



طرح دوره (Course Plan)

پزشکی □ دندانپزشکی □ پرستاری □ پیراپزشکی □ توانبخشی □ بهداشت □ تغذیه و علوم غذایی ■	دانشکده		
تغذیه	گروه آموزشی		
تغذیه	رشته /گرایش		
کاردرانی □ کارشناسی پیوسته ■ کارشناسی ناپیوسته □ کارشناسی ارشد □ دکترای حرفه ای □ دکترای تخصصی □	مقطع تحصیلی فراگیران		
تغذیه در دورانهای زندگی	عنوان واحد درسی		
تئوری ■ عمل □ کارآموزی □ کارورزی □	نوع واحد درسی		
تعداد واحد : ۳ زمان (ساعت) : دوشنبه ۱۰-۱۳	تعداد واحد / ساعت		
۲۹	کد درس		
۲۰-۲۱	پیش نیاز /هم نیاز		
نام و نام خانوادگی مدرس / مدرسین زینب فغفوری /عاطفه اصحابی /مریم نظری	نام و نام خانوادگی مدرس / مدرسین		
تغذیه	رشته تحصیلی مدرس		
دکتری	مقطع تحصیلی مدرس		
دانشیار	رتبه علمی		
Ashabi_nutrition@yahoo.com z.faghfoori@gmail.com Maryam.nazary@yahoo.com	پست الکترونیک		
گرمسار ، آرادان ، 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			
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 □	
یادگیری مبتنی بر پروژه ■ Project-Based Learning		نقشه مفهومی Concept Map □	

سایر (لطفا قید نمایید) :

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

ضوابط آموزشی و
سیاست های مدیریتی
کلاس

منابع اصلی درس :

کراوس ۲۰۲۰

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	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	۷/۶	۱۰-۱۳	مجازی	پاورپوینت با صدا	۵-۲
۲	معرفی مکمل های تغذیه ای مورد نیاز دوران بارداری مشکلات تغذیه ای این دوران دیابت بارداری و نحوه کنترل آن	۷/۱۳	۱۰-۱۳	مجازی	پاورپوینت با صدا	۵-۴-۲
۳	آشنایی با مشکلات دوران بارداری مانند پری اکلامپسی اثرات سوءتغذیه و کمبود انواع مختلف موادمغذی بر روی بارداری و جنین	۷/۲۰	۱۰-۱۳	مجازی	پاورپوینت با صدا	۵-۲
۴	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	۷/۲۷	۱۰-۱۳	مجازی	پاورپوینت با صدا	۵-۴-۲
۵	معرفی مکمل های تغذیه ای مورد نیاز دوران شیردهی مراحل تولید و ترشح شیر مشکلات تغذیه ای این دوران و موانع احتمالی شیردهی	۸/۴	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۶	تغذیه دوران نوزادی، رشد و ترکیبات بدن نوزاد	۸/۱۱	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲

۷	تغذیه تکمیلی و انواع شیرهای مورد استفاده در دوران شیرخوارگی	۸/۱۸	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۴-۲
۸	عوامل موثر با کاهش رشد (FTT)، کاهش اشتها و سوءتغذیه	۸/۲۵	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۹	نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی پیش دبستان (۲-۵ سال)	۹/۲	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۱۰	نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی دبستان	۹/۹	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۱۱	مشکلات تغذیه ای و عادات بد غذایی در کودکان آشنایی با هرم غذایی کودکان	۹/۱۶	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۴-۲
۱۲	نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی ۹ تا ۱۸ سال	۹/۲۳	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۱۳	نیازهای و مباحث مرتبط با تغذیه در محدوده سنی بزرگسالان (۹ تا ۶۵ سال) و آشنایی با شیوه تغذیه سالم در این گروه	۹/۳۰	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۲
۱۴	آشنایی با مبانی تغییرات فیزیولوژیک و اجتماعی اقتصادی موثر بر تغذیه دوره سالمندی روش های ارزیابی وضع تغذیه	۱۰/۷	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو	۵-۴-۲
۱۵	محاسبه نیازهای مواد مغذی دوره سالمندی و تنظیم رژیم متناسب	۱۰/۱۴	۱۰-۱۳	حضور	پاورپوینت فیلم	۵-۴-۲

	سخنرانی و مشارکت در بحث دانشجو				آشنایی با مشکلات تغذیه ای و توصیه های تغذیه ای پیشگیری کننده در دوران سالمندی	
						۱۶
۱					پایان ترم	۱۷
تاریخ امتحان پایان ترم:			تاریخ امتحان میان ترم:			
* توجه : لطفاً روش ارزشیابی (شماره مربوطه ذیل) به تفکیک عناوین درس را در جدول فوق در ستون مربوطه قید گردد .						
۱- آزمون کتبی : الف : تشریحی (۱- گسترده پاسخ ۲- کوتاه پاسخ) ب : عینی (۱- چند گزینه ای ۲- جورکردنی ۳- صحیح / غلط)						روش ارزشیابی
۴- مصاحبه (شفاهی)		۳- انجام تکالیف عملی و پروژه		۲- مشاهده عملکرد (چک لیست)		
۷- سایر (لطفاً قید نمایید)		۶- آزمون (کوئیز)		۵- مشارکت کلاسی		
امضاء :						تاریخ تکمیل فرم : ۱۴۰۵/۷/۳۱