

عنوان: تدوین واحد درسی "ورزش در بارداری" در کوریکولوم آموزشی دوره کارشناسی مامایی، گامی به سوی مدیریت شکاف تئوری عمل آموزش پاسخ گو (جوانی جمعیت)

Compilation of the lesson unit "Exercise in pregnancy" in the educational curriculum of the midwifery undergraduate course, a step towards managing the gap in theory and practice of responsive education (youth of the population)

نویسندگان: ثمین آذر نژاد گرگری

نام دانشگاه: علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی تبریز

مقدمه و هدف :

ورزش در بارداری یکی از مهم ترین مباحث قابل توجه در دوران بارداری می باشد که هدف از این ورزش ها، آمادگی مادر از لحاظ جسمی و روحی برای زایمان و تولد یک نوزاد سالم است. باتوجه به سوگیری جمعیت به سمت سالمندی و افزایش تاکید بر جوانی جمعیت لازم است بستری جهت توانمند سازی دانشجویان مامایی از طرف سیستم های دولتی فراهم شود. با توجه به این مسئله و سیاست ارتقا سطح سلامت مادر و جنین در دوران بارداری، طبق تحقیقات انجام گرفته، در بعضی کشورهای پیشرفته از جمله کانادا دستورالعمل هایی بدین منظور تنظیم شده اند. این دستورالعمل ها مبتنی بر شواهد در مورد زنان باردار اعمال می شود و کاربرانی از جمله ارائه دهندگان مراقبت های مامایی، سیاست گذاران و متخصصان تناسب اندام را هدف قرار داده و در مورد تاثیر فعالیت بدنی قبل از تولد بر نتایج سلامت مادر، جنین و نوزاد راهنمایی ارائه میدهند. لذا اجرای استاندارد های خاص و بومی شده آموزش بالینی مامایی در ایران می تواند منجر به ارتقای کیفیت برنامه های آموزش بالینی شود. جهت ترمیم خلا دانش در حیطه آموزش پزشکی و دستیابی به آموزش با کیفیت بالا مستلزم ارزیابی و بازنگری مستمر در برنامه درسی هستیم.

روش کار:

این واحد درسی شامل دو بخش آموزش تئوری و کارآموزی خواهد بود.

۱. نیازسنجی آموزشی از اساتید و صاحب نظران مامایی برای تعیین سرفصل ها

۲. تنظیم اهداف آموزشی در بخش کارآموزی شامل طراحی، اجرا و ارائه ورزش های

بارداری به مادران باردار

۳. محتوای این درس دو واحدی شامل یک واحد تئوری و یک واحد عملی، ۱۶ جلسه ای دو ساعته خواهد بود. تقسیم بندی ۸ جلسه عملی به تفکیک شامل: ۲ جلسه یوگا، ۲ جلسه ایروبیک، ۲ جلسه پیلاتس و ۲ جلسه ورزش در آب می باشد.

۴. همکاری و عقد قرارداد با شرکت های بیمه درمانی و با مراکز مربوطه نظیر استخرها، باشگاه ها و سایر مراکز ورزشی در سانس های ویژه به همراه اساتید بالینی مجرب

۵. مشارکت با اساتید تربیت بدنی (پزشکی ورزشی) و اساتید بارداری و زایمان برای بهبود فضای آموزشی

۶. فراهم سازی امکانات ورزشی لازم متناسب با ورزش مربوطه (ورزش در آب، یوگا، پیلاتس و ایروبیک....)

۷. ارزیابی اثر بخشی ایده آموزشی و انجام اصلاحات مورد نیاز در فرایند آموزش، روش های آموزش تئوری بصورت سوال پرسیدن، تجزیه و تحلیل مطالعات موردی، بحث در گروه های کوچک ۵ تا ۱۰ نفری، بیان تجارب بالینی، تفکر انتقادی درباره ورزش در بارداری، ارائه سمینارهای دانشجویی خواهد بود.

نتایج:

نتایج بر این است که با توجه به نقش مستمر ماماها در امر ورزش در بارداری به عنوان یکی از اجزای مهم سلامتی فیزیولوژیک بدن، باید سطح آگاهی و نگرش جامعه را ارتقا داده و با برطرف کردن موانع موجود بر این امر و ملزوم نمودن آن در امر مراقبت مادر باردار در صدد ایجاد فرهنگ سازی مناسبی در این زمینه باشیم.

Poster message

Revising and compiling the curriculum of the undergraduate midwifery course in order to respond to the needs of the society, a step towards the youth of the population.

پیام پوستر

بازنگری و تدوین کوریکولوم دوره کارشناسی مامایی در راستای پاسخگویی به نیازهای جامعه، گامی در جهت طرح جوانی جمعیت است.