

מספר קורס: 290.3549  
תוכנית גנרית - שנה ד'  
תוכנית פסגה – שנה ג'  
תוכנית אקדמיזציה  
2021-2022

### סילבוס קורס קידום בריאות: בני נוער וסטודנטים לסייעוד – סמסטר א

מועד: יום א' בין השעות 10:00-12:00

מרצה: דלית וילהלם [dwilhelm@univ.haifa.ac.il](mailto:dwilhelm@univ.haifa.ac.il)

#### מטרות הקורס:

1. הבנה של עקרונות ומרכיבים של קידום בריאות
2. יישום העקרונות על ידי:
  - (א) הערכה ואבחון קהילתי
  - (ב) זיהוי המרכיבים, חיוביים ושליילים, המשפיעים על בריאות בקהילה
  - (ג) הגדרת צורך ספציפי בהתייחס לגורמים שמתאימים לתרבות ולצרכים של הקהילה
  - (ד) הכרת שיטות התערבות בקהילה ודרכים להערכתן
  - (ה) בניית תהליך התערבות, ביצועו והערכתו
  - (ו) כתיבה של התהליך, תוצאות והמלצות לעתיד
  - (ז) הצגת הממצאים
3. בניית מאגר התערבויות לקידום בריאות לתלמידי תיכון ולסטודנטים לסייעוד
4. פיתוח המרכיב של קידום בריאות בהשקפת העולם המקצועית של סטודנטים לסייעוד

#### הנחיות לפרויקט קידום בריאות:

– אוכלוסיית היעד

- תלמידי תיכון במגמת מערכות בריאות בתיכונים בחיפה ובצפון
- סטודנטים לסייעוד בחוג לסייעוד באוניברסיטת חיפה
- לסטודנטים בתוכנית פסגה תהיה אפשרות לאוכלוסייה ייעודית לה

הסטודנטים הלומדים בקורס יתחלקו לקבוצות של 3-4 סטודנטים ויתערבו מול כיתת תלמידי מגמת בריאות בתיכון, או מול סטודנטים לסייעוד או חיילים.

### מטרת הפרויקט – קיום בריאות של תלמידי תיכון במגמת מערכות בריאות. ההתערבות היא מול תלמידי

תיכון:

1. זיהוי בעיות בריאות פוטנציאליות או קיימות בקרב תלמידי תיכון
2. חיבור לספרות מקצועית - בדיקת השפעת בעיות/סוגיות בריאות שזוהו לגבי התלמידים
3. תכנון ההתערבות - שימוש באוריינות בריאותית וה"חריג החיובי" (Positive Deviance) בתכנון התערבויות של קידום בריאות סביב בעיות או סוגיות בריאות הרלוונטיות לתמידים, ובהקשר של האפידמיה של COVID-19.

- I. הכנת תוצר על ידי התלמידים במגמה. התוצר ישמש את האוכלוסיות השונות
- II. יצירת קמפיין הסבר על הנושאים של קידום בריאות על ידי תלמידי המגמה על חבריהם – תלמידי השכבה בתיכון או מול אוכלוסיות אחרות בהתאם
- III. התוצרים - אתר ייחודי, בלוג, חלק מאתר בית ספר, פייסבוק, טיקטוק ועוד) וגם בצורת פליירים, כרזות ועוד
- IV. הערכת השימוש בתוצרים

## מטרת הפרויקט – קידום בריאות של סטודנטים לסייעוד. הפרויקט מול סטודנטים לסייעוד (4-6 סטודנטים):

1. זיהוי בעיות בריאות (קיימות או עתידיות) או סוגיות בבריאות ורווחה של סטודנטים לסייעוד (כמו לחץ של סטודנטים, שמירה על עבודת גוף נכונה, התמודדות עם דרישות אקדמיות ועוד).
2. חיבור לספרות מקצועית - בדיקת השפעת בעיות/סוגיות בריאות שזוהו לגבי הסטודנטים
3. בניית התערבויות של קידום בריאות למניעה של הבעיות או הסוגיות שזוהו על ידי שימוש באוריינות בריאותית וה"חריג החיובי" (Positive Deviance)
4. יישום ההתערבויות על הסטודנטים והערכתן

## מטרת הפרויקט – קידום בריאות של חיילים. הפרויקט מול חיילים (סטודנטים מתוכנית פסגה):

1. זיהוי בעיות בריאות (קיימות או עתידיות) או סוגיות בבריאות ורווחה של חיילים.
2. חיבור לספרות מקצועית - בדיקת השפעת בעיות/סוגיות בריאות שזוהו לגבי החיילים.
3. בניית התערבויות של קידום בריאות למניעה של הבעיות או הסוגיות שזוהו על ידי שימוש באוריינות בריאותית וה"חריג החיובי" (Positive Deviance)
4. יישום ההתערבויות על החיילים והערכתן

יתכנו משימות נוספות שיש לבצע לאור התפתחות הפרויקט.

