



دانشکده / مرکز پزشکی

گروه آموزشی:

طرح درس دوره Course Plan

نیمسال اول ۱۴۰۴ - ۱۴۰۳

مشخصات فراگیران				مشخصات درس				
دانشکده / مرکز آموزشی درمانی: پزشکی				عنوان واحد درسی: اصول کلی تغذیه				
رشته تحصیلی: پزشکی				نوع واحد درسی:				
مقطع تحصیلی: دکترای حرفه ای				کارورزی:	کارآموزی:	عملی: -	نظری: ۲	تعداد واحد
سایر	کارورز	فیزیوپاتولوژی	ترم تحصیلی	کارورزی:	کارآموزی:	عملی: -	نظری: ۳۴	تعداد ساعت
		*	۱۴۰۳۱	پیشنیاز: بیوشیمی سلول و ملکول				کد درس: ۱۲۵
پایان کلاس:				شروع کلاس:				
مشخصات مسؤل درس:								
رشته تحصیلی: علوم تغذیه				نام و نام خانوادگی: دکتر عابدی منش				
رتبه علمی: استادیار				مقطع تحصیلی: دکترای تخصصی				
پست الکترونیک: abedimanesh@zums.ac.ir				شماره تماس: ۰۲۴-۳۳۷۷۲۱۰۰				
محل کار: پردیس دانشگاه علوم پزشکی زنجان								
نام و نام خانوادگی مدرس (مدرسین):								
بازنگری بر اساس نیاز جامعه:				تاریخ تدوین طرح درس:		نحوه برگزاری دوره:		

شماره جلسات بازنگری شده:	تاریخ		حضور	
	۱۴۰۳/۰۵/۱۲			

اهداف آموزشی

هدف کلی:

❖ **اهداف اختصاصی (رفتاری):** در پایان برنامه آموزشی، انتظار می رود فراگیر(ان) قادر باشند:

آشنایی فراگیران با:

❖ آشنایی و گسترش دانش دانشجو به اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تأمین سلامت فرد در دوره های مختلف زندگی به منظور پیشگیری از بروز سوء تغذیه

❖ آشنایی با مواد مغذی، گروه های غذایی و میزان نیاز به مواد مغذی در دوران های مختلف زندگی

❖ **حیطه شناختی:**

- نقش تغذیه در سلامت و پیشگیری از بیماریها را می شناسد.
- با گروههای مختلف غذایی آشنا خواهد شد.
- الگوهای غذایی (هرم من و بشقاب من) را می شناسد.
- با مقادیر مرجع (RDA) آشنا می شود.
- کربوهیدراتها و فیبرها را تعریف کند و اهمیت آنها را بداند.
- اسیدهای چرب و لیپیدها را تعریف کند و اهمیت آنها را بداند.
- اسیدهای آمینه و پروتئین ها را تعریف کند و اهمیت آنها را بداند.
- با ویتامینهای محلول در چربی و مقادیر توصیه شدهی آنها آشنا شوند.
- با ویتامینهای محلول در آب و مقادیر توصیه شدهی آنها آشنا شوند.
- با مواد معدنی (ماکرومینرال) و مقادیر توصیه شدهی آنها آشنا شوند.
- با مواد معدنی (میکرومینرال) و مقادیر توصیه شدهی آنها آشنا شوند.
- با اصول تنظیم برنامه غذایی آشنا شوند.

- اصول تغذیه در دوران بارداری را بشناسد.
- با مشکلات تغذیه ای در دوران بارداری آشنا شوند.
- اصول تغذیه در دوران شیردهی را بشناسد.
- اصول تغذیه در دوران نوزادی را بشناسد.
- با مشکلات تغذیه ای در دوران نوزادی آشنا می شود.
- با ارزیابی وضعیت تغذیه ای در کودکان آشنا خواهد شد.
- نیازهای تغذیه ای کودکان را می شناسد.
- با مشکلات تغذیه ای کودکان آشنا می شود.
- تعریف سوء تغذیه و انواع آن را بداند.
- با ارزیابی وضعیت تغذیه ای در سالمندان آشنا خواهد شد.
- نیازهای تغذیه ای در دوران سالمندی را می شناسد.
- با مشکلات تغذیه ای در دوران سالمندی آشنا می شود.

❖ **حیطه عاطفی:**

❖ **حیطه روانی حرکتی:**



روش های تدریس:

سخنرانی ☒ پرسش و پاسخ ☒ بحث گروهی ☐ ایفای نقش ☐ نمایش عملی ☐ کارگاه آموزش ☐ بیمار

شبیه سازی شد ☐ ☐ Bedside teaching ☐ (بنویسید): ☐ سایر

مواد و وسایل آموزشی:

فایل پاورپوینت و اسلایدهای آموزشی

تجارب یادگیری (حین تدریس):

پرسش و پاسخ و بحث گروهی جهت یادگیری هر چه موثرتر مطالب

تکالیف یادگیری (بعد تدریس):

مطالعه منظم مطالب مورد بحث قرار گرفته در کلاس و دارا بودن آمادگی کامل در جلسه ی بعد جهت ارزشیابی احتمالی از جلسات قبلی درس

ضوابط آموزشی و سیاست های مدرس

انتظارات: به تکالیف تعیین شده در موعد مقرر پاسخ دهند.

