



طرح درس

اصول تغذیه

گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی

فروردین ماه ۱۴۰۲

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ویژه نامه طرح درس اصول تغذیه

❖ برنامه درس اصول تغذیه مصوبه سال ۹۶ curriculum

❖ طرح دوره درس اصول تغذیه course plan

❖ طرح درس جلسات اصول تغذیه Lesson plan

کد درس	۱۷۵
نام درس	اصول کلی تغذیه
مرحله ارائه درس	علوم پایه (مقدمات بالینی) (بر حسب گرایش علوم مصوب دانشگاه)
دروس پیش نیاز	بیوشیمی سلول و مولکول
نوع درس	نظری
ساعت آموزشی	۳۴ ساعت
هدف های کلی	در پایان درس دانشجو باید مفاهیم اساسی تغذیه را درک نماید: ۱- کلیات تأثیر تغذیه بر سلامتی ۲- گروه های غذایی مواد مغذی (مکرو و میکرو) ویتامینها و املاح و منابع غذایی و علائم کمبود و مسمومیت آنها ۳- کلیات تغذیه در گروه های مختلف جمعیتی ۴- تنظیم توصیه های تغذیه ای در افراد مختلف
شرح درس	در این درس دانشجو با کلیات تغذیه، ویژگی های تغذیه ای انرژی و گروه های غذایی آشنا می شود و اصول کلی تغذیه در مادر باردار و شیرده، کودکان و سالمندان را می آموزد تا بر این اساس بتواند ارزیابی تغذیه ای انجام دهد.
محتوای ضروری	۱- کلیات تغذیه و سلامتی و توصیه های تغذیه ای ۲- گروه های غذایی ۳- کربوهیدراتها * (شیرینی قندها، فیبرهای غذایی، اهمیت تغذیه ای انواع کربوهیدراتها و نیاز به کربوهیدرات) ۴- چربیها * (اهمیت تغذیه ای انواع چربیها و نیاز به چربی ها) ۵- پروتئین ها * (پروتئین های کامل و ناقص، کیفیت پروتئین ها، تعادل ازت و نیاز به پروتئین ها) ۶- انرژی ۷- ویتامینهای محلول در چربی (منابع غذایی، کمبود و مسمومیت) ۸- ویتامینهای محلول در آب (منابع غذایی، کمبود) ۹- مواد معدنی و آب (منابع غذایی، کمبود) ۱۰- چاقی و سوء تغذیه عمومی (بیماریهای ناشی از سوء تغذیه) ۱۱- تغذیه در مادران باردار و شیرده ۱۲- تغذیه در اطفال ۱۳- تغذیه سالمندان ۱۴- ارزیابی وضعیت تغذیه ۱۵- اصول تنظیم رژیم غذایی
توضیحات	این درس می تواند در دوره ی علوم پایه و یا مقدمات بالینی ارائه شود. پرسشهای این درس از آزمون جامع علوم پایه حذف و در آزمون پیش فارورزی منظور خواهد شد.





دانشکده پزشکی شاهد
گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی

نام درس: اصول تغذیه

تعداد واحد: ۲

زمان تشکیل کلاس: شنبه ساعت ۸-۱۰

مکان کلاس: کلاس ۲۱۱ ساختمان ایثار

مسئول درس: خانم دکتر امین زاده

ردیف	موضوع درس	مدرس
۱	مسائل و مشکلات تغذیه ای در ایران و جهان، اهمیت تغذیه ، اصول کلی تغذیه	خانم دکتر امین زاده
۲	کربوهیدراتها ، چربی ها ، پروتئین ها	خانم دکتر امین زاده
۳	انرژی ، تعریف، روشهای اندازه گیری و نیازهای انرژی ، تعادل انرژی	خانم دکتر امین زاده
۴	آب، املاح و ویتامین ها	خانم دکتر امین زاده
۵	گروههای غذایی، مواد در استعمال و استفاده از جداول تغذیه ای	خانم دکتر امین زاده
۶	ابعاد مختلف عادات غذایی جامعه، تنظیم برنامه غذایی، نقش برنامه ریزی تغذیه اصولی	خانم دکتر امین زاده
۷	مثلث بیماری زایی سوء تغذیه، فقر پروتئین ، انرژی (P.E.M)، کم خونی های تغذیه ای (آهن ، اسید فولیک ویتامین B) گواتراندیمیک	آقای دکتر دواتی
۸	گزروفتالی، راشی تیسم، کمبود روی	آقای دکتر دواتی
	تعطیل رسمی	
۹	اسکوربرت، بربری، پلاگر	آقای دکتر دواتی
۱۰	نیازمندیهای تغذیه ای مادران در دوران بارداری و شیر دهی	آقای دکتر جعفری
۱۱	نیازمندیهای تغذیه ای نوزادان و کودکان	آقای دکتر جعفری
۱۲	نیازمندیهای تغذیه ای سالمندان	آقای دکتر جعفری
۱۳	بررسی بالینی وضع تغذیه، بررسی آنترو پومتریک	آقای دکتر جعفری
۱۴	بررسی مصرف مواد غذایی، بررسی شیمیایی، بررسی اقتصادی	آقای دکتر جعفری
۱۵	اصول نگهداری مواد غذایی از نظر حفظ سلامت مواد مغذی ، فرآیند، اتلاف موادغذایی، مسمومیت های مواد غذایی	خانم دکتر جوهری

منابع: اصول تغذیه پزشکی. [لیندا کی دی بروین](#) - [کاترین پینا](#) - [الی ویتنی](#)، ترجمه دکتر فرزانه شیدفر، ناهید خلدی و ..

- اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۲، کتلین ماهان، سیلویا اسکات. ترجمه دکتر گیتی ستوده



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: مسائل و مشکلات تغذیه ای در ایران و جهان، اهمیت تغذیه ، اصول کلی تغذیه		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۱
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	سلامتی را تعریف کند .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	علم تغذیه را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	نقش و اهمیت تغذیه در سلامتی انسان را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	مشکلات رایج تغذیه ای در ایران و جهان را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	گروههای تغذیه ای را برشمارد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	هرم غذایی و ضرورت آن را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی- اصول تغذیه کراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی:		موضوع درس:		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۲
اصول تغذیه		کربوهیدراتها ، چربی ها ، پروتئین ها					
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	هر یک از گروه های غذایی را تعریف کند.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	مواد مغذی و منابع اصلی آنها را توضیح دهید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	بیماری هاو مشکلات ناشی از سوء تغذیه این درشت مغذی ها را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رابینسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: انرژی ، تعریف، روشهای اندازه گیری و نیازهای انرژی ، تعادل انرژی		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۳
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	انرژی را تعریف کند .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	روشهای اندازه گیری و نیازهای انرژی را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	انرژی مورد نیاز روزانه هر فرد را محاسبه نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: آب، املاح و ویتامین ها		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی		شماره جلسه: ۴	
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	درشت مغذی و ریز مغذی ها را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	انواع مواد معدنی ، ویتامینها ر توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	ویتامینهای محلول در آب و محلول در چربی را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	ساختار انواع ویتامینها ،منابع ، کمبود و مسمومیت با انها را بیان نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی - اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: گروههای غذایی، مواد در استعمال و استفاده از جداول تغذیه ای		رشته و مقطع تحصیلی: دکترای پزشکی عمومی		شماره جلسه: ۵	
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	هرم غذایی را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	موارد استفاده از گروههای غذایی را با توجه به هرم غذایی سن و جنس افراد تعیین نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه	موضوع درس: ابعاد مختلف عادات غذایی جامعه، تنظیم برنامه غذایی، نقش برنامه ریزی تغذیه اصولی	رشته و مقطع تحصیلی: دکترای پزشکی عمومی					شماره جلسه: ۶
هدف کلی:		تدوین کننده: خانم دکتر امین زاده هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	انواع رژیم های غذایی را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	عادات تغذیه ای افراد جامعه را با توجه به محل سکونت بیان نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	سوء تغذیه های رایج را در کشور شرح دهد .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	بتواند با توجه به نیازها و عادات غذایی ، رژیم غذایی مناسبی برای فرد بنویسد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایینسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه کراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی:	موضوع درس: مثلث بیماری زایی سوء تغذیه، فقر پروتئین ، انرژی (P.E.M)، کم خونی های تغذیه ای) آهن ، اسید فولیک ویتامین (B گواتراندیمیک	رشته و مقطع تحصیلی: دکترای پزشکی عمومی	شماره جلسه: ۷				
هدف کلی:	تدوین کننده: آقای دکتر دواتی هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی						
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	انواع بیماری های ناشی از سوء تغذیه را تعریف کند.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	بیماری های ناشی از سوء تغذیه و نحوه پیشگیری از آن را شرح داده و تفسیر نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی - اصول تغذیه کراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: گزروفتالی، راشی تیسیم، کمبود روی		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی		شماره جلسه: ۸	