### דרישות מהסטודנטים:

1. במידה והלמידה בזום- השתתפות חובה במפגשי זום - קבוצתיים ופרטניים. במפגשי הזום חובת פתיחת מצלמות. במידה והלמידה הקמפוס-השתתפות חובה בכל המפגשים
2. הפגנת רצינות ויצירתיות בביצוע הפרויקט
3. תיאום מול הגורמים הרלוונטיים (רכזי המגמות בבתי הספר השונים) לוחות זמנים ועמידה בהם
4. קיום 6-7 מפגשים וירטואליים בבתי הספר התיכון אליו קבוצת הסטודנטים משובצת
5. הפגנת אחריות במפגשים מול אנשי צוות בבתי הספר והתלמידים/סטודנטים לסייעוד וגורמים הרלוונטיים/חיילים והגורמים הרלוונטיים
6. הכנת יום "אוריינות אקדמית" לתלמידים
7. הגשת מטלות בזמן
8. הצגת התוצרים בניזלטר של הקורס

### מתכונת הקורס:

- הקורס יתקיים במתכונת של כיתה הפוכה,
- מפגשים של כלל הכיתה
- מפגשים של קבוצות הפרויקט,
- במקביל לפעילויות מול בית הספר, סטודנטים לסייעוד וחיילים.

### סמסטר א' :

- 7 מפגשים עם כלל הכיתה בתחילת הסמסטר (פתיחת הסמסטר)
- 1-2 מפגש של אוריינות אקדמית של תלמידי המגמה
- 3 מפגשים עם כלל הכיתה להצגת הפרויקט בפני הכיתה וקבלת משוב במקביל-
- 5-6 מפגשים וירטואליים בבית הספר לאבחונים ופעילות עם התלמידים
- 3 מפגשים עם כלל הכיתה בסיום הסמסטר (סגירת הסמסטר)

**לוחות הזמנים של הפעילויות בשיעורים יכולה להשתנות בהתאם לקשר עם בתי הספר  
 וקצב התקדמות הפרויקט**

מסטר א'			
מס'	תאריך	נושא	נוכחים
1	10.10.2021	(1) הסבר על הסילבוס (2) תיאור הפעילות ומטלות הקורס (3) הקדמה לקידום בריאות	כל הכיתה
	10.10.2021- 17.10.2021	צפייה בהרצאה- חינוך לבריאות וקידום בריאות	בבית
2	17.10.2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• בוחן על ההרצאה</li> <li>• עקרונות לתכנון הפרויקט – אוריינות בריאותית</li> </ul>	
	17.10.2021- 24.10.2021	צפייה בהרצאה - אוריינות בריאותית	בבית
3	24.10.2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• בוחן על ההרצאה</li> <li>• תרגול העקרונות על המדיה החברתית והשפעתה על אוריינות בריאות</li> </ul>	כל הכיתה
	24.10.2021- 31.10.2021	צפייה בהרצאה - המדיה החברתית והשפעתה על אוריינות בריאות	בבית
4	31.10.2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• בוחן על ההרצאה</li> <li>• תרגול העקרונות</li> </ul>	כל הכיתה
	31.10.2021- 7.11.2021	1. צפייה בהרצאה יצירתיות בהפעלת אוכלוסיית מתבגרים ומבוגרים. ואיך לגרום לאנשים לקחת אחריות  2. יצירת קשר עם התיכונים להתחלת פעילות משותפת/סטודנטים/חיילים	1. כל קבוצה עובדת מול קבוצת התלמידים והרכז הבית ספרי, או מתחילה ליצור קשר עם סטודנטים לסייעוד או חיילים מתחילים בהיכרות ויצירת קשר ופעילות קבוצתית 2. הקבוצות מתאמות מפגשי זום עם התלמידים או מפגשים אחרים 3. מפגשים פרטניים של קבוצת הפרויקט בזום עם המרצה
5	7.11.2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• בוחן על ההרצאה</li> <li>• תרגול העקרונות</li> <li>• דיון על הכניסה לבתי הספר/התחלת הפרויקט עם הסטודנטים לסייעוד/עם החיילים</li> </ul>	כל הכיתה
	7.11.2021- 14.11.2021	צפיה בהרצאה – "הסטייה החיובית" Positive deviance	1. כל קבוצה עובדת מול קבוצת התלמידים והרכז הבית ספרי. דנים עם קבוצת התלמידים על הגדרת הנושא לפרויקט ותכנון המשך הפעולות

