



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

نام درس: برنامه های ملی مبارزه با بیماری های غیرواگیر و اپیدمیولوژی آنها	کد درس: 1752411
مقطع تحصیلی: کارشناسی	رشته تحصیلی: بهداشت عمومی
گروه آموزشی: آموزش بهداشت و ارتقای سلامت	پیش نیاز: ندارد
تعداد واحد: ۲ واحد نظری	محل برگزاری: دانشکده بهداشت
روز و ساعت برگزاری: سه شنبه ساعت ۱۴-۱۶	مدرسین: دکتر محمد واحدیان شاهرودی - دکتر مهدی زاده
☐ بازنگری ☒ طراحی اولیه	
شرح درس :	
برنامه های ملی مبارزه با بیماری های غیرواگیر تلاش می کند از طریق آموزش دانشجویان و کسب مهارت های لازم، آنها را با انواع بیماری های غیر واگیر شایع و علل و عوامل ایجاد کننده و راه های کنترل و مبارزه با این بیماری ها آشنا کند.	
هدف کلی دوره: آشنایی دانشجویان با برنامه های ملی مبارزه با بیماری های غیرواگیر	
روش های آموزشی (نحوه ارائه درس): با توجه به مقطع تحصیلی مخاطبان در این درس و انتظار از آنان برای فعالیت های یادگیری خود راهبر ، رویکرد غالب در اجرای این درس مشارکتی و تعاملی خواهد بود. بر این اساس دانشجویان، منابع معرفی شده را مطالعه و با آمادگی برای بحث و تعامل در کلاس آنلاین حضور می یابند. البته بحث گروهی روش غالب خواهد بود. فعالیت دانشجو در ارتقاء یادگیری خود با مشارکت در پرسش و پاسخ کلاسی و ارائه تحقیقات می باشد.	
وسایل آموزشی:	
وسایل کمک آموزشی مورد نیاز عبارتند از کامپیوتر و اینترنت و نرم افزارهای لازم	
وظایف و تکالیف دانشجو:	
حضور منظم در کلاس آنلاین و انجام تکلیف آمادگی برای پاسخگویی به سوالات شفاهی مربوط به درس جلسه قبل در ابتدای هر جلسه شرکت در مباحث کلاس آنلاین و فرآیند تدریس و یادگیری تهیه و ارائه یک موضوع برای کنفرانس حضور در زمان آزمون آنلاین پایان ترم	
روش های ارزیابی در طول دوره:	
✓ حضور و مشارکت فعال در کلاسهای آنلاین به صورت مجازی و ارائه تکالیف ۷۰٪ نمره	
روش های ارزیابی در انتهای دوره:	



دانشگاه بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

آزمون آنلاین به صورت مجازی (کوتاه پاسخ و چهارگزینه ای) ۳۰٪ نمره
منابع اصلی درس:
(۱) اصول پیشگیری و مراقبت بیماری ها، نظام مراقبت بیماری های واگیر
(۲) دستورالعمل های مرکز مدیریت بیماری های وزارت بهداشت
(۳) طب داخلی هاریسون
سایر منابع به اقتضای موضوعات درس در هر جلسه از کتب یا مجلات علمی معرفی خواهد شد.

جلسه اول

اهداف رفتاری: در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند:

- ✓ بیماری غیرواگیر را تعریف کند و تفاوت آن را با بیماری های واگیر ذکر نماید.
- ✓ بیماری غیرواگیر مآزور را در مدت ۲ دقیقه تعریف نماید.
- ✓ حداقل ۶ بیماری های غیر واگیر شایع را بیان نماید.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۵ دقیقه	تعریف بیماری غیرواگیر و تفاوت آن با بیماری های واگیر
۲۰ دقیقه	تعریف بیماری غیرواگیر مآزور
۳۵ دقیقه	انواع بیماری های غیرواگیر
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	

