



شناسه سند:	دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی دانشکده پرستاری و مامایی دفتر توسعه آموزش طرح دوره نظری و عملی
------------	---

اطلاعات مربوط به درس
<b>گروه آموزشی ارائه دهنده:</b> پرستاری سلامت جامعه <b>نام درس:</b> ارتقای سلامت و سبک زندگی سالم <b>نوع و تعداد واحد:</b> ۲ واحد (۱ واحد نظری، ۱ واحد کارآموزی) <b>پیش نیاز/هم نیاز:</b> نظریه‌ها و مدل‌های پرستاری سلامت جامعه و کاربرد آن‌ها <b>رشته و مقطع تحصیلی:</b> کارشناسی ارشد پرستاری سلامت جامعه <b>روز و ساعت کلاس:</b> یکشنبه‌ها ساعت ۱۳-۱۵

اطلاعات اساتید همکار	اطلاعات مسئول درس
<b>مدرس‌ان همکار:</b> <b>زمان و محل ملاقات:</b> <b>تلفن تماس:</b> <b>پست الکترونیک اساتید:</b>	<b>نام مسئول درس:</b> دکتر پروانه وصلی <b>رتبه علمی:</b> دانشیار <b>رشته تحصیلی:</b> پرستاری <b>محل کار:</b> دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی <b>تلفن تماس:</b> ۰۲۱-۸۸۶۵۵۳۶۸-۳۳۰ <b>پست الکترونیک:</b> <a href="mailto:p-vasli@sbmu.ac.ir">p-vasli@sbmu.ac.ir</a>
<b>تاریخ آخرین ویرایش طرح درس:</b> اسفند ۱۴۰۲	



**شرح درس:** (۱۷ ساعت نظری و ۵۱ ساعت کارآموزی)

**هدف کلی:** آشنایی دانشجویان با ابعاد گوناگون سبک زندگی سالم و سبک زندگی سلامت در گروه‌های مختلف جامعه

**اهداف اختصاصی: ( توانمندی‌های مورد انتظار)**

الف- پس از پایان بخش نظری درس انتظار می‌رود فراگیرنده بتواند:

۱. مفاهیم مرتبط با ارتقاء سلامت را تعریف نماید.
۲. تاریخچه و اهداف ارتقاء سلامت را شرح دهد.
۳. چهارچوب‌ها، مدل‌ها و رویکردهای ارتقاء سلامت را بیان نماید.
۴. راهبردهای اساسی در ارتقاء سلامت را توضیح دهد.
۵. سیاستگذاری‌های بهداشت عمومی در ارتقاء سلامت را توضیح دهد.
۶. ارزشیابی ارتقاء سلامت را بیان نماید.
۷. عوامل مرتبط با سبک زندگی سالم را توضیح دهد.
۸. نقش محیط بر سبک زندگی سالم (خانه، مدرسه، محل کار) را شرح دهد.
۹. ارزیابی خطرات بهداشتی مرتبط با سبک زندگی سالم را بیان نماید.
۱۰. مداخلات مربوط به سبک زندگی سالم را شرح دهد.
۱۱. غربالگری‌های ضروری زنان و مردان را توضیح دهد.
۱۲. سبک زندگی اسلامی ایرانی را بیان نماید.
۱۳. پروژه شهر سالم و ارتقای سلامت را شرح دهد.

ب- پس از پایان بخش کارآموزی انتظار می‌رود فراگیر بتواند نیازسنجی، تدوین، اجر و ارزشیابی برنامه ارتقای سلامت با هدف اصلاح سبک زندگی (خواب، تغذیه و ...) برای یکی از گروه‌های جامعه انجام دهد.

**رویکرد آموزشی:**

**مجازی**

روش‌های یاددهی-یادگیری مرتبط:

- کلاس آنلاین همزمان    کلاس آنلاین غیر هم زمان    کلاس وارونه    روش‌های شبیه‌سازی
- بازی‌وارسازی    فروم‌های گفت و گو

سایر (نام ببرید):



### حضور

روش‌های یاددهی-یادگیری مرتبط:

- سخنرانی     بحث در گروه کوچک     پرسش و پاسخ     یادگیری مبتنی بر حل-مسأله  
 مسأله     یادگیری مبتنی بر سناریو     یادگیری مبتنی بر ارائه پروژه    سایر (نام ببرید):

### ترکیبی

لطفاً روش بکار گرفته شده از مجموع روش‌های حضوری و مجازی را نام ببرید:

### سرفصل و تقویم ارائه درس

شماره جلسه	سرفصل	روش یاددهی-یادگیری	تاریخ جلسه	مدرس
۱	مفاهیم مرتبط با ارتقاء سلامت، تاریخچه و اهداف ارتقاء سلامت	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۲	
۲	چهارچوب‌ها، مدل‌ها و رویکردهای ارتقاء سلامت	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۹	
۳	راهبردهای اساسی در ارتقاء سلامت	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۱۶	
۴	سیاست‌گذاری‌های بهداشت عمومی در ارتقاء سلامت و ارزشیابی ارتقاء سلامت	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۲۳	
۵	عوامل مرتبط با سبک زندگی سالم و نقش محیط بر سبک زندگی سالم (خانه، مدرسه، محل کار)	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۳۰	
۶	ارزیابی خطرات بهداشتی مرتبط با سبک زندگی سالم	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۲/۶	
۷	مداخلات مربوط به سبک زندگی سالم و غربالگری‌های ضروری زنان و مردان	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۳/۱۳	
۸	سبک زندگی اسلامی ایرانی	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۳/۲۰	
۹	پروژه شهر سالم و ارتقای سلامت	سخنرانی، پرسش و پاسخ	۱۴۰۳/۳/۲۷	

### انتظارات از دانشجو/قوانین دوره:

- حضور فعال و منظم در کلاس
- مشارکت در مباحث درسی و پرسش و پاسخ
- آرایه به موقع تکلیف
- آرایه گزارش کتبی و شفاهی یک مقاله منتشر شده در مجات معتبر در زمینه طراحی و اجرای برنامه آموزش به مددجو



## روش ارزشیابی:

- ارزیابی تکوینی
- ارزیابی تراکمی

سهم روش در نمره نهایی دانشجو	روش ارزشیابی	ردیف
۱۰۰ درصد	در بخش نظری: آزمون کتبی یا آزمون تعاملی رایانه ای مرحله‌ای و پایانی	
۱۰۰ درصد	در بخش کارآموزی: ارزیابی مبتنی بر گزارش پروژه	

## منابع درس: ( آخرین ویرایش)

- شجاعی‌زاده د. مدل‌های مطالعه رفتار در آموزش بهداشت. تهران، ناش: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- قدوسیان ا. کاربرد تکنولوژی در ارتقای سلامت. قزوین: انتشارات بحر العلوم
- سازکان جهانی بهداشت. واژه‌نامه ارتقای سلامت. ترجمه محمدپور اسلامی و همکاران. تهران. ناشر: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

Butler, J. T. Principles of health education and health promotion: Morton publishing company

Katz, J., Peberdy, A., & Douglas, J. Promoting health: Knowledge and practice, Red Globe Press

Merson, M., Black, R. E., & Mills, A International public health: diseases, programs, systems and policies: Jones & Bartlett Learning

Naidoo, J., & Wills, J. Foundations for Health Promotion-E-Book: Elsevier Health Sciences

Seedhouse, D. Health: the foundations for achievement: John Wiley & Sons

pe, M., & Lancaster, J. Foundations of nursing in the community: Community-oriented practice: Elsevier Health Sciences