو:

نیمسال و سال تحصیلی کنونی: نام ارزیاب / ارزیابان:

ردیف	موضوع	نمره کسب شده	حد نصاب نمره	توضیحات

۱	مشخص بودن عنوان کلی درس ، کد درس	۰/۵	
۲	مشخص بودن مخاطبان	۰/۵	
۳	مشخص بودن تعداد یا سهم استاد/ اساتید از واحد	۰/۵	
۴	مشخص بودن زمان ارائه درس (روز، ساعت، نیمسال تحصیلی)	۰/۵	
۵	مشخص بودن دروس پیش نیاز و هم نیاز	۰/۵	
۶	مشخص بودن هدف کلی دوره	۱	
۷	مشخص بودن اهداف کلی جلسات (هر جلسه یک هدف)	۱,۵	
۸	مشخص بودن اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه	۲	
۹	رعایت تعداد جلسات با توجه به میزان واحد درسی	۲	
۱۰	مشخص بودن منابع مورد استفاده بر اساس کوریکولوم مصوب	۱	
۱۱	مشخص بودن روش تدریس	۱	
۱۲	مشخص بودن وسایل آموزشی	۱	
۱۳	مشخص بودن شیوه ارزشیابی دانشجویان	۱	
۱۴	مشخص بودن زمان آزمون پایان دوره	۱	
۱۵	مشخص بودن مقررات کلاسی و انتظارات از دانشجو	۰/۵	
۱۶	ضمیمه بودن جدول زمانبندی تکمیل شده درس	۲	
۱۷	وجود جدول بودجه بندی دروس (blue print)	۱,۵	
۱۸	پوشش دادن بایدهای یادگیری (Must learn) در طرح دوره	۲	
	نمره نهایی	۲۰	

پیشنهادات:

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:
تاریخ ارسال :

نام و امضای مدیر گروه:
تاریخ ارسال:

نام و امضای مدرس:
تاریخ تحویل: