

دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس
دانشکده علوم پزشکی

اطلاعات مربوط به استاد:

نام استاد: دکتر علیرضا محتشمی آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی رشته تحصیلی: علوم تغذیه سابقه آموزشی: ۱۵ سال گروه آموزشی: مامایی سابقه تدریس درس مورد نظر: ۱۵ سال شرکت در کارگاه های آموزشی: طرح درس ■ روش ارزشیابی دانشجو □ طراحی سوالات امتحانی □ روش تدریس □

اطلاعات مربوط به فراگیران:

رشته تحصیلی: مامایی مقطع تحصیلی: کارشناسی نیم سال تحصیلی: اول ۹۸-۹۹ دانشکده: علوم پزشکی تعداد فراگیران:

اطلاعات مربوط به درس:

کد درس: ۲۱

پیش نیاز: بیوشیمی - فیزیولوژی ۱ و ۲

نام درس: اصول تغذیه مادر و کودک نوع درس: تئوری ■ عملی □ کارآموزی □ تعداد واحد: ۲ ارزشیابی تکوینی: دارد ■ ندارد □

تأیید محتوایی و اجرایی طرح درس:

امضای مدیر گروه

هدف کلی: آشنایی با کلیات تغذیه و ترکیب شیمیایی بدن

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه اول	۱- اصطلاحات تغذیه ای	۱- اصطلاحات تغذیه ای را شرح دهد.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم تکالیف دانشجو
	۲- نقش غذا	۲- نقش غذا را توضیح دهد.	۲. شناختی	Must learn		
	۳- نقشهای مواد مغذی	۳- نقشهای مواد مغذی را توضیح دهد.	۳. شناختی	Must learn		
	۴- ترکیب شیمیایی بدن	۴- ترکیب شیمیایی بدن را شرح دهد.	۴. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با کربوهیدراتها

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه دوم	۱- طبقه بندی کربوهیدراتها	۱- طبقه بندی کربوهیدراتها را توضیح دهد.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم تکالیف دانشجو
	۲- نقش و منابع آنها	۲- نقش و منابع کربوهیدراتها را بیان نماید.	۲. شناختی	Must learn		
	۳- پیشنهاد مصرف	۳- پیشنهاد مصرف کربوهیدراتها را بیان نماید.	۳. شناختی	Must learn		
	۴- عوارض کمبود و زیاده روی	۴- عوارض کمبود و زیاده روی مصرف آنها را شرح دهد.	۴. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با لیپیدها

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه سوم	۱- طبقه بندی لیپیدها ۲- نقش و منابع لیپیدها ۳- پیشنهاد مصرف ۴- عوارض کمبود و زیاده روی مصرف	۱- طبقه بندی لیپیدها را توضیح دهد.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجو شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نقش و منابع لیپیدها را بیان نماید.	۲. شناختی	Must learn		
		۳- پیشنهاد مصرف لیپیدها را بیان نماید.	۳. شناختی	Must learn		
		۴- عوارض کمبود و زیاده روی مصرف آنها را شرح دهد.	۴. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با پروتئین ها

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه چهارم	۱- طبقه بندی اسیدهای آمینه ۲- نقش و منابع پروتئین ها ۳- پیشنهاد مصرف	۱- طبقه بندی اسیدهای آمینه را شرح دهد	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نقش و منابع پروتئین ها را بیان نماید.	۲. شناختی	Must learn		
		۳- پیشنهاد مصرف پروتئین ها را بیان نماید.	۳. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با ویتامین های محلول در چربی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه پنجم	۱- طبقه بندی ویتامین ها ۲- نقش و منابع ویتامین ها ۳- علائم کمبود ویتامین ها	۱- طبقه بندی ویتامین ها را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نقش و منابع ویتامین ها را توضیح دهد.	۲. شناختی	Must learn		
		۳- علائم کمبود ویتامین ها را شرح دهد.	۳. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با ویتامین های محلول در آب

