



فرم طرح دوره دروس نظری و عملی

(Course Plan)



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

دانشکده: پزشکی گروه آموزشی: تغذیه و بیوشیمی نام درس: اصول کلی تغذیه نیمسال اول: ۱۴۰۱

نام و شماره درس: اصول کلی تغذیه - کد درس: ۱۲۵	رشته و مقطع تحصیلی: دکترای حرفه ای
روز و ساعت برگزاری: شنبه ها ساعت ۱۴-۱۶	محل برگزاری: دانشکده پزشکی
تعداد و نوع واحد (نظری/عملی): ۲ واحد (نظری)	
دروس پیش نیاز: مقدمات علوم تشریح	
نام مدرسین: آقای دکتر سید مصطفی عربی - خانم دکتر شیرین امیری مقدم	نام مسئول درس: دکتر سید مصطفی عربی
آدرس دفتر: پردیس - دانشکده پزشکی - طبقه سوم - اتاق ۳۱۳	تلفن و روزهای تماس: همه روزه
	آدرس Email: Arabim1@nums.ac.ir

هدف/اهداف کلی درس در ابعاد دانشی، نگرشی و مهارتی:

۱- هدف از این درس، شناخت تاثیر تغذیه بر سلامتی، گروه های غذایی، تغذیه در جمعیت های مختلف جمعیتی، ارائه توصیه های تغذیه ای در بالین است به نحوی که دانشجوی را برای تجزیه شرایط افراد و تحلیل نیاز های تغذیه ای در بیماری ها آماده سازد.

۲- این درس به بررسی تغذیه اساسی و تغذیه در شرایط و گروه های ویژه نیز می پردازد.

* اهداف اختصاصی (ویژه) درس در سه حیطه دانشی، نگرشی و مهارتی:

- ۱) فراگیر در مراحل مختلف تدریس تغذیه اساسی در بحث های گروهی فعالانه شرکت می کند.
- ۲) فراگیر در یادگیری این درس به سایر دانشجویان، تشویق و ترغیب گردد.
- ۳) فراگیر در تمام مراحل مختلف تدریس با حرکات سر و برقراری ارتباط چشمی نسبت به موضوع درس توجه نشان دهد.
- ۴) گروه های غذایی مورد استفاده در رژیم انسان را تعیین کند.
- ۵) مشخصات کربوهیدرات ها، پروتئین و چربی را توضیح دهد و محاسبه انرژی و مقدار نیاز را درک کند.
- ۶) نکات اولیه در خصوص الزامات رژیم غذایی را بشناسد و نکات کاربردی بالینی مرتبط با مصرف گروه های غذایی در سلامت انسان را بیان کند.
- ۷) انواع ویتامین ها و مواد معدنی را بشناسد و آنها را بیان کند.
- ۸) با کاربرد ویتامین ها در سلامت انسان و عملکرد آنها را شرح دهد.
- ۹) منابع غذایی، کمبود ها و مسمومیت ها مرتبط با ویتامین ها را درک کند.
- ۱۰) با کمک استاد و سایر دانشجویان بتواند دریافت های حدودی ویتامین ها و مواد معدنی مورد نیاز انسان را تعیین کند.
- ۱۱) چاقی و سوء تغذیه را کامل درک کند و شرح دهد.
- ۱۲) شاخص توده بدنی بشناسد و طبقه بندی را شرح دهد.

- ۱۳) سوء تغذیه در گروه های متخلف را از نوزادی تا سالمندی را شرح دهد.
- ۱۴) نیاز های تغذیه ای در مادران باردار و شیرده را بشناسد.
- ۱۵) اصول کلی تغذیه در نوزادان و اطفال را توضیح دهد.
- ۱۶) نیاز های تغذیه در سالمندی را درک کند و تغییرات را توضیح دهد.
- ۱۷) اجزای و نکات کلیدی ارزیابی وضعیت تغذیه ای را شرح دهد.
- ۱۸) اصول تنظیم برنامه غذایی درک کرده و توصیه های تغذیه ای کلی با توجه به شرایط بیمار ارائه دهد.
- ۱۹) فراگیر قادر باشد با استفاده از ترازو، قد سنج دیواری شاخص توده بدنی را محاسبه کرده و طبقه بندی را توضیح دهد.
- ۲۰) با انواع فراورده های تغذیه ای در نوزادان و کودکان آشنا باشد و ارزش تغذیه ای آنها را تشخیص دهد.
- ۲۱) در بیماران با شرایط خاص از قبیل دیابت یا قلبی شرایط تغذیه ای را تشخیص دهد و توصیه های تغذیه ای ارائه دهد.

* در خصوص اهداف شناختی میتوان از سوالات چندگزینه ای، صحیح-غلط، تشریحی، کوتاه پاسخ، کامل کردنی، PMP^1 و KF^2 استفاده کرد. برای اهداف مهارتی می توان از آزمون های عملی مثل $Log Book$ استفاده کرد، در خصوص اهداف نگرشی می تواند از سوالات در قالب پرسشنامه نظرسنجی یا چک لیست مشاهده عملکرد استفاده کرد.

¹ Patient Management Problem

²Key Feature

جدول زمان بندی ارائه درس: اصول تغذیه اساسی نیمسال اول: ۱۴۰۱

ردیف	تاریخ	ساعت	موضوع	مدرس	آمدگی دانشجویان قبل از شروع کلاس
۱		۱۶-۱۴	شناخت گروه ها غذایی	دکتر امیری مقدم	
۲		۱۲-۱۰	شناخت و کاربرد درشت مغذی ها	دکتر امیری مقدم	مطالعه جلسه قبل
۳		۱۲-۱۰	شناخت و کاربرد درشت مغذی ها	دکتر امیری مقدم	مطالعه جلسه قبل
۴		۱۲-۱۰	محاسبه انرژی در تمام گروه های سنی	دکتر امیری مقدم	مطالعه جلسه قبل
۵		۱۲-۱۰	ویتامین های محلول در آب	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۶		۱۲-۱۰	ویتامین های محلول در آب	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۷		۱۲-۱۰	ویتامین های محلول در چربی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۸		۱۲-۱۰	ویتامین های محلول در چربی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۹		۱۲-۱۰	منابع غذایی، کمبود ها، و مسمویت های ناشی از ویتامین ها	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۰		۱۲-۱۰	تعریف چاقی، و پاتوژنز چاقی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۱		۱۲-۱۰	سوءتغذیه در گروه های مختلف سنی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۲		۱۲-۱۰	تغذیه در نوزادان، کودکان و نوجوانان	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۳		۱۲-۱۰	تغذیه در بزرگسالی و سالمندی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۴		۱۲-۱۰	اصول تنظیم برنامه غذایی	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۵		۱۲-۱۰	توصیه های تغذیه در بیماری ها	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل
۱۶		۱۲-۱۰	توصیه های تغذیه در بیماری ها	دکتر عربی	مطالعه جلسه قبل

جدول ۲: زمان بندی ارائه برنامه تمرین عملی (اصول تغذیه) نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱		
جلسه	موضوع مبحث عملی	مدرس
۱	اصول کار با ترازو، قد سنج و اندازه گیری محیط بدنی	دکتر عربی
محل برگزاری کلاس عملی: آزمایشگاه تغذیه و بیوشیمی دانشکده پزشکی (طبقه سوم دانشکده پزشکی)		

منابع اصلی درس (فارسی و لاتین): (عنوان کتاب، نام نویسنده، سال و محل انتشار، نام ناشر، شماره فصول یا صفحات مورد نظر در این درس - در صورتی که مطالعه همه کتاب یا همه مجلدات آن به عنوان منبع ضروری نباشد).

- **Krause Nutrition. latest edition**
- **Modern Nutrition. latest edition**
- **Basic clinical Nutrition. latest edition**
- **Understanding Nutrition. Attest edition**

منابع فرعی درس:

- ۱- استفاده از نرم افزار AnthroPlus
- ۲- نرم افزار Body mass Calculator

روش تدریس:

فایل مولتی مدیا در سامانه نوید، و به صورت کنفرانس و پرسش و پاسخ (در صورت مجازی شدن برخی کلاس ها) با کمک ارایه پاورپوینت و سخنرانی استاد و پرسش و پاسخ بصورت نمایشی (با بکار بردن بعضی از تصاویر در تدریس نظری) ایجاد گروههای همهمه (Buzz group) استفاده از طوفان مغزی یا بارش افکار (Brain storming)

وظایف فراگیران:

- حضور کاملا به موقع در کلاس
- رعایت نظم و احترام کلاس
- مطالعه مباحث هر جلسه قبل از کلاس
- شرکت در کلاس درس و حضور فعال در بحث ها
- انجام به موقع تکالیف محوله
- حضور فعال در بحث های گروهی خود (گروه های کوچک)
- آمادگی برای امتحان های تعیین شده در تاریخ مشخص

نحوه ارزیابی دانشجویان و بارم مربوطه:

(هر استاد بسته به سیاست خود برای ارزیابی دانشجویان می تواند مواردی را به این بند اضافه نماید).

آزمون نظری پایان ترم	۱۶ نمره
کوئیزها و تکلیف آموزشی	۲ نمره
نظم آموزشی	۲ نمره
آزمون های پایان ترم نظری و کوئیزها در سالن آزمون و بصورت الکترونیکی برگزار خواهد شد. در پایان هر آزمون، قابلیت آنالیز آزمون برای هر دانشجو وجود دارد.	
جمع	۲۰

سیاست مسئول دوره در مورد برخورد با غیبت و تاخیر دانشجویان در کلاس درس:

- در خصوص غیبت غیر موجه و بیش از حد مجاز مطابق با مصوبه شورای آموزشی دانشکده برخورد خواهد شد.
- برای هر جلسه غیبت غیر موجه ۰/۲۵ از نمره نهایی کسر می گردد.
- حضور دانشجویان حداقل ۵ دقیقه قبل از شروع کلاس درس الزامی می باشد و در صورت تکرار تاخیر، به ازای هر دو جلسه تاخیر، یک جلسه غیبت غیر موجه برای دانشجویان در نظر گرفته می شود.
- غیبت دسته جمعی توسط کلیه دانشجویان کلاس، به معاونت آموزشی دانشکده اطلاع داده شده و با کسر ۲ نمره از نمره کل محاسبه می گردد.

سایر تذکرات مهم برای دانشجویان:

- حضور منظم در سر کلاس ها، بعلت وابستگی شدید هر محتوی کلاس و درس مربوطه برای کلاس ها و دروس بعدی
- دانشجویان موظف است تکالیفی که در طول دوره مطرح می شود را انجام داده و ارائه نمایند.
- دانشجویان موظف است با منتور (دانشجویان پزشکی سال بالایی) خود همکاری کنند و برای یادگیری بهتر با ایشان در ارتباط باشند.
- دانشجویان موظف است دروس را مطالعه و به پرسش های در کلاس پاسخ دهد.
- در صورت نیاز و تشخیص استاد کلاس جبرانی برای تکمیل مباحث برگزار خواهد شد.
- با اطلاع قبلی کوئیز اخذ خواهد شد.
- به افراد فعال در کلاس نمره تشویقی تعلق خواهد گرفت.
- در صورت مشاهده یا گزارش موارد تقلب، دانشجویان به معاونت آموزشی دانشکده ارجاع شده و در این خصوص، مطابق مقررات آموزشی دانشگاه عمل خواهد شد.