

بسمه تعالی



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی
واحد برنامه ریزی درسی

طرح دوره دروس نظری و عملی

مشخصات درس:

گروه آموزشی	پرستاری / کارشناسی	تعداد دانشجو	
عنوان درس	تغذیه و تغذیه درمانی	تعداد واحد	1/5
مقطع و رشته تحصیلی	کارشناسی بهداشت پیوسته	تاریخ شروع و پایان دوره	
نیمسال تحصیلی	نیمسال دوم 1400-1401	روز و ساعت جلسات	شنبه 8 الی 10
مدرس/مدرسين درس	زینب خادمی	دروس پیش نیاز	بیوشیمی
مسئول درس (دروس اشتراکی)		محل برگزاری	
نوع واحد (نظری/عملی)	نظری	روش برگزاری (حضوری/مجازی/ترکیبی)	

شرح کلی درس:

توصیفی کوتاه و مختصر از درس را در یک یا دو پاراگراف بنویسید.

در این درس اصول کلی تغذیه، ترکیبات مواد غذایی، بررسی وضعیت تغذیه، انواع رژیم های غذایی در بیماری های مورد بحث قرار می گیرد.

هدف/اهداف کلی درس:

با مراجعه به کوریکولوم رشته، هدف/اهداف کلی درس را بنویسید.

- 1) آشنایی دانشجویان با اهمیت و نقش تغذیه صحیح در سلامت افراد
- 2) آشنایی دانشجویان با هرم غذایی و اصول تغذیه سالم
- 3) آشنایی دانشجویان با انواع درشت مغذی ها و ریزمغذی ها، متابولیسم، علائم کمبود و منابع غذایی آن ها
- 4) آشنایی دانشجویان روش های ارزیابی وضع تغذیه و محاسبه نیازهای انرژی
- 5) آشنایی دانشجویان با انواع رژیم های غذایی در درمان بیماری ها
- 6) اهمیت آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی مرتبط

روش تدریس:

مشخص کنید از چه روش تدریسی در آموزش استفاده می‌نمایید. روش تدریس را بر اساس موضوع، زمان کلاس، منابع و امکانات و نحوه مشارکت فراگیران انتخاب کنید و در صورت امکان مشارکت فراگیران و شرکت آنان در بحث های کلاسی را در اولویت قرار دهید.

- | | | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|-----------------------|
| <input type="checkbox"/> | روش تدریس مبتنی بر حل مسئله | <input checked="" type="checkbox"/> | روش تدریس سخنرانی |
| <input type="checkbox"/> | روش تدریس ایفای نقش | <input checked="" type="checkbox"/> | روش تدریس بحث گروهی |
| <input checked="" type="checkbox"/> | روش تدریس مبتنی بر کار تیمی | <input checked="" type="checkbox"/> | روش تدریس پرسش و پاسخ |
| <input type="checkbox"/> | روش تدریس اکتشافی | <input type="checkbox"/> | روش تدریس نمایشی |
| <input type="checkbox"/> | روش تدریس در گروه های کوچک | <input type="checkbox"/> | روش تدریس آزمایشگاهی |

سایر موارد: ...

مواد و وسایل آموزشی:

به منظور تسهیل فرآیند یاددهی-یادگیری، در آموزش خود از چه وسایل آموزشی استفاده می کنید.

<input checked="" type="checkbox"/>	جزوه	<input checked="" type="checkbox"/>	پاورپوینت
<input checked="" type="checkbox"/>	کتاب	<input type="checkbox"/>	فیلم آموزشی
<input type="checkbox"/>	وایت برد	<input type="checkbox"/>	نرم افزار
<input type="checkbox"/>	تصویر	<input type="checkbox"/>	ماکت
<input type="checkbox"/>	چارت	<input type="checkbox"/>	لوازم واقعی
<input type="checkbox"/>	فایل صوتی	<input type="checkbox"/>	پوستر

سایر موارد: ...

تکالیف و مسئولیت‌های فراگیران:

مشخص کنید که فراگیران چه وظایف و مسئولیت‌هایی در طول ترم دارند.

- حضور منظم و فعال دانشجو در کلاس
- ارائه سمینار
-
-
-

ارزشیابی:

1- حضور فعال در کلاس شرکت در بحث های گروهی و ارزشیابی در طول ترم

2- ارائه سمینار(2 نمره)

2- آزمون پایان ترم 18 نمره. {سوالات پایان ترم 6 نمره تشریحی و 12 نمره چهار گزینه ای می باشد}

- با توجه به اهداف اختصاصی درس، مشخص کنید که از چه روشی برای ارزیابی فراگیران استفاده می‌کنید.

