مبحث حافظه

راهنمای اداره کلاس:

**تعداد جلسات :** یک جلسه

**مدت دوره :** 20 دقیقه

**تعداد فراگیران:** حداقل 10 نفر

**چیدمان کلاس:** نیم دایره

**منابع آموزش:** جلد چهارم کتاب راهنمای بهبود شیوه زندگی سالم، صفحات 27 الی32

**اجرای جلسه آموزشی:** ابتدا ضمن احترام و خیر مقدم ، فرم شناسنامه کلاس تکمیل گردد. سپس پیش آزمون با سوالات زیر آغاز شود.

**سؤالات پیش و پس آزمون ( همراه با کلید)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | **سؤال** | **بله** | **خیر** |
| 1 | گذاشتن وسايلي كه هر روز از آن ها استفاده مي كنيد مثل دسته كليد، عينك و.... در يك جاي مشخص از فراموشكاري پيشگيري مي كند. | **🗸** |  |
| 2 | مصرف دارو هاي خواب آور براي تقويت حافظه مفيد است. |  | **🗸** |
| 3 | خوردن صبحانه به تقويت حافظه كمك می كند. | **🗸** |  |
| 4 | ديدن آلبوم عكس براي تقويت حافظه مفيد است. | **🗸** |  |
| 5 | نوشتن تاريخ هاي مهم مثل تولد، ويزيت پزشك، مهلت پرداخت قبض آب و..... به تقويت حافظه كمك مي كند | **🗸** |  |

سپس بر اساس اهداف رفتاری زیر ( نمونه ای از طرح درس ) جلسه آموزش را مدیریت و پس از آن طبق سؤالات بالا پس آزمون را برگزار کنید و نتایج آن را در فرم شناسنامه کلاس وارد کنید.

**طراحی تدریس:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | **اهداف رفتاری** | **زمان** | **حیطه آموزش** | **ابزار کمک آموزشی** | **روش آموزش** | **روش ارزشیابی** |
| 1 | اهميت انجام اقدامات براي تقويت حافظه در دوره سالمندي را شرح دهند. | 3 دقیقه | نگرش( عاطفی) | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |
| 2 | پنج اقدام براي تقويت حافظه در دوره سالمندي را بيان نمايند. | 5 دقیقه | شناختی | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |
| 3 | سه اقدام براي يادآوري مطالبي كه ممكن است سالمند آن ها را فراموش كند، بیان نمايند. | 3 دقیقه | شناختی | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |
| 4 | نقش تغذيه مناسب در حفظ قدرت حافظه را به طور خلاصه بيان نمايند. | 4 دقیقه | نگرش( عاطفی) | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |
| 5 | سه مورد از مهمترين مواد غذايي موثر در تغذيه مغز را نام ببرند.  | 2 دقیقه | شناختی | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |
| 6 | سه مورد از موارد مراجعه به پزشک براي پيشگيري از كاهش حافظه را بیان نمايند.  | 3 دقیقه | شناختی | عکس - پاورپوینت | پرسش و پاسخ | شفاهی |