هدف کلی:		تدوین کننده: آقای دکتر دواتی هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	بیماری گزروفتالی را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	عوامل بوجود آورنده این بیماری را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	نقش تغذیه در پیشگیری از این بیماری را بیان نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	بیماری راشیتیسیم را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	شیوع این بیماری در ایران و جهان را شرح دهد .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	نقش تغذیه را در پیشگیری از این بیماری توضیح دهد .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: اسکوربرت، بری بری، پلاگر		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی		شماره جلسه: ۹	
هدف کلی:				تدوین کننده: آقای دکتر دواتی هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی			
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس خواهد بود):	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	بیماری اسکوربرت را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	عوامل موثر در بروز بیماری اسکوربرت را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	نقش تغذیه را در پیشگیری از بیماری اسکوربرت شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	نقش سوء تغذیه را در بروز بیماری اسکوربرت تفسیر نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	بیماری بری بری را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	عوامل موثر در بروز بیماری بری بری را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۷	نقش تغذیه را در پیشگیری از بیماری بری بری شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۸	بیماری پلاگر را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۹	عوامل موثر در بروز بیماری پلاگر را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۱۰	نقش تغذیه را در پیشگیری از بیماری پلاگر شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: نیازمندیهای تغذیه ای مادران در دوران بارداری و شیر دهی	رشته و مقطع تحصیلی: دکترای پزشکی عمومی				شماره جلسه: ۱۰
هدف کلی:			تدوین کننده: آقای دکتر جعفری هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی				
ردیف	هدفهای رفتاری	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	اصول تغذیه در دوران قبل بارداری و تغییرات فیزیولوژیک در این دوران را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	عوامل تاثیر گذار بر وزن مادر باردار و تغییرات نیاز های تغذیه ای این دوران را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	یاز به ریز مغذی ها در بارداری را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	نیاز به ریز مغذی ها در بارداری را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	راهکارهای تغذیه ای در عوارض بارداری را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	یازهای تغذیه ای در دوران شیردهی را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۷	مراحل شیردهی و اصول تغذیه مناسب جهت وزن گیری نوزاد را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۸	عوامل فیزیولوژیک موثر بر ترشح شیر مادر را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۹	نیاز به ریزمغذی ها و درشت مغذی ها را در شیردهی شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۱۰	مکمل های غذایی در بارداری و شیردهی را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی: اصول تغذیه		موضوع درس: نیازمندیهای تغذیه ای نوزادان، کودکان و نوجوانان		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۱۱
هدف کلی:		تدوین کننده: آقای دکتر جعفری هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	اصول تغذیه صحیح در دوران کودکی و الگوی مناسب شروع تغذیه تکمیلی را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	اصول تغذیه صحیح در دوران کودکی را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	نمودار رشد را تفسیر کند	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	عادات غذایی نادرست در کودکان را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	روش های شناسایی سوء تغذیه کودکان را شرح دهد اصول تغذیه صحیح در کودکان پیش دبستانی را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	نیازهای تغذیه ای نوجوانان را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۷	نیازهای تغذیه ای در بلوغ را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی:		موضوع درس:		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۱۲
اصول تغذیه		نیازمندیهای تغذیه ای سالمندان					
هدف کلی:		تدوین کننده: آقای دکتر جعفری					
		هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	چالش های تغذیه ای در دوران جوانی و میان سالی را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	نیازها و توجهات تغذیه ای در دوران سالمندی را توضیح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	مشکلات تغذیه ای در سالمندی را شرح دهد	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