<input checked="" type="checkbox"/>	سئوالات چند گزینه ای	<input checked="" type="checkbox"/>	سئوالات تشریحی کوتاه پاسخ
<input type="checkbox"/>	سئوالات صحیح-غلط	<input checked="" type="checkbox"/>	سئوالات تشریحی بلند پاسخ
<input checked="" type="checkbox"/>	کار عملی	<input type="checkbox"/>	سئوالات شفاهی
<input type="checkbox"/>	چک لیست مشاهده عملکرد	<input type="checkbox"/>	سئوالات جور کردنی
		<input type="checkbox"/>	پرسش‌های کلاسی

سایر موارد: ...

- مشخص کنید که نمره نهایی دانشجو با توجه به چه فعالیت‌هایی تعیین می‌شود. همچنین میزان نمره و یا درصد مرتبط با هر فعالیت را نیز مشخص کنید.

ردیف	عناوین	نمره/درصد
1	سمینار	2 نمره
2	آزمون پایانی	18 نمره
3		
4		
5		

سیاست ها و قوانین:

قوانین کلاس خود را به صورت شفاف برای فراگیران شرح دهید.

- حضور فعال در کلاس
- شرکت در بحث های گروهی
-
-
-

جدول زیر را بر اساس رئوس مطالبی که در هر جلسه آموزش می دهید کامل کنید.

برنامه زمانبندی درس:

جلسه	عنوان جلسه	هدف کلی: هدف از یادگیری این مطلب آن است که دانشجو با ...	اهداف رفتاری: دانشجو در پایان باید بتواند...	مدرس / مدرسین
1	اهمیت تغذیه در سلامت، مشکلات تغذیه ای شایع ایران و جهان	آشنایی با مفاهیم اولیه تغذیه اهمیت تغذیه در سلامت و بیماری مشکلات تغذیه ای شایع ایران و جهان	قادر به توضیح اهمیت تغذیه در سلامت، مشکلات تغذیه ای شایع ایران و جهان باشد.	خادمی
2	مواد مغذی و منابع اصلی آن: کربوهیدرات ها	اهمیت کربوهیدرات ها و منابع غذایی آن ها انواع کربوهیدرات ها و طبقه بندی آنها اهمیت فیبرهای غذایی هضم و جذب کربوهیدرات ها اختلالات مربوط به کربوهیدرات ها	قادر به توضیح اهمیت کربوهیدرات ها و منابع غذایی آن ها، انواع کربوهیدرات ها و طبقه بندی آنها، اهمیت فیبرهای غذایی هضم و جذب کربوهیدرات ها، اختلالات مربوط به کربوهیدرات ها باشد.	خادمی
3	مواد مغذی و منابع اصلی آن: چربی ها	اهمیت چربی ها و منابع غذایی آن ها انواع چربی ها و طبقه بندی آن ها اهمیت اسیدهای چرب ضروری (امگا 3 و امگا 6) نقش اسیدهای چرب ترانس در سلامتی هضم و جذب چربی ها بعضی اختلالات مربوط به مصرف چربی ها	قادر به توضیح اهمیت چربی ها و منابع غذایی آن ها، انواع چربی ها و طبقه بندی آن ها، اهمیت اسیدهای چرب ضروری (امگا 3 و امگا 6) ، نقش اسیدهای چرب ترانس در سلامتی، هضم و جذب چربی ها، بعضی اختلالات مربوط به مصرف چربی باشد.	خادمی
4	مواد مغذی و منابع اصلی آن: پروتئین ها	اهمیت پروتئین ها و منابع غذایی آن ها انواع پروتئین ها و طبقه بندی آن ها هضم و جذب پروتئین ها بعضی اختلالات مربوط به مصرف پروتئین ها	قادر به توضیح اهمیت پروتئین ها و منابع غذایی آن ها، انواع پروتئین ها و طبقه بندی آن ها، هضم و جذب پروتئین ه ، بعضی اختلالات مربوط به مصرف پروتئین ها باشد.	خادمی
5	مواد مغذی و منابع اصلی آن: آب، املاح	اهمیت املاح آشنایی با املاح و منابع غذایی آن ها بعضی اختلالات مربوط به املاح	قادر به توضیح اهمیت املاح، آشنایی با املاح و منابع غذایی آن ها، بعضی اختلالات مربوط به املاح باشد.	خادمی

