

بسمه تعالی



دانشکده علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی اشدآباد

معاونت آموزشی دانشکده

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

فرم طرح درس پایه

مشخصات درس و مدرس (تکمیل همه ی موارد این بند ضروری می باشد)

- عنوان درس : تغذیه و تغذیه درمانی
- نام و نام خانوادگی مدرس: سودابه معتمد
- نام و نام خانوادگی مسئول درس: سودابه معتمد
- نام و نام خانوادگی مدیر گروه: ساسان ناوخاصی
- نوع و میزان واحد به تفکیک: ☒ نظری 1/5 واحد ، ☐ عملی واحد
- رشته و مقطع تحصیلی دانشجو: کارشناسی پرستاری
- زمان درس: نیمسال دوم 1401-1402
- مکان آموزش : معاونت آموزشی، کلاس شماره 1

ردیف	تاریخ	سرفصل (عنوان)	اهداف رفتاری ^۱	حیطه یادگیری ^۲	روش تدریس ^۳	مدت زمان	وسایل کمک آموزشی	روش ارزشیابی ^۴
1	402/01/20	تعریف تغذیه، تاریخچه علم تغذیه، آشنایی کلی با اهمیت تغذیه در پیشگیری از بیماری ها و حفظ سلامت	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: علم تغذیه را تعریف کند و تاریخچه ی علم تغذیه را شرح دهد. اهمیت تغذیه در حفظ سلامت و پیشگیری از بیماری ها را بازگو نماید. مشکلات شایع تغذیه ای در ایران و جهان را بشناسد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
2	402/01/27	متابولیسم انرژی، اجزای مصرف انرژی، برآورد نیاز به انرژی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: متابولیسم انرژی را توضیح دهد. اجزای مصرف انرژی شامل انرژی مصرفی پایه، اثر گرمایی غذا، انرژی مصرفی ناشی از فعالیت های ورزشی و غیرورزشی را شرح دهد. میزان انرژی مورد نیاز یک فرد را برآورد کند.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ

¹ بمنظور نگارش اهداف رفتاری باید از افعالی استفاده شود که عینی و قابل اندازه گیری باشد. به عنوان مثال در حیطه **cognition** از افعالی مانند نام ببرد، توضیح دهد، مقایسه کند، تحلیل کند، برآورد کند و.... در حیطه **Attitude** از افعالی مانند اعتقاد پیدا کند، بتواند متقاعد کند، همکاری نماید، تبلیغ کند و.... و در حیطه **Psychomotor** از افعالی مانند بتواند تقلید کند، انجام دهد و.... استفاده می شود.

² با توجه به هدف آموزشی حیطه یادگیری در سطح **cognition, attitude, psychomotor** مشخص می شود.

³ روش تدریس متناسب با هدف آموزشی مانند سخنرانی، بحث گروهی، ایفای نقش، **PBL** و.... انتخاب شود

⁴ در هر جلسه در صورت وجود ارزشیابی، نحوه انجام آن مشخص شود. مثل پرسش و پاسخ، کوئیز (**MCQ** یا تشریحی) و....

3	402/01/31	کربوهیدرات ها ساختمان کربوهیدرات انواع کربوهیدرات هضم و جذب مقدار نیاز روزانه منابع غذایی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: ساختمان کربوهیدرات، انواع کربوهیدرات، هضم و جذب آنها، مقدار نیاز روزانه و منابع غذائی کربوهیدرات ها را بداند و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
4	402/02/10	لیپیدها ساختار لیپیدها انواع لیپیدها هضم و جذب مقدار نیاز روزانه منابع غذایی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: ساختمان لیپیدها، انواع لیپیدها، هضم و جذب آنها، مقدار نیاز روزانه و منابع غذائی کربوهیدرات ها را بداند و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
5	402/02/17	اسیدهای آمینه و پروتئین ساختار اسیدهای آمینه انواع اسیدهای آمینه هضم و جذب مقدار نیاز روزانه منابع غذایی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: ساختمان اسیدهای آمینه، انواع اسیدهای آمینه، هضم و جذب آنها، مقدار نیاز روزانه و منابع غذایی اسیدهای آمینه را بداند و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
6	402/02/24	ویتامین های محلول در چربی (A, D, E, K)	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: انواع ویتامین های محلول در چربی (A, D, E, K)،	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ

