



## طرح دوره (Course Plan)

<input type="checkbox"/> پزشکی ■ دندانپزشکی <input type="checkbox"/> پرستاری <input type="checkbox"/> پیراپزشکی <input type="checkbox"/> توانبخشی <input type="checkbox"/> بهداشت <input type="checkbox"/> تغذیه و علوم غذایی <input type="checkbox"/>		دانشکده	
پزشکی اجتماعی		گروه آموزشی	
پزشکی عمومی		رشته / گرایش	
<input type="checkbox"/> کاردانی <input type="checkbox"/> کارشناسی پیوسته <input type="checkbox"/> کارشناسی ناپیوسته <input type="checkbox"/> کارشناسی ارشد <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> دکترای حرفه ای ■ <input type="checkbox"/> دکترای تخصصی		مقطع تحصیلی فراگیران	
اصول تغذیه پایه		عنوان واحد درسی	
<input type="checkbox"/> عملی ■ <input type="checkbox"/> کارآموزی <input type="checkbox"/> کارورزی		نوع واحد درسی	
تعداد واحد : ۲		تعداد واحد / ساعت	
زمان ( ساعت ) : ۳۶		کد درس	
شیمی سلول و ملکول		پیش نیاز / هم نیاز	
دکتر الهه قدس		نام و نام خانوادگی مدرس / مدرسین	
پزشکی، دکترای تغذیه		رشته تحصیلی مدرس	
MD, MPH, PhD		مقطع تحصیلی مدرس	
استادیار		رتبه علمی	
ghodsemla@yahoo.com		پست الکترونیک	
مجتمع دانشگاهی، دانشکده پزشکی، بخش پزشکی اجتماعی ۳۳۶۵۴۱۸۳		آدرس / شماره تماس	
		اهداف کلی	
آشنایی با مفاهیم و اصطلاحات رایج علم تغذیه، اهمیت تغذیه در ارتقاء سلامت، پیشگیری و درمان بیماری ها		توصیف درس	
<p>در پایان درس دانشجو باید مفاهیم اساسی تغذیه را درک نماید:</p> <p>۱- کلیات تأثیر تغذیه بر سلامتی - گروههای غذایی مواد مغذی) ماکرونوترینتها و میکرونوترینتها شامل ویتامینها و املاح و منابع غذایی و علائم کمبود و مسمومیت آنها</p> <p>۲- کلیات تغذیه در گروههای مختلف جمعیتی</p> <p>۳- تنظیم توصیه های تغذیه ای در افراد مختلف</p>		اهداف اختصاصی	
حیطه روانی حرکتی	حیطه عاطفی	حیطه شناختی	پیامدهای یادگیری :
<input type="checkbox"/> نمایش عملی	<input type="checkbox"/> سخنرانی توسط دانشجو	<input checked="" type="checkbox"/> سخنرانی و تدریس توسط استاد	روش های تدریس
<input type="checkbox"/> کارگاه آموزشی	<input checked="" type="checkbox"/> یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)	<input checked="" type="checkbox"/> پرسش و پاسخ	
<input type="checkbox"/> یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)	<input type="checkbox"/> بیمار شبیه سازی شده	<input type="checkbox"/> بحث گروهی	
<input type="checkbox"/> آموزش مجازی	<input type="checkbox"/> Bedside teaching	<input type="checkbox"/> ایفای نقش	
<input checked="" type="checkbox"/> Project-Based Learning یادگیری مبتنی بر پروژه		<input type="checkbox"/> Concept Map نقشه مفهومی	
سایر ( لطفا قید نمایید ) :			

منابع اصلی درس :

Nutrition & Diet Therapy, Ninth Edition Linda Kelly DeBruyne, Kathryn Pinna, Ellie Whitney, 9Ed. 2016

منابع معرفی شده			نام درس
Nutrition & Diet therapy, Linda Kelly DeBruyne et al, 9 <sup>th</sup> edition, 2016			تغذیه
شامل بخش ها و صفحات مورد اشاره در جدول زیر:			
Sections Subject Pages	Sections Subject Pages	Sections Subject Pages	
1 Overview of Nutrition and Health 1	4.3 Roles of Body Proteins 91	Non-B Vitamins 209	
1.2 The Nutrients 6	4.4 Protein and Health 94	Vitamin C 210	
Six Classes of Nutrients 6	Protein Deficiency 94	Calcium 232	
kCalories: A Measure of Energy 7	Malnutrition 94	Magnesium 236	
Dietary Guidelines for Americans 13	6.3 Energy Imbalance 140	Iron 239	
2 Carbohydrates 34	Energy In 144	Zinc 243	
Monosaccharides 35	Energy Out 144	Selenium 245	
Disaccharides 36	7 Weight Management 161	Iodine 245	
Polysaccharides 36	Weight Loss 170	Copper 246	
2.2 Regulation of Blood Glucose 39	Vitamin D 196	Manganese 247	
3 Lipids 60	Vitamin E 199	Fluoride 247	
3.1 Roles of Body Fat 61	Vitamin K 200	Nutrition Prior to Pregnancy 288	
Triglycerides 62	8.3 The Water-Soluble Vitamins 202	Prepregnancy Weight 288	
Fatty Acids 63	The B Vitamins 202	Nutrient Needs during Pregnancy 292	
Phospholipids 65	Thiamin 204	Weight Gain 297	
Sterols 66	Riboflavin 204	Practices to Avoid 303	
3.3 Health Effects and Recommended Intakes of Fats 67	Niacin 205	11.2 Breastfeeding 307	
Fats and Heart Health 67	Pantothenic Acid and Biotin 205	12.1 Nutrition of the Infant 319	
Recommendations 70	Vitamin B6 206	Nutrient Needs during Infancy 319	
4 Protein 87	Folate 206	16.2 Parenteral Nutrition 452	
Nitrogen Balance 90	Vitamin B12 207	Candidates for Parenteral Nutrition 452	
اصول ژنتیک امری، ترجمه و تالیف دکتر محمد، ضامن، دلمی، انتشارات چاپخانه ۲۰۱۲			ژنتیک

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	تغذیه در سلامت و بیماری	۰۶/۱۷	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۲	غذا، مواد مغذی، طبقه بندی آنها، گروههای غذایی	۰۶/۲۴	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۳	کربوهیدرات ها متابولیسم و نقش آنها در بدن،	۰۷/۰۷	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۴	پروتئین ها، متابولیسم و نقش آنها در بدن، بالانس نیتروژن	۰۷/۱۴	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱

۵	چربی ها، متابولیسم و نقش آنها در بدن، اسیدهای چرب و استرول، فسفولیپید	۰۷/۲۱	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۶	نمایه گلیسمیک و دیابت، چربی ها و بیماری های قلبی عروقی، پروتئین و سلامت	۰۷/۲۸	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۷	ریز مغذی ها (ویتامینها، املاح)، طبقه بندی، اعمال،	۰۸/۰۵	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۸	ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، مسمومیت و منابع غذایی ویتامین های محلول در آب	۰۸/۱۲	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۹	ساختمان شیمیایی، نقش، کمبود، مسمومیت و منابع غذایی ویتامین های محلول چربی	۰۸/۱۹	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۱۰	عناصر معدنی، نقش و متابولیسم آنها در بدن، علائم کمبود و مسمومیت املاح و مواد معدنی	۰۸/۲۶	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۱۱	اجزاء انرژی مصرفی، متابولیسم انرژی، چاقی و لاغری، بالانس انرژی، مدیریت وزن، کاهش وزن	۰۹/۰۳	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۱۲	ابزارهای اندازه گیری وضعیت تغذیه،	۰۹/۱۰	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۱۳	بیماری های ناشی از سوء تغذیه	۰۹/۱۷	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۱۴	تغذیه در گروههای آسیب پذیر، پیش از بارداری، بارداری و پس از بارداری و دوران شیردهی	۰۹/۲۴	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۱۵	تغذیه در گروههای آسیب پذیر، نوزادان، شیرخواران	۱۰/۰۸	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۳-۵-۱
۱۶	تغذیه در گروههای آسیب پذیر، جوانان میانسالان، سالمندان	۱۰/۱۵	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱
۱۷	تغذیه در بیمارستان، تغذیه در استرس حاد، تغذیه انترال و پارتنترال،	۱۰/۲۲	۱۴-۱۶	سخنرانی	ویدئو پروژکتور	۵-۱

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:	روش ارزشیابی
الف: تشریحی (۱- گسترده پاسخ ۲- کوتاه پاسخ) (ب: عینی (۱- چند گزینه ای ۲- جورکردنی ۳- صحیح / غلط)	
۲- مشاهده عملکرد (چک لیست)	۵- مشارکت کلاسی
۳- انجام تکالیف عملی و پروژه	
۴- مصاحبه (شفاهی)	۷- سایر (لطفاً قید نمایید)
۶- آزمون (کوئیز)	

امضاء:

تاریخ تکمیل فرم: ۱۴۰۳/۰۶/۱۷