

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بهمان

معاونت آموزشی دانشگاه

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

فرم طرح درس

### مشخصات درس و مدرس

- عنوان درس : ارگونومی شغلی یک
- نام و نام خانوادگی مدرس: دکتر رضا شهیدی
- نام و نام خانوادگی مسئول درس: دکتر رضا شهیدی
- نام و نام خانوادگی مدیر گروه: دکتر عبدالرحمن بهرامی
- نوع و میزان واحد به تفکیک: ۲ واحد نظری، ۱ واحد عملی
- رشته و مقطع تحصیلی دانشجو: کارشناسی مهندسی بهداشت حرفه‌ای و ایمنی کار
- زمان درس: نیمسال دوم
- مکان آموزش : دانشکده بهداشت

برنامه زمانبندی درس

جلسه	عنوان مبحث	اهداف کلی جلسه
۱	مقدمه	آشنایی با تعاریف و مفاهیم، تاریخچه و حوزه های مختلف ارگونومی
۲	فیزیولوژی کار- متابولیسم	آشنایی با متابولیسم انرژی و سیستمهای بازسازی آن
۳	فیزیولوژی کار- کار ماهیچه‌ای	آشنایی با طبقه بندی فعالیت‌های جسمی بر حسب نوع انقباض ماهیچه ای و میزان مصرف انرژی
۴	جلسه عملی آزمایشگاهی	آشنایی و کار با انواع دینامومترها جهت اندازه گیری و مقایسه قدرت عضلانی در کارهای ماهیچه ای دینامیک و استاتیک
۵	ظرفیت کار جسمی	آشنایی با حداکثر توان هوازی و روشهای دستگاهی ارزیابی آن در آزمایشگاه ها
۶	جلسه عملی آزمایشگاهی	آشنایی و کار با تجهیزات اندازه گیری ضربان قلب، فشار خون و دمای بدن
۷	ظرفیت کار جسمی	آشنایی با حداکثر توان هوازی و روشهای قابل کاربرد در محیطهای کار
۸	ظرفیت کار جسمی	آشنایی با روشهای برآورد نیازمندی کار بر حسب میزان انرژی مصرفی و تطبیق آن با حداکثر توان هوازی افراد
۹	جلسه عملی آزمایشگاهی	آشنایی با ابزار تست پله، دوچرخه ارگومتر و تردمیل و کار با آنها جهت اندازه گیری حداکثر توان هوازی
۱۰	خستگی	آشنایی با مفهوم انواع خستگی و روشهای ارزیابی آن
۱۱	خستگی	آشنایی با روشهای مقابله با خستگی و ارائه برنامه کار-استراحت و افزایش کارایی
۱۲	تغذیه و کار	آشنایی با اهمیت تغذیه در کار
۱۳	نوبت کاری	تعریف نوبت کاری، مشکلات ناشی از آن و راهکارهای کنترلی مربوطه
۱۴	ارگونومی شناختی	آشنایی با تعریف ارگونومی شناختی بر مبنای مدل پردازش اطلاعات در انسان و حوزه های مربوطه
۱۵	ارگونومی شناختی	آشنایی با معیارهای و ملاکهای ارزیابی ارگونومی شناختی
۱۶	ارگونومی شناختی	آشنایی با روشهای ارزیابی بارکار فکری
۱۷	ارگونومی نشاگرها و کنترل ها	آشنایی با اصول ارگونومی در طراحی نشانگرها و کنترل ها
۱۸	جلسه عملی آزمایشگاهی	آشنایی و کار با تجهیزات آزمایشگاهی برآورد عملکرد شناختی و چابکی
۱۹	آنتروپومتری	آشنایی با تعریف و اهمیت آنتروپومتری
۲۰	آنتروپومتری	آشنایی با نحوه کاربرد داده های آنتروپومتری در طراحی ایستگاه های کار و تجهیزات
۲۱	جلسه عملی آزمایشگاهی	آشنایی و کار با ابزارهای کاربردی آنتروپومتری
۲۲	ارگونومی کلان	آشنایی با مفهوم ماکروارگونومی، مزایا و نقش آن در مدیریت سازمانی
	امتحان پایان ترم	