



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

نام درس: نظریه ها و مدل های برنامه ریزی و تغییر رفتار	کد درس: ۴۱۴۰۰۳
سلامت	
مقطع تحصیلی: ارشد ناپیوسته	رشته تحصیلی: آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
گروه آموزشی: آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	پیش نیاز: مبانی آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
تعداد و نوع واحد: ۲ واحد، نظری-عملی	محل برگزاری: دانشکده بهداشت
روز و ساعت برگزاری: یکشنبه ۱۲-۱۰	مدرسین (مسئول درس مشخص شود): دکتر نوشین پیمان
☒ طراحی اولیه	☐ بازنگری
شرح درس:	
در این درس فراگیران با مفاهیم ارتقاء سلامت و انواع نظریه و الگوهای مهم آموزش بهداشت آشنا می شوند و اهمیت کاربرد آن ها را در برنامه ریزی مداخلات آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت فرا می گیرند	
هدف کلی دوره:	
کسب دانش، شایستگی و مهارت های لازم درمورد نظریه ها و الگوهای برنامه ریزی و تغییر رفتار و کاربرست آنها در تحلیل رفتار، طراحی، اجرا و ارزشیابی مداخلات آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	
روش های ارزیابی دانشجوی (سهم هر روش بر حسب درصد نوشته شود):	
فعالتهای کلاسی، آزمون میان دوره، آزمون پایان دوره	
خاموش و یا سایلنت بودن تلفن همراه	
روش های ارزیابی در طول دوره: انجام کوئیز و فعالتهای کلاسی (۲۰ درصد)	
روش های ارزیابی در انتهای دوره: امتحان پایان دوره (۸۰ درصد)	
وسایل آموزشی:	
✓ دیتا پروژکتور، وایت برد، تخته هوشمند	
✓ معرفی منابع درسی	
منابع اصلی درس:	
1- James McKenzie. Brad Neiger: Rosemary Thackeray. Planning Implementing & Evaluating Health Promotion programs: APrimer: Pearson. Last edition.	
2- Glen Gilbert, Robin Sawyer, Elisa Meneill. Health Education: Creating Strategies for School & Community Health. Jones & Bartlett Learning. Last Edition.	
3- Susan Bastable, Pamela Gramet. Karen Jacobs. Deborah sopezyk: Health professional as educator: princpels of teaching and learning. Jones & Bartlett Learning. Last Edition.	
4- Rukhsana,A .Benjaamin R.B. Health communication Mass Media: An Integrated Approach to policy and practice. Gower. Last Edition.	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

5- Glanz K, Lewis FM, Rimer BK. Health Behaviour and Health promotion. Latest Edition

۶- هاشم محسنی زنوزی. تکنولوژی آموزشی. آخرین چاپ

۷- دانائی رحیم. (مترجم). اصول عکاسی دیجیتال. بیل کوریت. تهران. آخرین چاپ

۸- صفاری محسن. نظریه ها، مدلها و روش های آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت. آخرین چاپ



دانشکده بهداشت
دفتر توسعه آموزش
طرح درس (Lesson Plan)

جلسه اول

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ ارتقاء سلامت را براساس دیدگاه های مطرح شده در کلاس تعریف نموده و نکات مهم در هر تعریف را برشمارد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۹۰	تعاریف ارتقاء سلامت از دیدگاه های مختلف
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه دوم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ راهبردهای اساسی ارتقاء سلامت و پیش نیازهای سلامتی را به طور کامل شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۹۰	راهبردهای اساسی ارتقاء سلامت و پیش نیازهای سلامتی
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه سوم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ تاریخچه کنفرانس های بین المللی ارتقاء سلامت، را به طور کامل شرح داده و مفاهیم اصلی در هر کنفرانس را نام ببرد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۹۰	تاریخچه ارتقاء سلامت و مفاهیم اصلی در کنفرانس های برگزار شده
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه چهارم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ شیوه زندگی سالم را تعریف کرده و عوامل موثر بر آن را به طور کامل شرح دهد.