جلسه دوم

اهداف رفتاری: در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ شیوع بیماری های غیرواگیر در ایران و جهان را شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از عوامل موثر در مرگ این بیماری ها را در ایران و جهان را بیان نماید.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۰ دقیقه	شیوع بیماری های غیرواگیر در ایران و جهان
۵۰ دقیقه	عوامل موثر در مرگ بیماری های غیرواگیر در ایران و جهان
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	



دانشگاه بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه سوم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ عامل خطر را تعریف کند.
- ✓ پنج مورد از عوامل خطر بیماری های غیرواگیر را شرح دهد.
- ✓ نحوه طبقه بندی عوامل خطر را در مدت ۲ دقیقه شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۰ دقیقه	تعریف عامل خطر
۳۰ دقیقه	عوامل خطر بیماری های غیر واگیر
۳۰ دقیقه	نحوه طبقه بندی عوامل خطر
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	

جلسه چهارم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ بیماری های قلبی و عروقی را توضیح دهد.
- ✓ پنج مورد از عوامل خطر بیماری های قلبی را شرح دهد.
- ✓ شیوع این عوامل خطر را در ایران در مدت ۲ دقیقه شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۰ دقیقه	تعریف بیماری های قلبی و عروقی
۳۰ دقیقه	عوامل خطر بیماری های قلبی
۳۰ دقیقه	تعریف شیوع این عوامل خطر در ایران
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	



دانشگاه بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه پنجم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ کلیات مطالعه فرامینگهام را شرح دهد.
- ✓ جدول محاسبه خطر بیماری های قلبی را در مدت ۲ دقیقه شرح دهد.
- ✓ خطر این بیماری ها را محاسبه کند.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰ دقیقه	تعریف کلیات مطالعه فرامینگهام
۳۵ دقیقه	جدول محاسبه خطر بیماری های قلبی
۳۵ دقیقه	تعریف خطر بیماری های قلبی و نحوه محاسبه خطر این بیماری ها
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	

جلسه ششم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ فشارخون بالا را تعریف کند.
- ✓ آخرین طبقه بندی فشارخون بالا را در مدت ۲ دقیقه شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از عوامل خطر فشارخون بالا را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۱۵ دقیقه	تعریف فشارخون بالا
۴۵ دقیقه	آخرین طبقه بندی فشارخون بالا
۳۰ دقیقه	عوامل خطر فشارخون بالا
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه هفتم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

✓ نکات لازم در اندازه گیری فشارخون را در مدت ۵ دقیقه شرح دهد.

✓ پنج مورد از استراتژی های کنترل فشارخون را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۰ دقیقه	نحوه اندازه گیری فشارخون
۵۰ دقیقه	استراتژی های کنترل فشارخون
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و نقد و بررسی و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	

جلسه هشتم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

✓ دیابت را تعریف کند.

✓ اهمیت بیماری را در مدت ۲ دقیقه شرح دهد.

✓ طبقه بندی بیماری را شرح دهد.

✓ پنج مورد از عوامل خطر دیابت را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰ دقیقه	تعریف دیابت
۲۰ دقیقه	اهمیت دیابت
۲۵ دقیقه	طبقه بندی دیابت
۲۵ دقیقه	عوامل خطر دیابت
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و نقد و بررسی و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه نهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ برنامه کنترل دیابت را توضیح دهد.
- ✓ الگوی غربالگری دیابت را شرح دهد.
- ✓ اصول مراقبت از بیمار دیابتیک را در مدت ۵ دقیقه شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از مراقبت از دیابت بارداری را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰ دقیقه	تعریف برنامه کنترل دیابت
۲۰ دقیقه	الگوی غربالگری دیابت
۲۵ دقیقه	اصول مراقبت از بیمار دیابتیک
۲۵ دقیقه	مراقبت از دیابت بارداری
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و نقد و بررسی و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	

