



هوالحکیم

دانشکده مجازی و قطب علمی آموزش الکترونیکی پیشرفته در علوم پزشکی
معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

طرح دوره «ارتقاء سلامت و سبک زندگی سالم»

جدول شماره ۱: اطلاعات کلی درس

اطلاعات درس		
نام درس: ارتقاء سلامت و سبک زندگی سالم	تعداد واحد: واحد نظری/ ۱ واحد کارآموزی	
گروه هدف: دانشجویان کارشناسی ارشد پرستاری سلامت جامعه	پیش نیاز/ هم نیاز درس: نظریه ها مدل‌های پرستاری سلامت جامعه و کاربرد آنها	
گروه آموزشی ارائه دهنده درس: سلامت جامعه و سالمندی	شماره درس: ۱۴۰۴۰۷	
اطلاعات استاد مسئول درس		
نام و نام خانوادگی: زهرا کشتکاران	مرتبه علمی: دانشیار	گروه آموزشی: سلامت جامعه و سالمندی
اطلاعات تماس:		
<ul style="list-style-type: none"> نشانی محل کار: دانشکده پرستاری مامایی حضرت فاطمه (س) ایمیل: تلفن محل کار: ۳۶۴۷۴۲۵۱ داخلی ۱۴۵ ساعات دسترسی به استاد: ۸-۱۴ 		

جدول شماره ۲: معرفی درس

معرفی درس (با توجه به اهداف کاربردی)
دانشجویان کارشناسی ارشد پرستاری سلامت جامعه با فراگرفتن این درس قادر خواهند بود که ضمن آشنا شدن با مفاهیم "ارتقاء سلامت" و "سبک زندگی" راهبردهای ارتقاء سلامت را در راستای توسعه جامعه و افزایش کیفیت زندگی مددجویان در عرصه های مختلف جامعه بکار بندند. با توجه به اهمیت آموزش مجازی و اثربخشی آموزش ترکیبی به ویژه در مقوله آموزش بهداشت و اجرای مداخلات پیشگیرانه، ارائه این درس به روش ترکیبی خواهد بود. این درس مبانی نظری و مهارت های لازم برای انجام مداخلات پرستاری جامعه نگر در سطوح مختلف پیشگیری را بر اساس اصول حرفه ای و مبتنی بر ارتباط حرفه ای فراهم می کند. در این درس فراگیران با نحوه طراحی و تنظیم برنامه های ارتقاء سلامت آشنا شده و استراتژی های لازم در راستای تغییر و اصلاح سبک زندگی مددجویان در عرصه های مختلف بهداشتی را فرا می گیرند. در این درس علاوه بر برنامه های ارتقاء سلامت، پروژه های شهر سالم هم مورد بررسی قرار گرفته و جنبه های کاربردی آن نیز تجزیه و تحلیل می گردد.
اهداف درس
هدف کلی: آشنا شدن با مفاهیم پایه ارتقاء سلامت و راهبردها و الگوها و سبک زندگی سالم
اهداف اختصاصی
اهداف شناختی
۱. ارتقاء سلامت، تاریخچه، مفاهیم، اهداف و ارزش ها را شرح دهد.
۲. برنامه های سبک زندگی بهداشتی را تدوین نماید.



۳. عوامل مرتبط با سبک زندگی سالم، جنسیت و نابرابری های اجتماعی را توضیح دهد.

۴. سیاست های ارتقاء سلامت را شرح دهد.

۵. با راهبردهای اساسی ارتقاء سلامت و ارزشیابی در ارتقاء سلامت آشنا شود

۶. الگوها و رویکردهای ارتقاء سلامت را بیان نماید.

۷. فعالیت های مبتنی بر شواهد در ارتقاء سلامت را توضیح دهد.

۸. با پروژه شهر سالم در ارتقاء سلامت آشنا شود.

اهداف مهارتی

- قادر به نقد برنامه های ارتقا سلامت باشد.

- با استفاده از معیار های مناسب نحوه طراحی و اجرای برنامه های ارتقاء سلامت در گروههای مختلف جامعه را تحلیل نماید.

اهداف نگرشی

- اهمیت و نقش پرستار سلامت جامعه در هدایت گروه / گروههای آسیب پذیر را درک نماید.

- در خصوص وظایف و نقش های خود بعنوان عضو تیم سلامت جامعه در گروههای مختلف جامعه جهت تغییر در سبک زندگی سالم موثر باشد.

روش ارائه درس

راهبرد آموزشی

این درس به شیوه تدریس گروهی، بحث و کنفرانس های درون کلاسی و با رویکرد آموزشی یادگیری خودراهبر ، جامعه نگر و مبتنی بر شواهد ارائه می شود.