					منابع آنها و مقادیر مورد نیاز آنها و علت ها و علائم ناشی از کمبود آنها را بداند و شرح دهد.			
7	402/03/07	ویتامین های محلول در آب (تیامین، نیاسین، ریبوفلاوین، پانتوتنیک اسید، پیریدوکسین، بیوتین، فولات، کوبالامین، ویتامین C)	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: انواع ویتامین های محلول در آب (تیامین، نیاسین، ریبوفلاوین، پانتوتنیک اسید، پیریدوکسین، بیوتین، فولات، کوبالامین، ویتامین C)، منابع آنها و مقادیر مورد نیاز آنها و علت ها و علائم ناشی از کمبود آنها را بداند و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
8	402/03/21	مواد معدنی (کلسیم، فسفر، منیزیم، گوگرد، آهن، روی، فلوئور، مس، ید، سلنیم)	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: انواع مواد معدنی (کلسیم، فسفر، منیزیم، گوگرد، آهن، روی، فلوئور، مس، ید، سلنیم)، منابع آنها و مقادیر مورد نیاز آنها و علت ها و علائم ناشی از کمبود آنها را بداند و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
9	402/03/28	آشنایی با هرم غذایی و تنظیم برنامه غذایی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: انواع هرم های غذایی را توصیف کند؛ انواع گروه های غذایی، مقادیر توصیه شده آنها و	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ

					مواد مغذی موجود در هر گروه را بازگو کند.				
10	402/03/31	آشنایی کلی با رژیم های غذایی طبیعی و درمانی و انواع آنها شامل:	• کم کالری • پرکالری • کم پروتئین • پرپروتئین • مایعات • نرم	انتظار می رود دانشجوی در پایان جلسه قادر باشد: انواع رژیم های طبیعی و درمانی شامل کم کالری، پرکالری، کم پروتئین، پرپروتئین، مایعات و نرم را بشناسد و شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
11	402/04/04	آشنایی با تغذیه روده ای و وریدی		انتظار می رود دانشجوی در پایان جلسه قادر باشد: مسیرهای دسترسی به تغذیه روده ای و وریدی، اندیکاسیون تغذیه روده ای و وریدی و عوارض ناشی از آنها را شرح دهد. انواع فرمولاهای تغذیه روده ای و محلول های تغذیه وریدی را بشناسد و نحوه ی تجویز آنها را شرح دهد.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
12	402/04/05	آشنایی با رژیم های غذایی در بیماری دیابت		انتظار می رود دانشجوی در پایان جلسه قادر باشد: انواع دیابت (دیابت نوع 1 و 2 و دیابت بارداری و ...) را ذکر کند. میزان کربوهیدرات، پروتئین، لیپید، فیبر، ویتامین ها و مواد معدنی مورد	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ

					نیاز بیماران دیابتی را بداند و بازگو کند. نحوه ی شمارش کربوهیدرات و توزیع آن بین وعده ها و میان وعده ها را توضیح دهد. زمانبندی مصرف وعده ها و میان وعده ها و مصرف انواع داروها و انسولین را در بیماران دیابتی شرح دهد. مواد غذایی مجاز و غیرمجاز در بیماران دیابتی را ذکر کند.			
13	402/04/07	آشنایی با رژیم های غذایی در بیماری های قلبی-عروقی	انتظار می رود دانشجو در پایان جلسه قادر باشد: انواع الگوهای غذایی مورد استفاده در بیمای های قلبی-عروقی شامل رژیم DASH، TLC، مدیترانه ای را بشناسد و شرح دهد. میزان کربوهیدرات، پروتئین، لیپید (اسیدهای چرب اشباع، ترانس، PUFA، MUFA، W-3 و W-6)، کلسترول، فیبر، ویتامین ها و مواد معدنی مورد نیاز بیماران دیابتی را بداند و بازگو کند.	شناختی	سخنرانی و بحث گروهی	120 دقیقه	کامپیوتر و پروژکتور	پرسش و پاسخ
14		امتحان پایان ترم						

شیوه نمره دهی

نوع ارزشیابی	تاریخ	ابزار ارزشیابی ^۵	میزان امتیاز از کل
پرسش و پاسخ	در طول ترم		1
ارائه پروژه	در طول ترم	ارزشیابی بر اساس: کیفیت محتوا، کیفیت نگارش، کیفیت ارائه و سخنرانی	2
امتحان میان ترم		-	-
امتحان پایان ترم		سوالات تشریحی و چهارگزینه ای	16
سایر موارد	در طول ترم	حضور فعال در کلاس	1
مجموع			20

منابع:

^۵ ابزار ارزشیابی می تواند مواردی مانند آزمون تشریحی، سوالات کوتاه پاسخ، سوالات کامل کردنی، MCQs، پروژه، آسکی و... باشد.