

## طرح درس دوره (Course Plan)

تعداد واحد: ۲ واحد نظری

عنوان درس: بیولوژی و فیزیولوژی سالمندی

پیش نیاز: ندارد

فراگیران: دانشجویان کارشناسی ارشد سلامت سالمندی - ترم ۱

مدرس: دکتر عجم

زمان ارائه: نیمسال اول ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰

### هدف کلی درس:

دانشجویان در پایان این درس که بصورت دانشجو محور و تحت نظارت و هدایت استاد مربوطه برگزار خواهد شد با پدیده پیری که یک فرآیند طبیعی و بخشی از چرخه زندگی انسان است آشنا شده و با تغییرات بیولوژیکی که در هنگام پیری رخ می دهد و نیز تغییرات فیزیولوژیکی که در ارگان ها و سیستم های بدن سالمندان رخ می دهد آشنا می گردد.

### شرح درس:

از آنجایی که روند رشد جمعیت سالمندان بطور فزاینده ای رو به افزایش بوده، لذا توجه به این قشر از افراد جامعه و آشنا شدن با پدیده سالمندی و تغییرات فیزیولوژیک ارگان ها و سیستم های افراد سالمند به منظور طراحی مداخلات مناسب در جهت ارتقاء سلامتی آنان بسیار با اهمیت است. این درس به کسب دانش و آگاهی دانشجویان در زمینه پدیده سالمندی و تغییراتی که در اثر این پدیده در سیستم های بدن سالمند ایجاد می شود به منظور استفاده آن در برنامه ریزی و طراحی سرویس ها و نظام های مراقبتی سالمندان کمک می نماید. همچنین آگاهی از پدیده پیری و وضعیت بدنی سالمندان این امکان را فراهم می کند که در راستای ارتقا کیفیت زندگی و بهبود تطابق خانواده های آنها، نظام مناسبی از مراقبت و حفاظت سالمندان را در جامعه طراحی و راه اندازی نمود. لذا نظر به نقش متخصصین سالمندی بعنوان عضو تیم سلامت سالمندی و توانبخشی، ضروری است که با این مباحث آشنا گردند. در راستای این امر، این واحد درسی بصورت دانشجو محور و بر اساس یادگیری فعال دانشجویان تنظیم گردیده و مفاهیم و موضوعات مرتبط با پدیده پیری و تغییرات فیزیولوژیک سالمندان را پوشش خواهد داد.

### اهداف رفتاری: پس از پایان این درس انتظار می رود دانشجو:

- کهنوت و پیری را از نظر زیست شناسی تعریف نماید.
- دیدگاه های علوم مختلف در خصوص پیری را تبیین نماید.
- فرآیند پیر شدن و تئوری های بیولوژیکی سالخوردگی را توضیح دهد.
- چگونگی پیر شدن سلول و اجزا آن را شرح دهد.
- رابطه بین ژنتیک، بیماریها را با سالمندی ترسیم نماید.
- تغییرات عملکردی ارگان های بدن در سالمندی را تبیین کند.
- تفاوت تغییرات فیزیولوژیک و بیولوژیک در زنان و مردان سالمند مقایسه نماید.

- بیومکانیک تحرک در سالمندی را توضیح دهد.
- عوامل مؤثر بر طول عمر را تشریح کند.
- **روش تدریس:**
- سخنرانی و بحث گروهی – کلاسها اغلب به صورت بحث گروهی آنلاین و حضوری، سخنرانی و پرسش و پاسخ و با تاکید روی دانشجو محوری توسط استاد و دانشجویان برگزار می شود.
- **وسایل کمک آموزشی:** کامپیوتر، سامانه نوید و Webmeet
- **وظایف و تکالیف دانشجو:**

- ۱- دانشجویان بایستی بطور مرتب و منظم در جلسات آموزش حضور داشته و غیبت نداشته باشند.
- ۲- انتظار می رود دانشجویان با مطالعه منابع با آمادگی قبلی در کلاس حضور یابند تا با شرکت در بحث تجربیات خود را در اختیار دیگران قرار داده و متقابلاً از دانش و تجربیات دیگران استفاده نمایند.
- ۳- برای انجام تکالیف خود از منابع جدید، مقالات و دانش به روز استفاده نمایند.
- ۴- هر یک از دانشجویان یک موضوع از موضوعات کلاسی را با هماهنگی استاد انتخاب نموده و با استفاده از منابع جدید و مقالات مرتبط مطالب را گردآوری و در کلاس درس ارائه نماید.
- ۵- دانشجویان موظفند حداقل یک هفته قبل از ارائه فایل الکترونیک خود را در قالب پاورپوینت به مدرس ارائه و بازخورد لازم را قبل از ارائه دریافت نماید در غیر این صورت جلسه ارائه برگزار نخواهد شد و پس از تأیید نمایی در سامانه نوید بخش تکالیف بارگذاری نماید.

ایمیل مدرس جهت ارسال فایل ارائه: [moallef@gmail.com](mailto:moallef@gmail.com)

**ارزشیابی دانشجو در واحد تئوری:**

- حضور منظم و فعال در کلاس ۱۰٪
- آرایه سمینار بر اساس موضوعات مرتبط ۴۰٪
- امتحان پایان ترم ۵۰٪

**منابع مطالعه:**

منابع معرفی شده در کوریکولوم:

کتاب، مقالات و سایت های معتبر علمی مربوط به پرستاری سالمندان

## جدول پیشگام تدریس

ارائه دهنده	موضوع	تاریخ	جلسه
مدرسان	معارفه و ارائه طرح درس		۱
دکتر عجم	نظریه های زیست شناختی سالخوردگی		۲
دکتر عجم	نظریه های روان شناختی سالخوردگی		۳
دکتر عجم	نظریه های جامعه شناختی سالخوردگی		۴
دکتر عجم	چگونگی پیر شدن سلول و اجزا آن		۵
دکتر عجم	تغییرات عملکردی ارگان های بدن در سالمندی ۱		۶
دکتر عجم	تغییرات عملکردی ارگان های بدن در سالمندی ۲		۷
دکتر عجم	رابطه بین ژنتیک، بیماریها را با سالمندی		۸
آقای مظفری منش	- عوامل مؤثر بر طول عمر		۹
آقای پورعلی	- بیومکانیک تحرک در سالمندی		۱۰