



نیمسال تحصیلی: دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰

نام درس: سالمندی سالم و فعال	نوع درس (تئوری/عملی): نظری/کارآموزی	ساعت درس: ۲ واحد (۱/۵ واحد نظری-۰/۵ واحد کارآموزی)
رشته تحصیلی: پرستاری سالمندی	محل برگزاری: پاپیون دانشجویان ارشد دانشکده پرستاری	مدرس: دکتر مرتضوی - دکتر ایلدرآبادی

هدف کلی :

کسب دانش و آگاهی در خصوص شرایط تمهیدات و پیش نیازهای مطرح در خصوص تحقق دوره سالمندی واجد ویژگی های سالم ، فعال و موفقیت آمیز به عنوان هدف کلان و راهبردی مورد تاکید سازمان جهانی بهداشت و دیگر مراجع معتبر سیاستگذار ملی و بین المللی در خصوص مسائل بهداشتی-اجتماعی سالمندان و نقش پرستاران متخصص در حوزه مسائل سالمندی در تحقق این هدف.

شرح درس:

این درس منجر به کسب دانش آگاهی و نگرش مثبت در زمینه امکان ارائه راهکارهای علمی و عملی در زمینه حفظ و تامین دوره سالمندی دارای ویژگی و شاخص های طول عمر همراه با سلامتی فعالیت و پویایی شادکامی و موفقیت خواهد گردید در این درس نقش سبک سالم زندگی به عنوان مهمترین عامل فردی و نقش و وظیفه سازمان های سیاستگذار و متولی امور سالمندان در تحقق این هدف مورد تاکید قرار می گیرد.

اهداف :

در پایان درس از دانشجویان انتظار می رود :

- ۱- سالمندی فعال، موفق و سالم را تعریف نماید.
- ۲- مؤلفه های تعیین کننده سالمندی فعال را نام ببرد.
- ۳- در مورد هر یک از مؤلفه های مذکور توضیح دهد.
- ۴- چالش های پیر شدن جمعیت را شرح دهد
- ۵- روش های ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان را توضیح دهد
- ۶- اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های فعالیتی و ورزشی ویژه سالمندان را شرح دهد.
- ۷- اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های تفریحی و سرگرمی ویژه سالمندان را شرح دهد.
- ۸- اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های آموزشی، هنری و فرهنگی ویژه سالمندان را شرح دهد.
- ۹- تقویت تشکل های غیر رسمی و داوطلبانه را در ارتقاء توانایی ها و ظرفیت سالمندان و تقویت مشارکت اجتماعی آنان را توضیح دهد.
- ۱۰- آموزش به سالمند و خانواده وی در جهت تغذیه مناسب در دوران سالمندی



فرم طرح درس

- ۱۱- در مورد عوامل مؤثر بر کاهش عملکرد ریه سالمندان توضیح دهد
- ۱۲- در مورد اصول ارتباط با سالمندان بحث کند
- ۱۳- چگونگی تقویت ارتباط بین اعضاء خانواده، کودکان و نوجوانان با سالمندان را تجزیه و تحلیل نماید
- ۱۴- آموزش خانواده مددجوی سالمند در جهت شناخت بهتر و بهبود روابط خود با مددجوی سالمند

وظایف دانشجو :

- ۱. حضور منظم در کلاس
- ۲. مشارکت فعال در بحث های کلاسی
- ۳. ارائه یک بحث گروهی در کلاس توسط هر یک از دانشجویان پیرامون موضوعات پیشنهادی مدرس
- ۴. شرکت در امتحان پایان ترم

نکات مهم :

- ۱. در تهیه مطالب بحث گروهی از منابع جدید و لاتین استفاده شود و در انتهای مطالب منابع ذکر گردد.
- ۲. حداقل از یک مقاله انگلیسی در تهیه مباحث استفاده نماید.
- ۳. یک هفته قبل از ارائه بحث، مطلب تهیه شده به رؤیت مدرس رسانده شود، در غیر این صورت مبحث ارائه نخواهد شد.
- ۴. ارائه مطلب باید به طریق بحث گروهی باشد.

ارزشیابی دانشجو :

- ۱. شرکت فعال در کلاس
- ۲. ارائه شفاهی بحث
- ۳. امتحان پایان ترم

۴ نمره

۴ نمره

۱۲ نمره

جمع کل :

۲۰ نمره

برنامه زمانبندی درس :

ارائه دهنده	مطالب مورد بحث	
-------------	----------------	--

فرم طرح درس

دکتر ایلدرآبادی	ارائه طرح درس + تعریف سالمندی فعال، سالمندی سالم، سالمندی موفق، شاخص های مرتبط و مولفه های تعیین کننده آن	۱
دکتر ایلدرآبادی	تعریف سالمندی فعال، سالمندی سالم، سالمندی موفق، شاخص های مرتبط و مولفه های تعیین کننده آن	۲
دکتر ایلدرآبادی	چالش های پیر شدن جمعیت	۳
دانشجو	اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های آموزشی ویژه سالمندان	۴
دانشجو	اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های فعالیت های ورزشی	۵
دانشجو	روش های ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان	۶
دانشجو	راهکارهای تقویت مشارکت اجتماعی سالمندان	۷
دانشجو	تشکل های غیر رسمی و داوطلبانه	۸
دکتر مرتضوی - دانشجو	ارتباط با سالمندان (خانواده، کودکان و نوجوانان)	۹
دکتر مرتضوی - دانشجو	اصول طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه های فعالیت های تفریحی، سرگرمی، هنری و فرهنگی	۱۰
دکتر مرتضوی - دانشجو	مقابله با عوامل موثر در کاهش عملکرد ریه سالمندان	۱۱
دکتر مرتضوی - دانشجو	تغذیه مناسب در دوران سالمندی	۱۲

منابع:

کتاب و مقالات معتبر و به روز مربوط به تخصص پرستاری سالمندی و پرستاری توانبخشی

Mayer H. Brenna, et al. Better Elder Care. A Nurse's Guide to Caring for Older Adults. New York: Springhouse Co.

Merridean L. Maasl, et al. Nursing Care of Older Adults. Diagnoses, Outcomes, & Interventions: Mosby Co.