روش تدریس حضوری

سخنرانی همراه با بحث و گفتگو، نقد مقالات و ارائه کنفرانس های کلاسی توسط دانشجویان همراه با بازخورد و نقش هدایتگر استاد

روش تدریس الکترونیکی بصورت آنلاین به میزان حداکثر ۳۰درصد (با توجه به محتوا و هماهنگی استاد و دانشجویان حداکثر دو جلسه مجازی ارائه می شود)

• شیوه های همزمان: ارائه کنفرانس به شیوه وبینار و ژورنال کلاب مجازی همراه با Cased Based Discussion مقالات پژوهشی

منابع آموزشی

منابع آموزشی اصلی

Fertman, C.I, Allensworth, D.D. Jossey-Bass. Health Promotion Program: From theory to practice. ۲۰۱۷; ۲nd edition, a Wiley brand.

BUILDING HEALTHY CITIES; GUIDELINES FOR IMPLEMENTING A HEALTHY CITIES PROJECT IN HONG KONG. ۲۰۰۷ Second Edition

M.W.S.J.Kumari B.A.M.S. (Hons), STRATEGIES OF HEALTH PROMOTION Institute of Indigenous Medicine, University of Colombo, Rajagiriya.Sri Lanka, ۲nd May ۲۰۰۸



Steve Olson and Karen M. Anderson, (۲۰۱۸). Health Improvement Roundtable on the Promotion of Health Equity Board on Population Health and Public Health Practice Health and Medicine Division Achieving Rural Health Equity and Well-Being: Proceedings of a Workshop

Evelyne de Leeuw, Agis D. Tsouros, Mariana Dyakova and Geoff Green; ۲۰۱۸. Healthy cities Promoting health and equity – evidence for local policy and practice

Joe Alper, Darla Thompson, and Alina Baciu, ۲۰۱۵. EXPLORING OPPORTUNITIES for COLLABORATION BETWEEN HEALTH and EDUCATION TO IMPROVE POPULATION HEALTH.

Leading Health Indicators ۲۰۳۰: Advancing Health, Equity, and Well-Being (۲۰۲۰); Additional copies of this publication are available from the Nation Academies Press, ۵۰۰ Fifth Street, NW, Keck ۳۶۰, Washington, DC ۲۰۰۰۱; (۸۰۰) ۶۲۴-۶۲۴۲ or (۲۰۲) ۳۳۴-۳۳۱۳; <http://www.nap.edu>.

تجهیزات و امکانات آموزشی

- ویدئو پروژکتور
- محیط‌های مجازی و انواع نرم افزار های آموزشی

نوع ارزشیابی	شیوه ارزشیابی دانشجوی	نمره
ارزشیابی تکوینی (میان دوره)	• ارائه کنفرانس از یکی از مطالب درس	۴
	• نقد یک مقاله در مورد ارتقاء سلامت/ سبک زندگی سالم : راهبردها و الگوها	۳
	• حضور فعال در مباحث درسی	۳
ارزشیابی پایانی (پایان دوره)	• امتحان پایان ترم	۱۰
جمع کل		۲۰

کارآموزی در مرکز جامع سلامت با هدف تدوین یک برنامه ارتقاء سلامت برای یک گروه از مددجویان جامعه و اجرای مداخله آموزشی بر مبنای برنامه ارتقاء سلامت طراحی شده خواهد بود.

ارزشیابی برنامه: لطفا در انتهای ترم برای ارزشیابی ترمی به لینکی که با همین عنوان در سایت دانشکده قرار داده شده است مراجعه فرمایید.



جدول شماره ۳: زمان بندی جلسات درس

زمان ارائه درس: ترم دوم			سال ورودی:	گروه هدف: دانشجویان کارشناسی ارشد سلامت جامعه		
روش ارائه / رسانه	مکان	استاد	عنوان جلسات	ساعت	تاریخ	روز
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	معرفی درس و مروری بر مفاهیم مرتبط با سلامتی و بیماری و ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۱
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	برنامه های سبک زندگی بهداشتی		طبق برنامه اداره کل آموزش	۲
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	عوامل مرتبط با سبک زندگی سالم، جنسیت و نابرابری های اجتماعی		طبق برنامه اداره کل آموزش	۳
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	سیاست های ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۴
مجازی	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	آشنایی با راهبردهای اساسی ارتقاء سلامت و ارزشیابی در ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۵
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	الگوها و رویکردهای ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۶
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	فعالیت های مبتنی بر شواهد در ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۷
حضوری	کلاس ارشد	دکتر کشتکاران	پروژه شهر سالم در ارتقاء سلامت		طبق برنامه اداره کل آموزش	۸