توصیه های ایمنی (دروس عملی/آزمایشگاهی/بالینی/عرضه):

فهرست منابع درسی:

Krause and Mahan's Food & the Nutrition Care Process 15th Edition ➤

➤ اصول تغذیه رابینسون، آخرین چاپ

روش ارزیابی:

آزمون کتبی					مشاهده عملکرد (چک لیست)	مصاحبه (شفاهی)
تشریحی			عینی		-----	-----
گسترده پاسخ	پر کردن جا خالی	چند گزینه ای	جورکردنی	صحیح / غلط		

بارم بندی نمره (از ۲۰ نمره):

(نمره قبولی از ۲۰، برابر می باشد).

حضور و غیاب کلاسی:	مشارکت کلاسی: ۰/۵ نمره	انجام تکالیف عملی و پروژه: ۰/۵ نمره
کوئیز:	امتحان میان ترم:	امتحان پایان ترم: ۱۹ نمره

جدول زمانی ارائه برنامه:

شماره جلسه	روش ارائه	تاریخ ارائه	ساعت ارائه	روز ارائه	عنوان جلسه	مدرس (مدرسان)
۱		۱۴۰۳/۰۶/۲۰	۱۳-۱۵	سه شنبه	اهمیت تغذیه در سلامتی و بیماری ها	دکتر عابدی منش
۲		۱۴۰۳/۰۶/۲۷	۱۳-۱۵	سه شنبه	آشنایی با درشت مغذی ها (کربوهیدراتها)	دکتر عابدی منش
۳		۱۴۰۳/۰۶/۲۹	۸-۱۰	پنجشنبه	آشنایی با درشت مغذی ها (پروتئینها)	دکتر عابدی منش
۴		۱۴۰۳/۰۷/۰۳	۱۳-۱۵	سه شنبه	آشنایی با درشت مغذی ها (لیپیدها)	دکتر عابدی منش
۵		۱۴۰۳/۰۷/۰۵	۸-۱۰	پنجشنبه	آشنایی با ریز مغذی ها (ویتامینهای محلول در چربی)	دکتر عابدی منش
۶		۱۴۰۳/۰۷/۱۰	۱۳-۱۵	سه شنبه	آشنایی با ریز مغذی ها (ویتامینهای محلول در آب)	دکتر عابدی منش
۷		۱۴۰۳/۰۷/۱۲	۸-۱۰	پنجشنبه	آشنایی با ریز مغذی ها (ماکرومینرال ها)	دکتر عابدی منش
۸		۱۴۰۳/۰۷/۱۷	۱۳-۱۵	سه شنبه	آشنایی با ریز مغذی ها (میکرومینرال ها)	دکتر عابدی منش
۹		۱۴۰۳/۰۷/۱۹	۸-۱۰	پنجشنبه	آشنایی با گروههای غذایی و مقادیر مرجع	دکتر عابدی منش
۱۰		۱۴۰۳/۰۷/۲۴	۱۳-۱۵	سه شنبه	اصول تنظیم برنامه غذایی	دکتر عابدی منش
۱۱		۱۴۰۳/۰۷/۲۶	۸-۱۰	پنجشنبه	اصول تغذیه در بارداری	دکتر عابدی منش
۱۲		۱۴۰۳/۰۸/۰۱	۱۳-۱۵	سه شنبه	اصول تغذیه در شیردهی	دکتر عابدی منش
۱۳		۱۴۰۳/۰۸/۰۳	۸-۱۰	پنجشنبه	اصول تغذیه در دوران نوزادی	دکتر عابدی منش
۱۴		۱۴۰۳/۰۸/۰۸	۱۳-۱۵	سه شنبه	اصول تغذیه در دوران کودکی	دکتر عابدی منش
۱۵		۱۴۰۳/۰۸/۱۰	۸-۱۰	پنجشنبه	ارزیابی وضعیت تغذیه ای	دکتر عابدی منش
۱۶		۱۴۰۳/۰۸/۱۵	۱۳-۱۵	سه شنبه	آشنایی با سوء تغذیه و انواع آن	دکتر عابدی منش
تاریخ امتحان میان ترم:			تاریخ امتحان پایان ترم:			

امضاء معاون آموزشی پزشکی دانشکده :	نام و امضاء مدیر گروه:	نام و امضاء استاد مربوطه: دکتر نسیم عابدی منش
------------------------------------	------------------------	--