جلسه دهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ هیپرلیپیدمی را تعریف کند.
- ✓ پنج مورد از عوامل ایجاد هیپرلیپیدمی را شرح دهد.
- ✓ تفاوت بین لیپیدها را شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از استراتژی های کنترل چربی خون بالا را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰ دقیقه	تعریف هیپرلیپیدمی
۲۰ دقیقه	عوامل ایجاد هیپرلیپیدمی
۲۵ دقیقه	تفاوت بین لیپیدها
۲۵ دقیقه	استراتژی های کنترل چربی خون بالا
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): پرسش و پاسخ و نقد و بررسی و کوئیز کوتاه آنلاین به صورت مجازی	



دانشگاه بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه یازدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ نقش عادات غذایی در بروز بیماری های غیر واگیر را شرح دهد.
- ✓ الگوریتم برخورد با تغذیه نامناسب و کم تحرکی را شرح دهد.
- ✓ نحوه محاسبه کالری دریافتی و فعالیت فیزیکی را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۰ دقیقه	تعریف نقش عادات غذایی در بروز بیماری های غیر واگیر
۳۰ دقیقه	الگوریتم برخورد با تغذیه نامناسب و کم تحرکی
۳۰ دقیقه	نحوه محاسبه کالری دریافتی و فعالیت فیزیکی

جلسه دوازدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ طبقه بندی اضافه وزن و چاقی را در مدت ۲ دقیقه بیان نماید.
- ✓ پنج مورد از راه های کنترل وزن و چاقی را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵ دقیقه	طبقه بندی اضافه وزن و چاقی
۴۵ دقیقه	راه های کنترل وزن و چاقی



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه سیزدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ اهمیت سرطان ها را توضیح دهد.
- ✓ پنج مورد از عوامل خطر سرطان های مختلف را بیان کند.
- ✓ پنج مورد از راه های پیشگیری از سرطان ها را شرح دهد.
- ✓ تفاوت غربالگری و Down staging را در مدت ۵ دقیقه بیان کند.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰ دقیقه	اهمیت سرطان ها
۲۰ دقیقه	عوامل خطر سرطان های مختلف
۲۵ دقیقه	راه های پیشگیری از سرطان ها
۲۵ دقیقه	تفاوت غربالگری و Down staging

جلسه چهاردهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ برنامه غربالگری سرطان پستان را توضیح دهد..
- ✓ برنامه غربالگری سرطان کولون را توضیح دهد..
- ✓ برنامه غربالگری سرطان گردن رحم را توضیح دهد..

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۰ دقیقه	برنامه غربالگری سرطان پستان
۳۰ دقیقه	برنامه غربالگری سرطان کولون
۳۰ دقیقه	برنامه غربالگری سرطان گردن رحم



دانشگاه بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه پانزدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ بیماری هیپوتیروئیدی مادرزادی نوزادان را توضیح دهد.
- ✓ الگوریتم برخورد با هیپوتیروئیدی مادرزادی را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵ دقیقه	بیماری هیپوتیروئیدی مادرزادی نوزادان
۴۵ دقیقه	الگوریتم برخورد با هیپوتیروئیدی مادرزادی

جلسه شانزدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ برنامه تالاسمی، PKU و کمبود آنزیم G6PD را شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از نحوه برخورد با تالاسمی، PKU و کمبود آنزیم G6PD را شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵ دقیقه	برنامه تالاسمی، PKU و کمبود آنزیم G6PD
۴۵ دقیقه	الگوریتم برخورد با بیماری تالاسمی، PKU و کمبود آنزیم G6PD



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه هفدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که بتواند :

- ✓ حادثه و طبقه بندی آن را شرح دهد.
- ✓ چک لیست ایمنی در منزل را در مدت ۵ دقیقه شرح دهد.
- ✓ پنج مورد از برنامه جامعه ایمن را توضیح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۳۰ دقیقه	تعریف حادثه و طبقه بندی آن
۳۰ دقیقه	چک لیست ایمنی در منزل
۳۰ دقیقه	برنامه جامعه ایمن