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه ششم	۱- طبقه بندی ویتامین ها ۲- نقش و منابع ویتامین ها ۳- علائم کمبود ویتامین ها	۱- طبقه بندی ویتامین ها را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجو شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نقش و منابع ویتامین ها را توضیح دهد.	۲. شناختی	Must learn		
		۳- علائم کمبود ویتامین ها را توضیح دهد.	۳. شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با مواد معدنی غذایی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه هفتم	۱- طبقه بندی مواد معدنی ۲- نقش مواد معدنی ۳- منابع غذایی مواد معدنی ۴- علائم کمبود مواد معدنی	۱- طبقه بندی مواد معدنی توضیح دهد.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و سوال و پرسش اسلاید، کامپیوتر و ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نقش مواد معدنی را شرح دهد.	شناختی	Must learn		
		۳- منابع غذایی مواد معدنی را توضیح دهد.	۲. شناختی	Must learn		
		۴- علائم کمبود مواد معدنی را توضیح دهد.	شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با آب و انرژی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه هشتم	۱- نقش و توزیع آب در بدن ۲- راه های ورود و خروج آب ۳- منابع انرژی زای غذایی ۴- محاسبه انرژی مورد نیاز	۱- نقش و توزیع آب در بدن را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید ویدئو پرژکتور و وایت بر	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- راه های ورود و خروج آب را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- منابع انرژی زای غذایی را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با بهداشت مواد غذایی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه نهم	۱- روشهای نگهداری مواد غذایی ۲- مسمومیت های غذایی ۳- فساد مواد غذایی	۱- روشهای نگهداری مواد غذایی را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- مسمومیت های غذایی را توضیح دهد	۲- شناختی	Must learn		
		۳- فساد مواد غذایی را توضیح دهد	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: آشنایی با سوء تغذیه

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه دهم	۱- سوء تغذیه ۲- عوامل موثر ۳- انواع سوء تغذیه	۱- سوء تغذیه را تعریف نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- عوامل موثر بر سوء تغذیه را توضیح دهد	۲- شناختی	Must learn		
		۳- انواع سوء تغذیه را شرح دهد	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: سوء تغذیه پروتئین - انرژی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه یازدهم	۱- تعریف ۲- عوامل موثر ۳- اشکال شدید آن	۱- سوء تغذیه پروتئین انرژی را تعریف نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور وایت برد	تکالیف دانشجو شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- عوامل موثر بر آنرا را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- اشکال شدید آنرا را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: روشهای ارزیابی وضع تغذیه

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه دوازدهم	۱- انواع روشهای ارزیابی تغذیه ۲- موارد کاربرد ۳- مزیتها و معایب	۱- انواع روشهای ارزیابی تغذیه را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور وایت برد	تکالیف دانشجو شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- موارد کاربرد آنها را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- مزیتها و معایب آنها را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: تغذیه در نوزادی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه سیزدهم	۱- ویژگیهای نوزادی ۲- نیازمندیهای تغذیه ای ۳- امتیاز تغذیه با شیر مادر	۱- ویژگیهای نوزادی را بیان نماید.	۱- شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نیازمندیهای تغذیه ای را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- امتیاز تغذیه با شیر مادر را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: تغذیه در کودکی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه چهاردهم	۱- ویژگیهای کودکی ۲- نیازمندیهای تغذیه ای ۳- مشکلات تغذیه ای	۱- ویژگیهای کودکی را بیان نماید.	۱- شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نیازمندیهای تغذیه ای را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- مشکلات تغذیه ای آنها را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: تغذیه در بارداری

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه پانزدهم	۱- ویژگیهای بارداری ۲- نیازمندیهای تغذیه ای ۳- مشکلات تغذیه ای	۱- ویژگیهای بارداری را بیان نماید.	۱- شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نیازمندیهای تغذیه ای آن را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		۳- مشکلات تغذیه ای آنها را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: تغذیه در شیردهی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه شانزدهم	۱- ویژگیهای شیردهی ۲- نیازمندیهای تغذیه ای ۳- مشکلات تغذیه ای	۱- ویژگیهای شیردهی را بیان نماید.	۱- شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور و وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		۲- نیازمندیهای تغذیه ای آن را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		مشکلات تغذیه ای آنها را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

هدف کلی: تغذیه در سالمندی

شماره جلسه	رئوس مطالب	رفتارهای ویژه عینی (SOB)	حیطه و سطح یادگیری	Must learn Better to learn Nice to learn	روش تدریس - وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی پایان ترم
جلسه هفدهم	۱- ویژگیهای سالمندی ۲- نیازمندیهای تغذیه ای ۳- مشکلات تغذیه ای	۱- ویژگیهای سالمندی را بیان نماید.	۱. شناختی	Must learn	سخنرانی، بحث و پرسش، اسلاید کامپیوتر، ویدئو پرژکتور وایت برد	تکالیف دانشجوی شرکت فعال در بحث کلاسی و پاسخ به سوالات امتحان پایان ترم
		نیازمندیهای تغذیه ای آن را شرح دهد.	۲- شناختی	Must learn		
		مشکلات تغذیه ای آنها را توضیح دهد.	۳- شناختی	Must learn		

منابع :

1- Mahan L.K, Stump S.E,
Raymond G. Krauses food
and the nutrition care
process.edition14. 2016.

۲- مقالات جدید در سایتهای پزشکی