<p>خادمی</p>	<p>قادر به توضیح اهمیت ویتامین ها، آشنایی با انواع ویتامین های محلول در آب و منابع غذایی آن ها، آشنایی با انواع ویتامین های محلول در چربی و منابع غذایی آن ها، بعضی اختلالات مربوط به ویتامین ها باشد.</p>	<p>اهمیت ویتامین ها آشنایی با انواع ویتامین های محلول در آب و منابع غذایی آن ها آشنایی با انواع ویتامین های محلول در چربی و منابع غذایی آن ها بعضی اختلالات مربوط به ویتامین ها</p>	<p>6</p> <p>مواد مغذی و منابع اصلی آن: ویتامین ها</p>
<p>خادمی</p>	<p>قادر به توضیح اهمیت تامین انرژی در بدن، تعادل انرژی، نحوه محاسبه انرژی، اصول صحیح تغذیه و تنظیم برنامه غذایی، گروه غذایی غلات و نان و حبوبات، گروه غذایی شیر و لبنیات، گروه غذایی میوه و سبزی، گروه غذایی گوشت ها، ذ گروه غذایی متفرقه باشد.</p>	<p>اهمیت تامین انرژی در بدن تعریف و نحوه محاسبه BMI تعادل انرژی نحوه محاسبه انرژی اصول صحیح تغذیه و تنظیم برنامه غذایی آشنایی با انواع هرم های غذایی آشنایی با گروه غذایی غلات و نان و حبوبات آشنایی با گروه غذایی شیر و لبنیات آشنایی با گروه غذایی میوه و سبزی آشنایی با گروه غذایی گوشت ها آشنایی با گروه غذایی متفرقه</p>	<p>7</p> <p>انرژی، گروه های غذایی</p>
<p>خادمی</p>	<p>با نحوه ارزیابی وضعیت تغذیه ای، پرسشنامه های تغذیه ای بیمارستانی، برخی اصطلاحات تغذیه بیمارستانی، با رژیم های غذایی بیمارستانی، گاوآژ و فورمولا های غذایی آشنا باشد.</p>	<p>آشنایی با نحوه ارزیابی وضعیت تغذیه ای آشنایی با پرسشنامه های تغذیه ای بیمارستانی آشنایی با برخی اصطلاحات تغذیه بیمارستانی آشنایی با رژیم های غذایی بیمارستانی آشنایی با گاوآژ و فورمولا های غذایی</p>	<p>8</p> <p>روش های ارزیابی وضعیت تغذیه</p>
<p>خادمی</p>	<p>با رژیم غذایی معمولی و کاربرد آن، رژیم غذایی نرم و کاربرد، رژیم غذایی مایع شفاف و کاربرد آن، رژیم پرپروتئین و کم پروتئین و کاربرد آن، رژیم غذایی پر کالری و کم کالری و کاربرد آن، رژیم غذایی کم نمک و کاربرد آن، رژیم غذایی کم چربی و کاربرد آن آشنا باشد.</p>	<p>آشنایی با رژیم غذایی معمولی و کاربرد آن آشنایی با رژیم غذایی نرم و کاربرد آن آشنایی با رژیم غذایی مایع شفاف و کاربرد آن آشنایی با رژیم غذایی پرپروتئین و کم پروتئین و کاربرد آن آن</p>	<p>9</p> <p>انواع رژیم های غذایی</p>

		آشنایی با رژیم غذایی پر کالری و کم کالری و کاربرد آن آشنایی با رژیم غذایی کم نمک و کاربرد آن آشنایی با رژیم غذایی کم چربی و کاربرد آن		
10	رژیم درمانی: چاقی، دیابت و بیماری های قلبی عروقی	رژیم درمانی در چاقی رژیم درمانی در بیماران دیابتی رژیم درمانی در بیماران مبتلا به پر فشاری خون رژیم درمانی در بیماران مبتلا به بیماری های قلبی عروقی	با اصول کلی رژیم درمانی در چاقی، رژیم درمانی در بیماران دیابتی، رژیم درمانی در بیماران مبتلا به پر فشاری خون، رژیم درمانی در بیماران مبتلا به بیماری های قلبی عروقی آشنا باشد.	خادمی
11	رژیم درمانی در اختلالات گوارشی، اختلالات کلیوی و کم خونی	رژیم درمانی در اختلالات گوارشی رژیم درمانی در اختلالات کلیوی رژیم درمانی در کم خونی	با اصول کلی رژیم درمانی در اختلالات گوارشی، رژیم درمانی در اختلالات کلیوی، رژیم درمانی در کم خونی آشنا باشد.	خادمی
12	رژیم درمانی در سوختگی و بخش مراقبت های ویژه	رژیم درمانی در سوختگی و بخش مراقبت های ویژه	با اصول کلی رژیم درمانی در سوختگی و بخش مراقبت های ویژه آشنا باشد.	خادمی

منابع درسی:

مشخصات مقاله شامل عنوان، نویسندگان، مجله، سال و شماره انتشار و صفحات مقاله
مشخصات کتاب شامل عنوان، نویسندگان، مترجمین، انتشارات، سال و نوبت چاپ کتاب

1. Krause's Food & the Nutrition Care Process (Krause's Food & Nutrition Therapy) 14th Edition, 2021
2. Nutrition Essentials for Nursing Practice, 7th Edition, Susan G. Dudek
3. مقالات ارجینال و متاآنالیز مربوطه
- 4.
- 5.
- 6.