



طرح دوره (Course Plan)

پزشکی □ دندانپزشکی □ پرستاری □ پیراپزشکی □ توانبخشی □ بهداشت □ تغذیه و علوم غذایی ■	دانشکده		
تغذیه	گروه آموزشی		
تغذیه	رشته / گرایش		
کارشناسی پیوسته ■ کارشناسی ناپیوسته □ کارشناسی ارشد □ دکترای حرفه ای □ دکترای تخصصی □	مقطع تحصیلی فراگیران		
تغذیه در دورانهای زندگی	عنوان واحد درسی		
تئوری ■ عملی □ کارآموزی □ کارورزی □	نوع واحد درسی		
تعداد واحد : 3 زمان (ساعت) : یکشنبه 10-12 ، چهارشنبه 13-15	تعداد واحد / ساعت		
29	کد درس		
20-21	پیش نیاز / هم نیاز		
الیه قدس / عاطفه اصحابی / مریم نظری	نام و نام خانوادگی مدرس / مدرسین		
تغذیه - MDphd	رشته تحصیلی مدرس		
دکتری	مقطع تحصیلی مدرس		
استادیار	رتبه علمی		
Ashabi_nutrition@yahoo.com ghodsemia@yahoo.com Maryam.nazary@yahoo.com	پست الکترونیک		
گرمسار ، آزادان ، دانشکده تغذیه و علوم غذایی 023-34544836	آدرس / شماره تماس		
آشنایی با تغذیه در دورانهای بارداری، شیردهی، خردسالی و نوجوانی، بزرگسالی و سالمندی	اهداف کلی (شرح توصیف درس)		
نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در دوران بارداری و شیردهی و مشکلات تغذیه ای آن را بشناسد نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در دوران نوزادی و کودکی و مشکلات تغذیه ای آن را بشناسد نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در دوران بزرگسالی و مشکلات تغذیه ای آن را بشناسد نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در دوران سالمندی و مشکلات تغذیه ای آن را بشناسد	اهداف اختصاصی		
حیطه روانی حرکتی	حیطه عاطفی	حیطه شناختی	پیامدهای یادگیری :
		*	
نمایش عملی □	سخنرانی توسط دانشجو ■	سخنرانی و تدریس توسط استاد ■	روش های تدریس
کارگاه آموزشی □	یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL) □	پرسش و پاسخ ■	
یادگیری مبتنی بر تیم (TBL) □	بیمار شبیه سازی شده □	بحث گروهی □	
آموزش مجازی ■	Bedside teaching □	ایفای نقش □	
■ Project-Based Learning یادگیری مبتنی بر پروژه	Concept Map نقشه مفهومی □		

سایر (لطفا قید نمایید) :

حضور و غیاب ■ تکالیف کلاسی ■ امتحانات ■ اخلاق دانشجویی ■
سایر:

ضوابط آموزشی و
سیاست های مدیریتی
کلاس

منابع اصلی درس :

کراوس 2020

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
1	<ul style="list-style-type: none"> آشنایی با دانشجویان ، معرفی درس و ارایه طرح درس مختصر و معرفی منابع و کتب آشنایی با تغییرات فیزیولوژیک ، هورمونی و متابولیک بارداری تغییرات وزن تعیین نیازهای تغذیه ای درشت مغذیها و ریز مغذی ها 	1403/7/4	چهارشنبه 13-15	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	2-5
2	<ul style="list-style-type: none"> معرفی مکمل های تغذیه ای مورد نیاز دوران بارداری مشکلات تغذیه ای این دوران دپایت بارداری و نحوه کنترل آن 	1403/7/11	چهارشنبه 13-15	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	2-4-5
3	<ul style="list-style-type: none"> آشنایی با مشکلات دوران بارداری مانند پری اکلامپسی اثرات سوء تغذیه و کمبود انواع مختلف مواد مغذی بر روی بارداری و جنین 	1403/7/18	چهارشنبه 13-15	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	2-5
4	<ul style="list-style-type: none"> آشنایی با تغییرات فیزیولوژیک ، هورمونی، متابولیک دوران شیردهی فواید شیردهی ویژگیهای شیر مادر و تفاوت آن با سایر انواع شیر محاسبات مربوط به نیازهای تغذیه ای درشت مغذیها و ریز مغذی ها 	1403/7/28	چهارشنبه 13-15	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	2-4-5
5	<ul style="list-style-type: none"> معرفی مکمل های تغذیه ای مورد نیاز دوران شیردهی مراحل تولید و ترشح شیر مشکلات تغذیه ای این دوران و موانع احتمالی شیردهی 	1403/8/2	چهارشنبه 13-15	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	2-5

2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/8/6	• تغذیه دوران نوزادی ، رشد و ترکیبات بدن نوزاد	6
2-4-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/8/13	• تغذیه تکمیلی و انواع شیرهای مورد استفاده در دوران شیرخواری	7
2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/8/20	• عوامل موثر با کاهش رشد (FTT)، کاهش اشتها و سوءتغذیه	8
2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/8/27	• نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی پیش دبستان (2-5 سال)	9
2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/9/4	• نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی دبستان	10
2-4-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/9/11	• مشکلات تغذیه ای و عادات بد غذایی در کودکان آشنایی با هرم غذایی کودکان	11
2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/9/18	• نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی 9 تا 18 سال	12
2-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	1403/9/25	• نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی بزرگسالان (9 تا 65 سال) و آشنایی با شیوه تغذیه سالم در این گروه	13
2-4-5	پاورپوینت فیلم	حضور	یکشنبه 10-12	1403/10/2	• آشنایی با مبانی تغییرات فیزیولوژیک و اجتماعی اقتصادی موثر بر تغذیه دوره سالمندی	14

	سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو				• روش های ارزیابی وضع تغذیه	
2-4-5	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	حضور	یکشنبه 10-12	جبرانی	<ul style="list-style-type: none"> • محاسبه نیازهای مواد مغذی دوره سالمندی و تنظیم رژیم متناسب • آشنایی با مشکلات تغذیه ای و توصیه های تغذیه ای پیشگیری کننده در دوران سالمندی 	15
						16
1					پایان ترم	17

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.

1- آزمون کتبی:			روش ارزشیابی
الف: تشریحی (1- گسترده پاسخ 2- کوتاه پاسخ)			
ب: عینی (1- چند گزینه ای 2- جورکردنی 3- صحیح / غلط)			
4- مصاحبه (شفاهی)	3- انجام تکالیف عملی و پروژه	2- مشاهده عملکرد (چک لیست)	
7- سایر (لطفا قید نمایید)	6- آزمون (کوئیز)	5- مشارکت کلاسی	

امضاء:

تاریخ تکمیل فرم: 1403/7/10