2. הקבוצות מתאמות מפגשי זום עם התלמידים 3. מפגשים פרטניים של קבוצת הפרויקט בזום עם המרצה			
כל הכיתה	1. בוחן על ההרצאה 2. דיון על תכנון הפעילות עם המתבגרים שיתחילו לאסוף נתונים	14.11.2021	6
1. כל קבוצה עובדת מול קבוצת התלמידים והרכז הבית ספרי. דנים עם קבוצת הסטודנטים על איסוף נתונים. 2. חיפוש ספרות מקצועית רלוונטית לנושא הנבחר 3. הקבוצות מתאמות מפגשי זום עם התלמידים 4. מפגשים פרטניים של קבוצת הפרויקט בזום עם המרצה	איסוף נתונים מבוסס תרבות, רשתות חברתיות ומדיה	14.11.2021 - 21.11.2021	
כל הכיתה	1. בוחן קצר על ההרצאה 2. דיון על תכנון הפעילות עם התלמידים 3. אתרים לאיסוף מידע על האפידמיה	21.11.2021	7
1. מפגשים פרטניים של קבוצת הפרויקט 2. שאר הקבוצות ממשיכות בפעילות עם קבוצת התלמידים – מעבדים את הנתונים שהתלמידים מביאים 3. מחלקים משימות לגבי הכנת חומרי לימוד/הסברה 4. מתכננים את הפרויקט – מגדירים את הבעיה, מעבדים את הנתונים שהתלמידים מביאים, מחברים לספרות מקצועית, וחוזרים לתלמידים להציג בפניהם את הממצאים. מתכננים את ההמשך- איזה חומרים מכינים לאיזה מדיות ובאיזה אופן	<b>פגישה</b> תיאור דרכי ותהליכי איסוף הנתונים ואבחון הבעיה/סוגיה של הפרויקט + הצגת מאמרים על מטרת הפרויקט הצגת תכנון ההתערבות וקבלת משוב	28.11.2021 12.12.2021 19.12.2021	8 9 10
כל קבוצה מציגה בפני כל הכיתה	הצגת הפרויקט עד השלב שהגיעו אליו בפני הכיתה וקבלת משוב	26.12.2021 2.01.2022 9.01.2022	-11 13
	הגשת הדו"ח על הפרויקט במודל פרקים-1 5	16.02.2022	

100% נוכחות במפגשים הפרטניים של קבוצות הפרויקט

הערכה בקורס – סמסטר א' ו-ב' (ציון עובר - 70):

- (א) חובת נוכחות ב-100% מהמפגשים (כלל כיתתיים ובקבוצות הפרויקט)  
 (ב) הגשת מטלות ופעילויות:  
 ✓ במהלך סמסטר א' –

- מצגת קבוצתית לתיאור הקהילה והפרויקט
- דו"ח סיכום חלק 1 בפרויקט - סיום סמסטר א'. תאריך הגשה: 16.2.2022

סמסטר א'	מרכיבים
25%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100% נוכחות בשיעורים המועברים על ידי המרצה</li> <li>• 100% נוכחות בשיעורים המועברים על ידי חברי הקבוצה</li> <li>• 100% נוכחות בפגישות הקבוצתיות</li> </ul>
75%	הגשת הדו"ח הקבוצתי של סמסטר א'

#### מקורות:

ארגון הבריאות העולמין אמנת אטווה לקידום הבריאות. (1986). קידום בריאות  
[/http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en](http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en)

בראון-אפל, א., דאוד, נ. ולייז-זמיר, ד. (2016). קידום בריאות – מתיאוריה למעשה. הוצאת דיונון.

תכנית המחקר הבינלאומי על בריאותם ורווחתם של בני נוער HBSC  
<https://hbsc.biu.ac.il/books.html>

#### המודל של גרין וקרותר – Proceed-Precede by Green & Kreuter

Gielen AC & McDonald EM. (2002). Using the Precede-Proceed Planning Model to Apply Health Behavior Theories. In Glanz, Rimer, & Lewis, *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice, 3<sup>rd</sup> Edition*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 409-436.

#### האפידמיה של COVID-19

World Health Organization. (2020). *Survey tool and guidance: rapid, simple, flexible behavioral insights on COVID-19: 29 July 2020* (No. WHO/EURO: 2020-696-40431-54222).