

(برای یک جلسه از درس، برای مثال ۲ ساعت از کلاس درس در یک هفته)

دانشکده: طب ایرانی گروه آموزشی: تاریخ علوم پزشکی مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی ارشد تاریخ علوم پزشکی

نام درس: تدابیر حفظ الصحة و اصول پیشگیری تعداد واحد ۲ نوع واحد: نظری پیش نیاز: درس مبانی نظری طب سنتی

زمان برگزاری کلاس: روز: چهارشنبه ساعت: ۸ تا ۱۰

مکان برگزاری: طرح جامع دانشکده طب ایرانی

تعداد دانشجویان ۲ مسئول درس: دکتر نامدار مدرسین (به ترتیب حروف الفبا): دکتر نامدار

شرح درس: (لطفا شرح دهید)

۲ واحد نظری اختیاری می باشد

هدف کلی: (همان هدف بینابینی طرح دوره است)

شناخت راهکارهای علمی و شیوه‌های پیشگیری از بیماری‌ها، حفظ سلامت و ارتقاء آن به تناسب شرایط فردی و محیطی بر اساس طب سنتی ایران به منظور انتخاب مناسب‌ترین شیوه‌های ارتقاء سلامت با توجه به شرایط علمی روز.

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه اول:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- مکانیسم خواب را در طب ایران را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- شرایط خواب مناسب را فهرست کند. (هدف شناختی)
- ... انواع خواب نامناسب را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- اثرات اختلال خواب بر بدن را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	مکانیسم خواب	خواب و بیداری	۹۰
		خواب مناسب چگونه باید باشد		
		اثرات اختلال خواب بر بدن		

اهداف رفتاری جلسه دوم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- .. تعریف صحیح ورزش را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- .. خواص ورزش برای انسان را فهرست کند. (هدف شناختی)
- .. اثر آن بر بدن را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- اثر ورزش بر پیشگیری از بیماری ها را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۲
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	تعریف ورزش و اثر آن بر بدن	حرکت و سکون در طب ایرانی و اثر آن در بدن	۹۰
		ویژگی ورزش مناسب		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه سوم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- انواع ورزش را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- انواع ورزش خاص برای اعضای مختلف را فهرست کند. (هدف شناختی)
- چگونگی نقش ورزش در بهبودی از بیماریها را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۳
				مدت زمان (دقیقه)
		انواع ورزش	انواع ورزش و نقش آن در بیماری ها	۹۰
		ورزش و بیماری ها		
پرسش	سخنرانی			

اهداف رفتاری جلسه چهارم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تعرف دلك را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- ...فواید دلك در بدن را فهرست کند. (هدف شناختی)
- ...نقش دلك در درمان بیماری ها را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۴
				مدت زمان (دقیقه)
		دلك در طب ایرانی و اثر آن در بدن	دلك در طب ایرانی و نقش آن	۹۰
		دلك و بیماریها	در بدن	
پرسش	سخنرانی			

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه پنجم :

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- انواع اعمال یدای را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- .. بادکش، فصد، حجامت، حقنه را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- .. نقش اعمال یدای در پیشگیری از بیماری ها، را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۵
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	انواع اعمال یدای	اعمال یدای در طب ایرانی	۹۰
		بادکش، فصد، حجامت، حقنه و ...		

اهداف رفتاری جلسه ششم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- ..تعریف خروج از اعتدال را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- .. انواع سوء مزاج را فهرست کند. (هدف شناختی)
- ..علل امتلاء را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- ..نقش امتلائی در ایجاد بیمارهای دیگر را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۶
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	سوء مزاج ها	تدبیر ابدان خارج از اعتدال و فربهان	۹۰
		امتلا و علل آن		
		درمان امتلا ها		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه هفتم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- جایگاه و اهمیت اعراض نفسانی را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- انواع اعراض نفسانی را فهرست کند. (هدف شناختی)
- مکانیسم انواع اعراض نفسانی را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- رابطه اعراض نفسانی و بیماری های جسمی را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۷
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	انواع اعراض نفسانی	اعراض نفسانی در طب ایرانی	۹۰
		مکانیسم انواع اعراض نفسانی		
		اعراض نفسانی و بیماری های جسمی		

