

## بسمه تعالی

### فرم طرح دوره درس نظری - دانشگاه علوم پزشکی ایلام

معرفی درس اصول تغذیه نیمسال دوم ۱۴۰۵-۱۴۰۴

دانشکده: بهداشت	گروه آموزشی: بهداشت عمومی
نام درس: اصول تغذیه	رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی بهداشت مدارس
روز و ساعت برگزاری: شنبه ۱۰-۸	محل برگزاری: دانشکده بهداشت
مسئول درس: دکتر اسماء سالاری مقدم	دروس پیش نیاز: ندارد
آدرس دفتر: دانشکده بهداشت	آدرس Email: asma.salari@yahoo.com
هدف کلی درس:	
آشنا کردن دانشجویان با تعاریف، اهمیت و مفاهیم تغذیه، نقش تغذیه در حفظ سلامت و ارتقاء سطح سلامت افراد، خانواده و جامعه	
اهداف اختصاصی:	
در پایان دوره آموزشی انتظار می‌رود فراگیران:	
۱- با مفاهیم، اهمیت و نقش تغذیه در تامین سلامت فرد آشنا شوند.	
۲- تعریف انرژی را بدانند و با نیاز انرژی، تعادل انرژی و روش‌های مختلف ارزیابی انرژی مورد نیاز روزانه آشنا شوند.	
۳- با درشت مغذی‌های تولید کننده انرژی و نقش آن‌ها در بدن آشنا شوند.	
۴- با ویتامین‌های مورد نیاز روزانه آشنا شوند.	
۵- با املاح مورد نیاز روزانه آشنا شوند.	
۶- عوارض کمبود و اضافه دریافت ریزمغذی‌ها را بدانند.	
۷- با گروه‌های غذایی آشنای لیست جانشینی مواد غذایی را بدانند.	
۸- با روش‌های بالینی ارزیابی وضع تغذیه آشنا شوند.	
۹- با روش‌های آنتروپومتریک ارزیابی وضع تغذیه آشنا شوند.	
۱۰- روش‌های بررسی مصرف مواد غذایی را بدانند.	
۱۱- ارتباط تغذیه با باروری، فرزندآوری و ناباروری را شرح دهند.	
۱۲- با اصول کلی تغذیه در دوران بارداری آشنا شوند.	
۱۳- با اصول کلی تغذیه در دوران شیردهی و نوزادی آشنا شوند.	
۱۴- با اصول کلی تغذیه در دوران کودکی آشنا شوند.	
۱۵- با اصول کلی تغذیه در دوران سالمندی آشنا شوند.	
وظایف دانشجویان (تکالیف دانشجویان در طول ترم):	
حضور منظم و فعال در کلاس، مشارکت در بحث‌های گروهی، مطالعه دروس پیشین، آماده کردن کنفرانس مرتبط با موضوع درس در صورت نیاز	

منابع اصلی (با رعایت اصول منبع‌نویسی و دادن نشانی برای تهیه آنها شامل کتابخانه، کتاب‌فروشی، اینترنت، .....):

1. Krause and Mahan's Food and the Nutrition Care Process. 15<sup>th</sup> edition.

روش تدریس و وسایل کمک آموزشی مورد استفاده:

سخنرانی، پرسش و پاسخ، نمایش اسلاید

روش‌ها و زمان سنجش و ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی: (نوع امتحانات از لحاظ نحوه طراحی سوال - بارم بندی - زمان امتحانات و تکالیف ذکر شود)

ساعت	تاریخ	نمره	روش
تعیین شده توسط آموزش	۱۴۰۵/۰۲/۱۹	۸	آزمون میان ترم (چهار گزینه‌ای)
تعیین شده توسط آموزش	تعیین شده توسط آموزش	۱۰	آزمون پایان ترم (چهار گزینه‌ای)
طول ترم	طول ترم	۲	پرسش و پاسخ کلاسی، انجام تکالیف محوله، حضور فعال در کلاس درس

مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

- حضور به موقع و فعال در کلاس (به ازای هر جلسه غیبت ۰/۲۵ نمره کسر خواهد شد. در صورت غیبت بالاتر از حد مجاز و بر اساس قوانین مصوب، دانشجو جهت تصمیم‌گیری به آموزش دانشکده معرفی خواهد شد).

- مشارکت فعال در بحث‌های گروهی

- مطالعه مطالب تدریس شده

- پاسخگویی به سوالات در طول تدریس

- تلفن همراه دانشجویان باید در کلاس خاموش باشد. در صورتی که مبحثی در کلاس نیاز به استفاده از تلفن همراه داشته باشد با هماهنگی قبلی و معرفی روش مورد استفاده، دانشجو مجاز به استفاده از تلفن همراه خواهد بود.

برای هر یک از مصادیقی که از سند تعالی، عدالت و بهره‌وری آموزشی در طرح دوره فعلی ادغام می‌شود،

یکبار جدول زیر را تکمیل بفرمایید:

<p>۱. اشاره به مفاهیم مرتبط جهت حضور در فعالیت‌های یادگیری در جامعه، مواجهه زودرس فعالیت‌های داوطلبانه و اردوهای جهادی</p> <p>۲. اشاره به مفاهیم سلامت معنوی در رئوس مطالب (تئوری/عملی/کارآموزی)</p> <p>۳. اشاره به مفاهیم اخلاق پزشکی در رئوس مطالب</p> <p>۴. اشاره به مفاهیم تعهد حرفه‌ای در رئوس مطالب</p> <p>۵. معرفی مفاهیم درس با رویکرد کارآفرینی و فناوری</p> <p>۶. معرفی جشنواره‌های کارآفرینی، ایده شو/ خوارزمی/ رازی/ ابن سینا</p> <p>۷. معرفی جشنواره‌های ایده‌های آموزشی نوآورانه دانشجویی در جشنواره شهید مطهری به آدرس <a href="http://ichpe.org">ichpe.org</a></p> <p>۸. کاربرد تکنولوژی‌های نوین در آموزش مانند نرم افزارهای هوش مصنوعی</p> <p>۹. برگزاری آزمون الکترونیک میان ترم و پایان ترم با فرمت KF,PMP,OSCE,MM</p>	<p>عنوان مصداق سند تعالی، عدالت و بهره‌وری آموزشی</p>
<p><input type="checkbox"/> ۱- کارگروه تخصصی نظام اعتباربخشی ملی و تدوین استانداردهای آموزشی</p>	<p>کارگروه تخصصی مرتبط**</p>
<p><input type="checkbox"/> ۲- کارگروه تخصصی مرجعیت علمی و آینده نگاری</p>	
<p><input type="checkbox"/> ۳- کارگروه تخصصی همگرایی درتعالی علوم و فناوریهای پیشرفته</p>	
<p><input checked="" type="checkbox"/> ۴- کارگروه تخصصی مدیریت جامع کیفیت در آموزش علوم پزشکی</p>	
<p><input checked="" type="checkbox"/> ۵- کارگروه تخصصی پاسخگویی اجتماعی و عدالت آموزشی</p>	
<p><input type="checkbox"/> ۶- کارگروه تخصصی اقتصاد آموزش</p>	
<p><input type="checkbox"/> ۷- کارگروه تخصصی بین المللی سازی آموزش علوم پزشکی</p>	
<p><input checked="" type="checkbox"/> ۸- کارگروه تخصصی اخلاق، سلامت معنوی و تعهد حرفه ای در آموزش علوم پزشکی</p>	
<p><input type="checkbox"/> ۹- کارگروه تخصصی کارآفرینی و کسب و کارهای دانش بنیان</p>	

<input checked="" type="checkbox"/> ۱۰- کارگروه تخصصی توسعه آموزش و فناوری های نوین ارتقای یادگیری	
<input type="checkbox"/> هدف کلی <input type="checkbox"/> اهداف رفتاری <input checked="" type="checkbox"/> وظایف دانشجویان <input type="checkbox"/> منابع اصلی <input checked="" type="checkbox"/> روش تدریس <input checked="" type="checkbox"/> وسایل کمک آموزشی <input checked="" type="checkbox"/> سنجش و ارزشیابی	در کدام قسمت از طرح دوره بیان شده است؟
- در جلسه اول ضمن معرفی طرح درس، در مورد مصادیق استفاده شده توضیحات لازم به دانشجو داده خواهد شد و در این خصوص نظرات آنان نیز پرسیده خواهد شد. در طول ترم نیز از روش های نوین تدریس بسته به سر فصل درس استفاده خواهد شد. - ارزشیابی تکوینی و پایانی بصورت الکترونیک برگزار خواهد شد.	توضیحات مربوط به نحوه ی ادغام مصادیق سند تعالی در آموزش دانشجویان
	مستندات (در صورت لزوم)

جدول زمان‌بندی ارائه برنامه درس اصول تغذیه نیمسال دوم ۱۴۰۴-۱۴۰۵

ردیف	تاریخ	ساعت	عنوان	مدرس	آمادگی لازم دانشجویان قبل از شروع کلاس
۱	۱۴۰۴/۱۲/۰۲	۱۰-۱۲	کلیات علم تغذیه، اهمیت غذا و مواد مغذی، تعاریف و تقسیم بندی‌ها	دکتر سالاری مقدم	تعیین رفتار ورودی و میزان آشنایی دانشجویان با درس
۲	۱۴۰۴/۱۲/۰۹	۱۰-۱۲	انرژی، تعادل انرژی و نحوه تعیین انرژی مورد نیاز روزانه	"	مطالعه مطالب بر اساس منابع
۳	۱۴۰۴/۱۲/۱۶	۱۰-۱۲	آشنایی با پروتئین‌ها و وظایف آن‌ها در بدن	"	"
۴	۱۴۰۵/۰۱/۱۵	۱۰-۱۲	آشنایی با کربوهیدرات‌ها و وظایف آن‌ها در بدن	"	"
۵	۱۴۰۵/۰۱/۲۲	۱۰-۱۲	آشنایی با چربی‌ها و وظایف آن‌ها در بدن	"	"
۶	۱۴۰۵/۰۱/۲۹	۱۰-۱۲	ویتامین‌های محلول در چربی	"	"
۷	۱۴۰۵/۰۲/۰۵	۱۰-۱۲	ویتامین‌های محلول در آب	"	"
۸	۱۴۰۵/۰۲/۱۲	۱۰-۱۲	مواد معدنی	"	"
۹	۱۴۰۵/۰۲/۱۹	۱۰-۱۲	آشنایی با گروه‌های غذایی، لیست جانشینی مواد غذایی و روش‌های ارزیابی وضع تغذیه	"	"
۱۰	۱۴۰۵/۰۲/۲۶	۱۰-۱۲	تغذیه در دوران بارداری (۱)	"	"
۱۱	۱۴۰۵/۰۳/۰۲	۱۰-۱۲	تغذیه در دوران بارداری (۲)	"	"
۱۲	۱۴۰۵/۰۳/۰۹	۱۰-۱۲	تغذیه در دوران شیردهی و شیرخواری	"	"
۱۳	۱۴۰۵/۰۳/۱۶	۱۰-۱۲	تغذیه در دوران کودکی	"	"
۱۴	۱۴۰۵/۰۳/۲۳	۱۰-۱۲	تغذیه در دوران سالمندی	"	"
-	-	-	امتحان پایان ترم	-	-