رشته و مقطع تحصیلی: دکترای پزشکی عمومی						عنوان درسی: اصول تغذیه	موضوع درس: بررسی بالینی وضع تغذیه، بررسی آنترو پومتریک
شماره جلسه: ۱۳						هدف کلی:	
تدوین کننده: آقای دکتر جعفری هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی						هدفهای رفتاری	
ردیف	حیطه یادگیری **	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی	(دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):
۱	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم	دانشجویان اهمیت ارزیابی تغذیه ای و علل بررسی وضعیت تغذیه را تشریح میکنند و با فرایند مراقبت تغذیه ای آشنا می گردند..
۲	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم	دانشجویان می توانند با روش های ارزیابی و غربالگری وضعیت تغذیه و ابزارهای تاریخچه تغذیه ای و ارزیابی ۳ موجود در این حیطه آشنا شوند و آن را تشریح نمایند.
۳	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم	دانشجویان می توانند روش های بررسی مصرف مواد غذایی (مشاهده مستقیم و روش توزین، بسامد خوراک) را تشریح کرده و اندازه گیری نمایند.
۴	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم	دانشجویان می توانند روش های اندازه گیری سروینگ سائز ها و واحد های معمول مصرف خوراک را به کار گیرند.. و با نرم های تغذیه ای روتین انا می گردند
۵	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم	دانشجویان می توانند اهمیت ارزیابی داده های آزمایشگاهی در تعیین وضع تغذیه، مزایا و محدودیت ها، ارزیابی گروه تست های آزمایشگاهی پنل جامع متابولیک و پایه را توضیح دهند.

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی – اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی:		موضوع درس:		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی			شماره جلسه: ۱۴
		بررسی مصرف مواد غذایی، بررسی شیمیایی، بررسی اقتصادی					
هدف کلی:		تدوین کننده: آقای دکتر جعفری هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری * *	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسيله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیت‌های تکمیلی
۱	مفاهیمی مانند نداخلات غذایی را شرح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۲	برای برنامه غذایی توانایی طراحی مداخلات اولیه داشته باشد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۳	نیازهای جامعه، مبانی برنامه ریزی استراتژیک، عملیاتی و برنامه‌ریزی تغذیه‌ای را توضیح دهد.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۴	مفاهیم مدیریتی و سطوح مدیریتی مرتبط با دانش تغذیه را بیان نماید.	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۵	مدیریت کلینیک تغذیه و اصول بازاریابی و برندینگ، ارتباطات و کار تیمی را شرح دهد .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم
۶	ارتباط نهایی علم مدیریت و اقتصاد با برنامه غذایی را توضیح دهد .	شناختی	کلاس دانشکده پزشکی	سخنرانی پرسش و پاسخ	دیتا پروژکتور	۹۰	کوئیز، امتحان میان ترم، پروژه، امتحان پایان ترم

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی - اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی



فرم تدوین طرح درس روزانه استاد

عنوان درسی:		موضوع درس: اصول نگهداری مواد غذایی از نظر حفظ سلامت مواد مغذی ، فر آیند، اتلاف موادغذایی، مسمومیت های مواد غذایی		رشته و مقطع تحصیلی : دکترای پزشکی عمومی		شماره جلسه: ۱۵	
هدف کلی: آشنایی با بهداشت و اصول نگهداری مواد غذایی		تدوین کننده: دکتر زهرا جوهری هیات علمی گروه بهداشت و پزشکی اجتماعی					
ردیف	هدفهای رفتاری (دانشجو پس از پایان درس قادر خواهد بود):	حیطه یادگیری**	مکان آموزش	نحوه ارائه درس	رسانه و وسیله:	زمان (دقیقه)	شیوه ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی
۱	عوامل آلودگی مواد غذایی را بشناسد و نقش و اهمیت هریک از آن ها را توضیح دهد.	دانشی	دانشکده پزشکی	سخنرانی و بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور	۱۰۰ کلاسیک دقیقه	سوال و جواب کلاسی
۲	راهکارهای عملی پیشگیری از آلودگی های ثانویه مواد غذایی را توضیح دهد.	دانشی	□	سخنرانی و بحث کلاسی	ویدئو پروژکتور		سوال و جواب کلاسی
۳	مهمترین باکتری ها و ویروس های عامل مسمومیت های غذایی را نام ببرد و نشانی های بالینی عمده ناشی از آن ها را توضیح دهد.	دانشی	□	سخنرانی و بحث کلاسی	□		سوال و جواب کلاسی
۴	راه های پیشگیری از مسمومیت های غذایی را بیان کند.	دانشی	□	سخنرانی و بحث کلاسی	□		سوال و جواب کلاسی
۵	راه های عمده حفظ مواد غذایی را بیان کند.	دانشی	□	سخنرانی و بحث کلاسی	□		کوئیز کلاسی
۶	نسبت به حفظ و نگهداری مواد غذایی پیدا حساسیت نشان دهد.	نگرشی		بحث در گروههای کوچک	تخته و برگه های یادداشت		نوشتن سناریو مرتبط

منابع: اصول تغذیه رایبسون ترجمه ناهید خلدی - اصول تغذیه گراوس تغذیه شیدفر و خلدی - بهداشت عمومی