اهداف رفتاری جلسه هشتم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تعریف سلامت معنوی را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- تعدادی از پیامدهای خوب سلامت معنوی را فهرست کند. (هدف شناختی)
- اهمیت سلامت معنوی را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- ارتباط سلامت معنوی با بیماریها را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۸
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	بعد چهارم سلامت و تعریف آن	سلامت معنوی	۹۰
		اهمیت سلامت معنوی		
		ارتباط سلامت معنوی با بیماریها		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه نهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تدابیر مسافرت را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- عوامل آب و هوایی مؤثر بر سلامت را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- اقلیم سبزه را فهرست کند. (هدف شناختی)
- انواع آب و هوا را بر اساس مزاج توضیح دهد. (هدف شناختی)
- تدابیر فصول مختلف را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۹
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	تدابیر سفر	تدابیر سفر و آب و هوا	۹۰
		طبقه بندی عوامل آب و هوایی مؤثر بر سلامت		
		انواع هوای مضر، انواع آب مضر، بیماریهای واگیر		
		تدابیر فصول		

اهداف رفتاری جلسه دهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- انواع مشکلات بارداری را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- تدابیر مشکلات شایع بارداری را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- انواع مشکلات دوران شیردهی را فهرست کند. (هدف شناختی)
- تدابیر مشکلات شایع شیردهی را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۰
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	مشکلات شایع بارداری (تهوع، ورم، یبوست و ...)	تدابیر بارداری	۹۰
		تدابیر مشکلات بارداری		
		اهمیت تغذیه با شیر مادر، مشکلات شایع شیردهی	تدابیر شیردهی	
		تدابیر شیردهی (قلت، غلظت، کثرت شیر، دایگی و ...)		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه یازدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- اصل سته ضروریه در میانسالی و سالمندی را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- مشکلات شایع میانسالی و سالمندی را فهرست کند. (هدف شناختی)
- تدابیر مشکلات شایع میانسالی و سالمندی را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۱
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	تدابیر سته ضروریه در سالمندان (ورزش، تغذیه، خواب و ...)	تدبیر میانسالان و سالمندان	۹۰
		تدابیر مشکلات شایع سالمندی (یبوست، پوکی استخوان، یائسگی و ...)		

اهداف رفتاری جلسه دوازدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- اصل سته ضروریه در جوانی و بلوغ را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- مشکلات شایع بلوغ را فهرست کند. (هدف شناختی)
- تدابیر مشکلات شایع بلوغ را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۱
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	تدابیر سته ضروریه در دوران بلوغ (ورزش، تغذیه، خواب و ...)	تدبیر جوانی و بلوغ	۹۰
		تدابیر مشکلات شایع بلوغ (رشد قدی، چاقی، آکنه و ...)		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه سیزدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- مفهوم احتباس و استفراغ و انواع آنها را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- انواع استفراغ طبیعی را فهرست کند. (هدف شناختی)
- علل و تدبیر استفراغ و احتباس مفرط را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۳ مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	تعریف و علل احتباس	احتباس	۹۰
		عوارض و تدبیر احتباس مفرط(یبوست، آمنوره و ...)		
		تعریف و علل و انواع استفراغ(عرق، ، براز، قی و ...	استفراغ	
		عوارض و تدبیر استفراغ مفرط(اسهال و تعریق و ...)		

اهداف رفتاری جلسه چهاردهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- انواع حمام بر حسب مزاج را ذکر نمایید. (هدف شناختی)
- اقدامات مضر در حمام را فهرست کند. (هدف شناختی)
- ارتباط دیگر اجزای سته ضروریه را با حمام توضیح دهد. (هدف شناختی)
- ارتباط جماع با انواع مزاج را تجزیه و تحلیل نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۴
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	انواع حمام بر حسب مزاج	استحمام	۹۰
		ارتباط دیگر اجزای سته با استحمام(غذا، آب و ...)		
		ارتباط جماع و دیگر اجزای سته(غذا، آب و ...)	جماع	
		ارتباط جماع با انواع مزاج		

بسمه تعالی

دانشکده طب ایرانی

طرح درس (lesson plan)



اهداف رفتاری جلسه پانزدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تقسیم بندی سنین و دوره های طفولیت را ذکر نماید. (هدف شناختی)
- مشکلات شایع اطفال را فهرست کند. (هدف شناختی)
- تدابیر تندرستی اطفال را توضیح دهد. (هدف شناختی)
- تدابیر ساده مشکلات شایع را ذکر نماید. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۵
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	استحمام اطفال	تدبیر اطفال	۹۰
		از شیر گرفتن، غذای		
		کمکی و بی اشتهایی اطفال		
		تعلیم و تربیت		

اهداف رفتاری جلسه شانزدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- حفظ الصحه مغز، قلب، معده، کبد و چشم را توضیح دهد. (هدف شناختی)

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۶
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی	حفظ الصحه مغز و قلب	حفظ الصحه اعضا	۹۰
		حفظ الصحه معده و کبد		