

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پزشکی

فرم طرح درس گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی در نیمسال دوم سال ۱۴۰۲-۱۴۰۳

<p>نام درس: تغذیه کاربردی و رژیمهای غذایی با تاکید بر تغذیه مادر و کودک کد درس: ۲۴۳۱۱۹۳۷۰</p> <p>تعداد واحد: ۲ نوع واحد: نظری</p> <p>مقطع و رشته تحصیلی: کاردانی بهداشت خانواده</p> <p>دروس پیشنهادی: اصول تغذیه</p> <p>تاریخ امتحان میان ترم: تاریخ امتحان پایان ترم: ۱۴۰۳ / ۴ / ۲۱</p>	<p>مدرس: نازنین کریم آباده</p> <p>مکان کلاس: ۲۰۳</p> <p>روز کلاس: یکشنبه ساعت کلاس: ۱۲-۱۰:۳۰</p> <p>تلفن داخلی دفتر: ۲۳۴۵</p> <p>لینک دفتر کار مجازی: <a href="http://vs.iaun.ac.ir/m1897">http://vs.iaun.ac.ir/m1897</a> آدرس پست الکترونیکی: <a href="mailto:saadat124@yahoo.com">saadat124@yahoo.com</a></p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**هدف کلی:** آشنایی با اهمیت تغذیه و نقش آن در ارتقاء سلامت، چگونگی ارزیابی وضعیت تغذیه ای کودکان، *RDA* و هرم راهنمایی غذایی روزانه و انواع گروههای غذایی، تغذیه صحیح در کودکان، مادران باردار و شیرده، دیابت بارداری و مسمومیت حاملگی، تغذیه بیماران قلبی عروقی و انواع کم خونی های تغذیه ای

اهداف اختصاصی: در پایان دوره دانشجو قادر خواهد بود.

حیطه شناختی:

۱- نقش و اهمیت تغذیه در سلامت را تشریح کند

۲- روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه ای را نام ببرد و در مورد هر کدام توضیح دهد

۳- گروههای غذایی را نام برده و نقش و اهمیت هرم غذایی را در برنامه غذایی روزانه توضیح دهد

۴- تغذیه در دورانهای مختلف زندگی را توضیح دهد

۵- تغذیه مناسب در بیماران قلبی، دیابتی و کم خونی را توضیح دهد

حیطه نگرشی:

۱- جهت مطالعات مربوط به ارزیابی وضعیت تغذیه در جامعه داوطلب شود.

۲- نسبت به ارتقاء سطح آگاهی تغذیه ای افراد آسیب پذیر اجتماع اقدام نماید

حیطه رفتاری (عملکردی):

۱- به موقع در کلاس درس حضور بهم رساند

۲- یک برنامه غذایی عادی روزانه تنظیم نماید

۳- تکالیف و فعالیتهای کلاسی را به نحو مطلوب انجام دهد

۴- در بحث های مرتبط به درس شرکت فعال داشته باشد

چگونگی فعالیت استاد: ۱- حضور به موقع در کلاس، ۲- انجام حضور و غیاب در ابتدای کلاس ۳- پرسش و پاسخ از مباحث جلسه قبل ۴- در صورت لزوم ارائه تکلیف برای جلسه بعد

شیوه تدریس: سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی: ماژیک، وایت بورد

فعالیت و تکالیف دانشجو: ۱- حضور به موقع در کلاس

۲- آمادگی لازم برای پاسخگویی به سوالات مرتبط با جلسه قبل

نحوه ارزیابی دانشجو: ۱- حضور و غیاب ۲- فعالیت کلاسی ۳- آزمون کتبی

جدول زمانبندی درس ( توجه: سر فصل دروس باید طبق سر فصل های ارائه شده توسط وزارت خانه باشد).

ردیف	تاریخ	رئوس مطالب
۱	۱۴۰۲/۱۱/۲۲	تعریف تغذیه ،اهمیت و نقش تغذیه صحیح در ارتقاء سلامت جامعهانرژی مورد نیاز روزانه و محاسبه آن
۲	۱۴۰۲/۱۱/۲۹	اصول صحیح تنظیم برنامه غذایی
۳	۱۴۰۲/۱۲/۶	گروههای غذایی ( <i>Food Guide Pyramid</i> )
۴	۱۴۰۲/۱۲/۱۳	لیست جانشینی غذایی
۵	۱۴۰۲/۱۲/۲۰	لیست جانشینی غذایی
۶	۱۴۰۲/۱۲/۲۷	تنظیم برنامه غذایی با استفاده از هرم غذایی
۷	۱۴۰۳/۱/۱۹	روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه ( بررسی مصرف مواد غذایی)
۸	۱۴۰۳/۱/۲۶	روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه(بررسیهای آنترپومتریکی)
۹	۱۴۰۳/۲/۲	روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه(بررسیهای آنترپومتریکی)
۱۰	۱۴۰۳/۲/۹	روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه(بررسیهای بیوشیمیایی و بالینی)
۱۱	۱۴۰۳/۲/۱۶	تغذیه در زمان بارداری و شیردهی
۱۲	۱۴۰۳/۲/۲۳	تغذیه در دوران کودکی(۱۲-۶ ماهگی)
۱۳	۱۴۰۳/۲/۳۰	تغذیه دوران کودکی ( یکسال و بالاتر )
۱۴	۱۴۰۳/۳/۶	کم خونی های تغذیه ای
۱۵	۱۴۰۳/۳/۱۳	تغذیه در بیماریهای قلبی عروقی
۱۶	۱۴۰۳/۳/۲۰	تغذیه در دیابت ( بارداری)
۱۷	۱۴۰۳/۳/۲۷	تغذیه در عفونت

منابع درسی: لطفا طبق اصول رفرنس نویسی و کامل نوشته شود.

اصول تغذیه رایبسنون. آخرین ویرایش ، تغذیه کراوس ، آخرین ویرایش

تاریخ کلاس تعطیلی با هماهنگی تعیین میگردد