به نام ایزد دانا

(کاربرگ طرح درس) تاریخ به­روز رسانی:

دانشکده علوم انسانی نیمسال دوم سال تحصیلی 98-1397

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| مقطع: کارشناسی🞏کارشناسی ارشد◼ دکتری□ | | | تعداد واحد: نظری2 عملی... | | فارسی: اپیدمیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی | | نام درس |
| پیش­نیازها و هم­نیازها: | | | | | لاتین: | |
| شماره تلفن اتاق: 217 | | | | مدرس/مدرسین: روح الله حق شناس | | | |
| منزلگاه اینترنتی: | | | | پست الکترونیکی: rhm@semnan.ac.ir | | | |
| برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: | | | | | | | |
| اهداف درس: آشنایی دانشجویان با تاثیرات فعالیت بدنی در کاهش مرگ و میر و پیشگیری از بیماری های وابسته به کم تحرکی | | | | | | | |
| امکانات آموزشی مورد نیاز: کلاس درس مجهز به ویدئو پرژکتور، وایت برد و ماژیک | | | | | | | |
| امتحان پایان­ترم | امتحان میان­ترم | ارزشیابی مستمر(کوئیز) | | فعالیت­های کلاسی و آموزشی | | نحوه ارزشیابی | |
| 12 | 2 | 2 | | 4 | | درصد نمره | |
| I-Min Lee, Epidemiologic Methods in Physical Activity Studies,  Physical Activity Epidemiology By Rod K. Dishman, Gregory W. Heath, I-Min Lee | | | | | | منابع و مآخذ درس | |

**بودجه­بندی درس**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **توضیحات** | **مبحث** | **شماره هفته آموزشی** |
|  | آشنایی با مفاهیم و روش های بررسی اپیدمیولوژیکی فعالیت بدنی | **1** |
|  | تعریف واژه ها و اصطلاحات اپیدمیولوژی | **2** |
|  | فعالیت بدنی و مرگ و میر ناشی از بیماری ها | **3** |
|  | بررسی فعالیت بدنی بر مرگ و میر ناشی از بیماری های عروق کرونری و همه انواع مرگ و میر های دیگر | **4** |
|  | طراحی مطالعات اپیدمیولوژیکی فعالیت بدنی تندرستی و بهداشت | **5** |
|  | برسی روش های ارتقای فعالیت بدنی و کاهش مرگ و میر ناتوانی ها | **6** |
|  | تأثیر فعالیت بدنی بر میزان بهداشت و سلامتی روح و روانی | **7** |
|  | امتحان میان ترم و مرور مباحث گذشته | **8** |
|  | تأثیر فعالیت بدنی بر عوامل خطرزای بیماری ها مزمن قلبی و عروقی، بیماری های ریوی، دیابت، سرطان | **9** |
|  | کهنسالی، فعالیت بدنی درمانی و بهداشت عمومی | **10** |
|  | انواع مطالعات اپیدمیولوژیک | **11** |
|  | فعالیت بدنی و ملاحظات خاص | **12** |
|  | تأثیر فعالیت بدنی بر میزان بهداشت و سلامت روحی و روانی | **13** |
|  | تاثیر پذیرش و حفظ زندگی فعال بر پیش گیری از بیماری ها | **14** |
|  | مرور مباحث گذشته و جمع بندی | **15** |
|  | پرسش و پاسخ رفع اشکال | **16** |