



دانشکده / مرکز آموزشی درمانی
دانشکده بهداشت
گروه آموزشی تغذیه

طرح دوره Course Plan

مشخصات فراگیران			مشخصات درس				
رشته تحصیلی: علوم تغذیه			عنوان واحد درسی: تغذیه در گروه های ویژه				
مقطع تحصیلی: کارشناسی			نوع واحد درسی: اختصاصی (اجباری)				
ترم تحصیلی: پنجم			کارآموزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۲	واحد
بخش:	سال:	کارآموز	کارآموزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۳۴	ساعت
بخش:	سال:	کارورز	تاریخ تصویب برنامه آموزشی توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ۱۳۰۰/۰۰/۰۰			پیشنیاز: اصول تنظیم برنامه غذایی، ارزیابی وضعیت تغذیه	کد درس: ۴۷
بخش:	سال:	دستیار					
سایر:			سایر:				
مسؤل درس							
رشته تحصیلی: علوم تغذیه			نام و نام خانوادگی: مهران رحیملو				
رتبه علمی: استادیار			مقطع تحصیلی: PhD				
پست الکترونیک: Rahimlou.m@zums.ac.ir			شماره تماس: ۰۲۴-۳۳۷۷۲۱۰۰				
آدرس محل کار: ساختمان پردیس - گروه تغذیه							
نام و نام خانوادگی مدرسان: دکتر مهران رحیملو							
بازنگری با رویکرد «پاسخگویی اجتماعی و بهره وری آموزشی»			تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۱۱/۱۵		نحوه برگزاری دوره:		
		حضور			مجازی	ترکیبی	

شماره جلسات بازنگری شده:	تاریخ تصویب توسط شورای EDC: ۱۴۰۰/۰۰/۰۰	تاریخ تأیید توسط شورای EDO: ۱۴۰۰/۰۰/۰۰			
-----------------------------	--	--	--	--	--

اهداف آموزشی

❖ هدف کلی:

آشنایی فراگیران با نیازهای فیزیولوژیک و تغییرات متابولیک در گروه‌های آسیب‌پذیر و ویژه (مادران باردار و شیرده، شیرخواران، کودکان، نوجوانان، سالمندان، ورزشکاران و گروه‌های با نیازهای خاص) و توانمندی در طراحی برنامه‌های غذایی مناسب برای ارتقای سلامت این گروه‌ها.

اهداف اختصاصی

حیطه شناختی:

- آشنایی ورزشکاران با نیازهای غذایی.
- نقش هر یک از گروه‌های غذایی را در تأمین نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران بیان کند.
- هرم غذایی ورزشکاران را ترسیم کند.
- نیازهای تغذیه‌ای گروه‌های مختلف ورزشکاران را بیان کند.
- با نیازهای تغذیه‌ای گیاهخواران آشنایی پیدا کند.
- هرم‌های راهنمای غذایی را در انواع گروه‌های گیاهخواری ترسیم کند.
- با مکمل‌ها و جانشین‌های تغذیه‌ای در گیاهخواران آشنا شود.
- با مزایای گیاهخواری در پیشگیری و کنترل بیماری‌ها و مسائل تغذیه‌ای خاص آشنا شود.
- با تأثیر مواد اعتیادآور بر نیازهای تغذیه‌ای آشنا شود.
- با مسائل و نیازهای تغذیه‌ای انسان، با تأکید بر گروه‌های سنی مختلف، در شرایط اضطراری و گرسنگی آشنا شود.
- با روش‌های غربالگری، شاخص‌های مناسب و ابزارهای سریع ارزیابی وضعیت تغذیه افراد در معرض خطر تغذیه‌ای، در بحران‌های اجتماعی و بلایای طبیعی آشنا شود.
- با نیازهای تغذیه‌ای نظامیان آشنا شود.
- با انواع ناتوانی‌های جسمی و ذهنی آشنا شود.

• نحوه ارزیابی وضعیت تغذیه‌ای افراد دارای ناتوانی‌های ذهنی و جسمی را بداند

حیطه رفتاری/مهارتی

- نیازهای انرژی و مواد مغذی گروه‌های ویژه را با استفاده از جداول و فرمول‌های مربوطه محاسبه کند.
- یک برنامه غذایی متناسب با نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران، گیاهخواران، معتادان، نظامیان و افراد دارای ناتوانی جسمی یا ذهنی تنظیم کند.
- هرم غذایی مناسب برای ورزشکاران و انواع گیاهخواران را ترسیم و ارائه کند.