✓ گامهای اساسی جهت اقدامات ارتقاء سلامت را نام برده و مورد تحلیل قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	شیوه زندگی سالم و عوامل موثر بر آن
۴۵	گامهای اساسی جهت اقدامات ارتقاء سلامت
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه پنجم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ سواد سلامت را تعریف کرده و و اهمیت آن در ارتقاء سلامت را به طور کامل شرح دهد.
- ✓ وظایف آموزش دهندگان سلامت را در سه حوزه آموزشی، ارتباطی، اطلاعاتی به طور کامل شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۵۰	سواد سلامت و اهمیت آن در ارتقاء سلامت
۴۰	وظایف آموزش دهندگان سلامت در سه حوزه آموزشی، ارتباطی، اطلاعاتی
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه ششم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت شرح دهد.
- ✓ نظریه ها و الگوها را براساس طبقه بندی های مطرح شده در کلاس را به طور کامل شرح دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۶۰	تعریف نظریه و الگو، اهمیت و اصول کاربرد آنها در برنامه های آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
۴۰	طبقه بندی نظریه ها و الگوها
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه هفتم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی به منظور تغییر رفتار را به طور کامل شرح دهد.
- ✓ نظریه خودکارآمدی را شرح دهد و حداقل دو مقاله چاپ شده براساس این نظریه را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۲۰	اصول انتخاب نظریه ها و الگوها در مطالعه و برنامه ریزی تغییر رفتار
۸۰	نظریه خودکارآمدی و معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه هشتم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ نظریه خود تنظیمی را شرح دهد و حداقل دو مقاله چاپ شده براساس این نظریه را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	نظریه خود تنظیمی
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه نهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ تاریخچه نظریه های عمل استدلالی، رفتار برنامه ریزی شده و سازه های هر یک را تعریف و نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه ها را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	تاریخچه نظریه های عمل استدلالی، رفتار برنامه ریزی شده
۴۵	معرفی، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه دهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ تاریخچه الگوی اعتقاد بهداشتی را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	الگوی اعتقاد بهداشتی
۴۵	معرفی، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه یازدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ نظریه انگیزش محافظت را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	نظریه انگیزش محافظت
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه دوازدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

✓ الگوی فرانظریه ای را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	الگوی فرانظریه
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه سیزدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ نظریه شناختی اجتماعی را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه ها را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	نظریه شناختی اجتماعی
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسه چهاردهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ نظریه انتشار نوآوری را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه ها را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	نظریه انتشار نوآوری
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح درس (Lesson Plan)

جلسه پانزدهم

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ الگوی پرسید-پروسید را شرح داده و سازه های آن را نام ببرد و حداقل دو مقاله ارائه شده براساس این نظریه ها را مورد ارزیابی و نقد قرار دهد.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	الگوی پرسید- پروسید
۴۵	معرفی ، ارزیابی و نقد مقاله
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	

جلسات کار عملی (۸ جلسه)

اهداف رفتاری:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود که :

- ✓ مطالب جلسات قبل را مطالعه و در مورد تئوری های مختلف به بحث بپردازند
- ✓ هر یک از دانشجویان یکی از پایان نامه های آموزش بهداشت موجود در کتابخانه دانشکده را انتخاب و آن را به طور دقیق مطالعه نموده و نکات مثبت و منفی آن را در کلاس مورد بحث قرار دهد و به صورت کتبی نیز به استاد ارائه نماید.

جدول زمان بندی ارائه محتوای آموزشی در این جلسه	
مدت زمان (دقیقه)	رئوس مطالب
۴۵	بحث در مورد تئوری های مختلف و کاربرد آنها
۴۵	تحلیل دقیق یک پایان نامه آموزش بهداشت موجود در کتابخانه دانشکده توسط هر یک از دانشجویان
روش ارزشیابی (در صورت نیاز): سخنرانی - بارش افکار و پرسش و پاسخ	