



دانشکده	پزشکی □ دندانپزشکی □ پرستاری □ پیراپزشکی □ توانبخشی □ بهداشت □ تغذیه و علوم غذایی		
گروه آموزشی	تغذیه		
رشته / گرایش	-		
مقطع تحصیلی فراگیران	<input type="checkbox"/> کاردانی <input type="checkbox"/> کارشناسی پیوسته <input type="checkbox"/> کارشناسی ناپیوسته <input type="checkbox"/> کارشناسی ارشد <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> دکترای حرفه ای <input type="checkbox"/> دکترای تخصصی		
عنوان واحد درسی	اصول تنظیم برنامه غذایی		
نوع واحد درسی	<input checked="" type="checkbox"/> تئوری <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> کارآموزی <input type="checkbox"/> کارورزی		
تعداد واحد / ساعت	تعداد واحد : ۱ واحد	زمان (ساعت) : ۸-۱۰	
کد درس	۲۲		
پیش نیاز / هم نیاز	تغذیه اساسی ۱ - تغذیه اساسی ۲		
نام و نام خانوادگی مدرس / مدرسین	دکتر عاطفه اصحابی		
رشته تحصیلی مدرس	تغذیه		
مقطع تحصیلی مدرس	دکتری (phd)		
رتبه علمی	استادیار		
پست الکترونیک	Ashabi_nutrition@yahoo.com		
آدرس / شماره تماس	گرمسار - دانشکده تغذیه و علوم غذایی آرادان		
اهداف کلی (شرح توصیف درس)	طراحی و تنظیم رژیم غذایی با توجه به نیازهای تغذیه ای، شرایط اجتماعی و اقتصادی و عادات غذایی برای هر فرد با گروه سنی و جنسی و شرایط فیزیولوژیک		
اهداف اختصاصی	<ul style="list-style-type: none"> • بیان ویژگی ها و کاربرد ابزارهای استاندارد در طراحی و تنظیم رژیم غذایی • تنظیم و طراحی رژیم غذایی سالم برای گروه های سنی - جنسی مختلف • آشنایی با استانداردهای RDA و DRI 		
پیامدهای یادگیری :	حیطه شناختی	حیطه عاطفی	
	*		
روش های تدریس	سخنرانی و تدریس توسط استاد	سخنرانی توسط دانشجو	نمایش عملی <input type="checkbox"/>
	پرسش و پاسخ	یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)	کارگاه آموزشی <input type="checkbox"/>
	بحث گروهی	بیمار شبیه سازی شده	یادگیری مبتنی بر تیم (TBL) <input type="checkbox"/>
	ایفای نقش	Bedside teaching	آموزش مجازی <input type="checkbox"/>
	نقشه مفهومی Concept Map <input type="checkbox"/>	یادگیری مبتنی بر پروژه	Project-Based Learning <input type="checkbox"/>
سایر (لطفا قید نمایید) :			

منابع اصلی درس :

۱- کتاب اصول تنظیم برنامه غذایی، پروین میرمیران

2. Krause .food and the nutrition care process .L.Kathleen Mahan ,14 Edition ,2016.

برنامه عناوین درس در هر دوره

شماره جلسه	عناوین کلی درس در هر جلسه	تاریخ ارائه	ساعت ارائه	روش تدریس	مواد و وسایل آموزشی	*روش ارزشیابی
۱	مقدمه و اصول کلی تنظیم برنامه غذایی	دوشنبه ها	13-14	سخنرانی - پرسش و پاسخ	ویدیو پروژکتور (Powerpoint).	مشارکت کلاسی ،
۲	چگونگی دستیابی به کفایت تغذیه ای رژیم و اجزای یک رژیم مغذی			سخنرانی -بحث گروهی	وایت بورد	۵-۳
۳	شرح ابزارهای استاندارد در طراحی و تنظیم رژیم غذایی			سخنرانی - پرسش و پاسخ	ویدیو پروژکتور (Powerpoint).	۵-۳
۴	معرفی استانداردهای DRI و اجزای آن برای گروه های سنی و جنسی و شرایط فیزیولوژیکی آنها			سخنرانی -بحث گروهی	وایت بورد	۵-۳
۵	معرفی راهنماهای غذایی گذشته و حال () (FOOD GUIDELINES).			سخنرانی -بحث گروهی	ویدیو پروژکتور (Powerpoint).	۵-۳
۶	معرفی گروه های غذایی (FOOD) (GROUP).			سخنرانی -ارائه دانشجو	ویدیو پروژکتور (Powerpoint). وایت بورد	۵-۳
۷	معرفی هرم راهنمای غذایی (FOOD) (PYRAMIDE).			سخنرانی -بحث گروهی	ویدیو پروژکتور (Powerpoint).	۶-۴
۸	معرفی لیست جانشینی (Exchange List)			سخنرانی -بحث گروهی	ویدیو پروژکتور (Powerpoint). وایت بورد	۵
۹	نحوه استفاده از جدول ترکیبات غذایی			سخنرانی -بحث گروهی - پرسش و پاسخ	ویدیو پروژکتور (Powerpoint). وایت بورد	۵-۳
۱۰	شرح اجزای انرژی مصرفی در بدن انسان روش های محاسبه انرژی در شرایط سنی و جنسی مختلف			سخنرانی - بحث گروهی	ویدیو پروژکتور (Powerpoint). وایت بورد	۵-۳

۵-۳	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی - بحث گروهی		روش های تعیین وزن مناسب برای تنظیم رژیم غذایی	۱۱
۵-۳	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی - بحث گروهی - پرسش و پاسخ		برچسب گذاری تغذیه	۱۲
۵-۳	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی - بحث گروهی		تنظیم رژیم غذایی برای فرد با مشخصات معین بر اساس راهنما ها و هرم راهنمای غذایی	۱۳
۶-۴	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی - بحث گروهی		محاسبه و تنظیم رژیم غذایی	۱۴
۵	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی توسط دانشجو - بحث گروهی - پرسش و پاسخ		CASE حل	۱۵
۵-۳	ویدیو پروژکتور (Powerpoint)، وایت بورد	سخنرانی توسط دانشجو - بحث گروهی شبیه سازی		CASE حل	۱۶
۱-۳-۲- ۵-				امتحان پایان ترم	۱۷

تاریخ امتحان پایان ترم:

تاریخ امتحان میان ترم:

* توجه: لطفا روش ارزشیابی (شماره مربوطه ذیل) به تفکیک عناوین درس را در جدول فوق در ستون مربوطه قید گردد.

۱- آزمون کتبی:		روش ارزشیابی
الف: تشریحی (۱- گسترده پاسخ ۲- کوتاه پاسخ) *		
ب: عینی (۱- چند گزینه ای ۲- جورکردنی ۳- صحیح / غلط)		
۲- مشاهده عملکرد (چک لیست) *	۳- انجام تکالیف عملی و پروژه *	
۴- مصاحبه (شفاهی) *	۶- آزمون (کوئیز) *	۵- مشارکت کلاسی *
۷- سایر (لطفا قید نمایید)		

امضاء:

23/11/1402

تاریخ تکمیل فرم: