



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان گیلان

دانشکده / مرکز آموزشی درمانی

دانشکده بهداشت

گروه آموزشی تغذیه

طرح دوره Course Plan

مشخصات فراگیران			مشخصات درس				
رشته تحصیلی: علوم تغذیه			عنوان واحد درسی: مکمل های غذایی				
مقطع تحصیلی: کارشناسی			نوع واحد درسی: اختصاصی (اجباری)				
ترم تحصیلی: ششم			کارورزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۱	واحد
بخش:	سال:	کارآموز	کارورزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۱۷	ساعت
بخش:	سال:	کارورز	تاریخ تصویب برنامه آموزشی توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ۱۳۹۷/۹/۱۸			پیشنیاز: داروشناسی	کد درس: ۳۹
بخش:	سال:	دستیار					
سایر:			سایر:				
مسؤل درس							
رشته تحصیلی: علوم تغذیه			نام و نام خانوادگی: نسیم عابدی منش				
رتبه علمی: استادیار			مقطع تحصیلی: PhD				
پست الکترونیک: abedimanesh@zums.ac.ir			شماره تماس: ۰۲۴-۳۳۷۷۲۱۰۰				
آدرس محل کار: ساختمان پردیس - گروه تغذیه							
نام و نام خانوادگی مدرسان: دکتر نسیم عابدی منش							
بازنگری با رویکرد «پاسخگویی اجتماعی و بهره وری آموزشی»			تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۱۰/۱۲		نحوه برگزاری دوره:		
شماره جلسات بازنگری شده:	تاریخ تصویب توسط شورای EDC: ۱۴۰۰/۰۰/۰۰	ترکیبی			مجازی	حضور	
			تاریخ تأیید توسط شورای EDO: ۱۴۰۳/۱۱/۲۱				

اهداف آموزشی

❖ هدف کلی:

آشنایی فراگیران با:

✓ انواع مکمل ها و فرمولاهای رایج در تغذیه

✓ مکانیسم عمل و تاثیر مکمل ها بر بدن

✓ موارد مصرف و منع مصرف مکمل ها

اهداف اختصاصی (رفتاری): در پایان برنامه آموزشی، انتظار می رود فراگیران قادر باشند:

حیطه شناختی:

- مفهوم مکمل های غذایی را شرح دهد.
- انواع مکمل های غذایی را توضیح دهد.
- مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در چربی را توضیح دهد .
- نحوه ی تجویز و کاربرد مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در چربی را توضیح دهد .
- مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در آب را توضیح دهد .
- نحوه ی تجویز و کاربرد مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در آب را توضیح دهد .
- انواع مکمل های غذایی بر پایه املاح معدنی را شرح دهد.
- نحوه ی تجویز و کاربرد مکمل های غذایی بر پایه املاح معدنی را توضیح دهد .
- انواع مکمل های غذایی بر پایه درشت مغذی ها (مکمل های فیبر، روغن متوسط زنجیر و...) را شرح دهد.
- نحوه ی تجویز و کاربرد مکمل های غذایی بر پایه درشت مغذی ها را توضیح دهد .
- مفهوم و انواع غذاهای عملکردی را شرح دهد.
- انواع مکمل های غذایی بر پایه فیتوکمیکال ها را شرح دهد .
- نحوه ی تجویز و کاربرد مکمل های غذایی بر پایه فیتوکمیکال ها را توضیح دهد .

- انواع مکمل های غذایی ورزشکاران را شرح دهد.

- موارد مصرف و منع مصرف مکمل های ورزشکاری را توضیح دهد.

- مکمل های غذایی رایج برای کاهش و افزایش وزن را شرح دهد.

- موارد مصرف و منع مصرف مکمل های چاقی و لاغری را شرح دهد.

- انواع فرمولاهای بیمارستانی را توضیح دهد.

❖ **حیطه عاطفی**

❖ **حیطه روانی حرکتی**

روش های تدریس

سخرانی	پرسش و پاسخ	بحث گروهی	ایفای نقش
کارگاه آموزشی	نمایش عملی	PBL	پانل
گردش علمی	گزارش صبحگاهی	جورنال کلاب	گروه کوچک
Bedside teaching	Grand Round	Case Based Discussion	بیمار شبیه سازی شده

سایر روش های تدریس:

مواد و وسایل آموزشی

کتاب	جزوه	پاورپوینت	وایت برد	تصویر / عکس	کاتالوگ / بروشور	نمودار / چارت
فایل صوتی	فیلم آموزشی	نرم افزار	ماکت	اشیاء واقعی	بیمار استاندارد شده	بیمار واقعی

سایر مواد و وسایل آموزشی:

مکان برگزاری آموزش

کلاس	سالن	سایت اینترنت	وب (مجازی)	Media Lab	Skill Lab	عرصه	درمانگاه / بخش	جامعه
------	------	--------------	--------------	-----------	-----------	------	----------------	-------

سایر مکان های آموزشی:

تجارب یادگیری (مرتبط با استاد)

- پرسش و پاسخ و بحث گروهی جهت یادگیری هر چه موثرتر مطالب

تکالیف یادگیری (مرتبط با فراگیر)

- مطالعه منظم مطالب مورد بحث قرار گرفته در کلاس و دارا بودن آمادگی کامل در جلسه ی بعد جهت ارزشیابی احتمالی از جلسات قبلی درس

ضوابط آموزشی و سیاست های مدرس

انتظارات: دانشجویان بایستی حضور به موقع و منظم، کامل و فعال در کلاس داشته باشند. در صورت تعداد غیبت بیش از حد مجاز درس آنها حذف خواهد شد. در زمان حضور در کلاس بایستی جو همراه با احترام متقابل و توجه کامل به مطالب ارائه شده حاکم باشد.

مجازها: ورود و خروج از کلاس (در صورت اضطرار)

محدودیتها: چک کردن گوشی موبایل و یا صحبت کردن با آن

توصیه های ایمنی (دروس عملی / آزمایشگاهی / بالینی / عرصه)

فهرست منابع درسی

- Mahan, L.K. and Raymond J.L. Krause's Food and the Nutrition Care Process, 14th Edition
- Crash Course: Pharmacology Updated Print + eBook edition 4th Edition, Elisabetta Battista MBBS BSc

روش ارزیابی

Long Case	OSCE	صحیح / غلط	جور کردنی	چند گزینه ای	کوته پاسخ	گسترده پاسخ
Short Case	DOPS	Mini CEX	Key Feature	360 ⁰	Portfolio	Log Book
مصاحبه	چک لیست	PUZZLE	CRP	SCT	PMP	Clinical Work Sampling

سایر: تکالیف عملی

بارم بندی نمره (نمره از ۲۰ می باشد)

حضور و مشارکت فعال: نمره	تکالیف کلاسی: ۱ نمره	کار عملی: نمره
کوئیز: نمره	امتحان میان ترم/ دوره:	امتحان پایان ترم/ دوره: ۱۹ نمره
سایر موارد:		

جدول عناوین محتوای نظری

شماره جلسه	عنوان برنامه	ملاحظات
۱	مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در چربی	
۲	مکمل های غذایی بر پایه ویتامین های محلول در آب	
۳	مکمل های غذایی بر پایه مواد معدنی (ماکرومینرال)	
۴	مکمل های غذایی بر پایه مواد معدنی (میکرومینرال)	
۵	مکمل های غذایی بر پایه درشت مغذی ها	
۶	مکمل های غذایی بر پایه گیاهان (غذاهای عملکردی)	
۷	مکمل های ورزشکاران	
۸	مکمل های چاقی، لاغری و انواع فرمولاهای بیمارستانی	
۹	امتحان پایان ترم	

تذکر: ساعت، روز و تاریخ برگزاری جلسات، در شروع برنامه آموزشی، توسط مسؤول درس / کارشناس آموزش، به فراگیران اطلاع رسانی خواهد شد، لذا درج زمان در جدول فوق ضرورت ندارد.

جدول عناوین محتوای عملی

شماره جلسه	عنوان برنامه آموزشی	ملاحظات
۱		
۲		
۳		
۴		
۵		
۶		
۷		
۸		
۹		
۱۰		
۱۱		
۱۲		
۱۳		
۱۴		
۱۵		
۱۶		
۱۷		

تذکر: ساعت، روز و تاریخ برگزاری جلسات، در شروع برنامه آموزشی، توسط مسؤول درس / کارشناس آموزش، به فراگیران اطلاع رسانی خواهد شد، لذا درج زمان در جدول فوق ضرورت ندارد.

جدول برنامه کارآموزی/کارورزی

مدرس (مدرسان)	مکان ارائه	عنوان برنامه آموزشی	طول دوره*		
			ماه	روز	ساعت

تذکر: ساعت، روز و تاریخ برگزاری جلسات، در شروع برنامه آموزشی، توسط مسؤول درس / کارشناس آموزش، به فراگیران اطلاع رسانی خواهد شد، لذا درج زمان در جدول فوق ضرورت ندارد.