- مکمل‌های ورزشی و جانشین‌های تغذیه‌ای را در شرایط آموزشی یا بالینی شناسایی و طبقه‌بندی کند .
- از ابزارهای غربالگری و ارزیابی سریع وضعیت تغذیه‌ای برای بررسی افراد در معرض خطر سوءتغذیه استفاده کند .
- داده‌های مربوط به وضعیت تغذیه‌ای افراد را به‌صورت عملی ثبت، تفسیر و در پرونده تغذیه‌ای مستندسازی کند .
- بر اساس داده‌های آزمایشگاهی و بالینی، یک مداخله تغذیه‌ای مناسب برای افراد دارای نیازهای خاص پیشنهاد و تدوین کند .
- ❖ در سناریوهای آموزشی، رژیم‌های مناسب را برای افراد دارای محدودیت‌های جسمی یا ذهنی به‌صورت عملی طراحی و تنظیم نماید.

❖ حیطه عاطفی

- نیازهای کالری و مواد مغذی مورد نیاز یک فرد ورزشکار را محاسبه کند .
- یک رژیم غذایی برای یک فرد ورزشکار طراحی و بنویسد .
- کاربرد هر یک از مکمل‌های ورزشی را تفسیر کند .
- هرم‌های راهنمای غذایی را در انواع گیاهخواران تفسیر کند .
- نیازهای کالری و مواد مغذی در گیاهخواران را محاسبه و تفسیر کند .
- مداخلات تغذیه‌ای مناسب در افراد معتاد را انجام دهد .
- داده‌های آزمایشگاهی مرتبط با تغذیه در افراد دارای ناتوانی‌های جسمی و ذهنی را تفسیر کند .

● رژیم‌های مناسب برای بیماران ناتوان ذهنی و جسمی طراحی کند.

روش‌های تدریس

سخنرانی	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 روش‌های تدریس:

مواد و وسایل آموزشی

کتاب	جزوه	پاورپوینت	وایت‌برد	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 کنفرانس	سایت اینترنت	وب (مجازی)	Media Lab	Skill Lab	عرصه	درمانگاه / بخش	جامعه
------	--------------	--------------	--------------	-----------	-----------	------	----------------	-------

سایر مکان‌های 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
- Modern Nutrition in health & disease, 11th edition

روش ارزیابی

Long Case	OSCE	صحیح / غلط	جورکردنی	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	آشنایی با انواع رژیم‌های گیاه‌خواری و طبقه‌بندی آن‌ها	
۲	بررسی فواید، محدودیت‌ها و نیازهای تغذیه‌ای گیاه‌خواران در مراحل مختلف زندگی	
۳	معرفی مواد اعتیادآور و بررسی اثرات آن‌ها بر وضعیت تغذیه‌ای	
۴	مداخلات تغذیه‌ای در اعتیاد و نقش تغذیه در پیشگیری و درمان	
۵	تغذیه در بحران‌ها و شرایط اضطراری: مفاهیم، نیازها و چالش‌ها	
۶	غربالگری تغذیه‌ای در بحران‌ها، امداد غذایی و اصول تدوین جیره	
۷	تاریخچه تغذیه نظامی و نیازهای تغذیه‌ای نیروهای مسلح	
۸	آزمون میان‌ترم	
۹	مفاهیم فعالیت بدنی، ورزش و مسابقه و مبانی تامین انرژی در ورزشکاران	
۱۰	نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران و اصول برنامه‌ریزی تغذیه قبل، حین و بعد از فعالیت ورزشی	
۱۱	مدیریت وزن، مکمل‌های ورزشی و نوشیدنی‌های ورزشی	
۱۲	نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران در دوره‌های خاص زندگی: کودکی، نوجوانی و سالمندی	
۱۳	فرایند مراقبت‌های تغذیه‌ای در ناتوانی‌های جسمی و ذهنی	
۱۴	تغذیه و جیره غذایی نظامیان	
۱۵	انواع جیره‌های غذایی نظامیان و کاربرد آن‌ها	
۱۶	فرایند مراقبت‌های تغذیه‌ای در اوتیسم و سندروم داون	

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.