



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

فرم طرح دوره

نام و نام خانوادگی مدرس: دکتر فاطمه عزیزی سلیمان	۶	نام دانشکده: بهداشت	۱۱	عنوان واحد درسی به طور کامل: بیوشیمی و اصول تغذیه
آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی (PhD)	۷	رشته تحصیلی فراگیران: بهداشت حرفه ای	۱۲	تعداد واحد: ۱ واحد از ۲ واحد
رشته تحصیلی: علوم تغذیه	۸	مقطع: کارشناسی پیوسته	۱۳	تعداد جلسه: ۸
مرتبه علمی: دانشیار	۹	نیمسال تحصیلی: اول ۴۰۴-۴۰۵	۱۴	عنوان درس پیش نیاز: -
گروه آموزشی: تغذیه	۱۰	تعداد فراگیران: ۱۵	۱۵	تاریخ ارائه: ۴۰۴/۰۸/۲۰

هدف کلی دوره:

شماره جلسه	اهداف جزئی	اهداف ویژه رفتاری ^۱	ارزیابی آغازین ^۲	روش تدریس	وسایل آموزشی	شیوه ارزشیابی	
						تکوینی ^۳ و پایانی ^۴	درصد
۱	آشنایی با کربوهیدراتها و پروتئین	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. ۱. انواع اصلی کربوهیدراتها را شناسایی کند و برای هر کدام مثالهایی از منابع غذایی ارائه دهد. ۲. توصیه‌هایی برای مصرف کربوهیدرات و خطرات سلامتی ناشی از مصرف کم یا زیاد آنها را شرح دهد. ۳. عملکردهای کربوهیدراتها در بدن را فهرست کند. ۴. اسیدهای آمینه ضروری و غیرضروری را تعریف کند.	پری تست از درس پیش نیاز	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	شرکت در بحث انجام تکالیف آزمون کتبی (تشریحی و پایان ترم)	۱۰ ۳۰ ۶۰

^۱ براساس سه حیطه اهداف آموزشی: شناختی، عاطفی، روان-حرکتی

^۲ دانسته‌ها و پیش‌آمادگی‌های ورود به درس جدید

^۳ هر نوع ارزشیابی که در طول ترم از عملکرد دانشجویان انجام می‌گیرد.

^۴ هر نوع ارزشیابی که در پایان ترم از عملکرد دانشجویان انجام می‌گیرد.

	چهارگزینه (ای)				۵. بین پروتئین‌های با کیفیت بالا و پایین تمایز قائل شود و منابع هر یک را فهرست کند. ۶. شرح دهد که چگونه دو پروتئین با کیفیت پایین می‌توانند مکمل یکدیگر باشند تا مقادیر مورد نیاز اسیدهای آمینه ضروری را تأمین کنند.	
۱۰	شرکت در بحث	۱. سامانه نوید ۲. نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	۱. در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۲. ساختار شیمیایی اساسی اسیدهای چرب و نحوه نامگذاری آنها را توضیح دهد. ۳. عملکرد تری گلیسریدها، اسیدهای چرب، فسفولیپیدها و استرول‌ها را در بدن شرح دهد. ۴. اسیدهای چرب مختلف را بر اساس فواید یا پیامدهای سلامتی آنها طبقه بندی و ارزیابی کند. ۵. اجزای انرژی مصرفی بدن را بازگو نماید. ۶. محاسبه آب مورد نیاز بدن را به درستی انجام دهد.	آشنایی با چربی، انرژی و آب
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. ویتامین‌ها را بر اساس محلول در چربی یا محلول در آب بودن طبقه بندی کند. ۲. سه منبع غذایی مهم برای هر ویتامین محلول در چربی را فهرست کند. ۳. وظایف اصلی هر ویتامین محلول در چربی را فهرست کند. ۴. علائم کمبود هر ویتامین محلول در چربی را شرح دهد و شرایطی را که احتمالاً کمبود در آنها رخ می‌دهد، بیان کند. ۵. علائم سمیت ناشی از مصرف بیش از حد برخی از ویتامین‌های محلول در چربی را شرح دهد.	آشنایی با ویتامینهای محلول در چربی
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	۱. سه منبع غذایی مهم برای هر ویتامین محلول در آب را فهرست کند. ۲. وظایف اصلی هر ویتامین محلول در آب را فهرست کند. ۳. علائم کمبود هر ویتامین محلول در آب را شرح دهد و شرایطی را که احتمالاً کمبود در آنها رخ می‌دهد، بیان کند.	آشنایی با ویتامینهای محلول در آب
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم					

	(تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. سه منبع غذایی مهم برای هر ماده معدنی عمده را فهرست کند. ۲. وظایف اصلی هر ماده معدنی عمده را فهرست کند. ۳. علائم کمبود هر ماده معدنی عمده را شرح دهد و شرایطی را که احتمالاً کمبود در آنها رخ می‌دهد، بیان کند. ۴. علائم سمیت ناشی از مصرف بیش از حد مواد معدنی عمده را شرح دهد.	۵
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. سه منبع غذایی مهم برای هر ماده معدنی کمیاب را فهرست کند. ۲. وظایف اصلی هر ماده معدنی کمیاب را فهرست کند. ۳. علائم کمبود هر ماده معدنی کمیاب را شرح دهد و شرایطی را که احتمالاً کمبود در آنها رخ می‌دهد، بیان کند. ۴. علائم سمیت ناشی از مصرف بیش از حد مواد معدنی کمیاب را شرح دهد.	۶
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. هرم راهنمای غذایی را تشریح نماید. ۲. گروههای غذایی را نام ببرد و برای هر کدام مثال بزند. ۳. توصیه های غذایی را ذکر نماید. ۴. تفاوت بین هرم‌های غذایی را بیان نماید.	۷
۳۰	انجام تکالیف					
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)					
۱۰	شرکت در بحث	۱- سامانه نوید ۲- نرم افزار پاورپوینت	۱- سخنرانی ۲- پرسش و پاسخ ۳- بحث گروهی	پری تست از جلسه قبل	در پایان این جلسه دانشجو باید بتواند: ۱. روشهای مختلف ارزیابی وضعیت تغذیه را نام ببرد. ۲. محاسبه نمایه توده بدن را به درستی انجام دهد.	۸
۳۰	انجام تکالیف					

۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)				۳. شاخص تعیین چاقی را تشخیص دهد. ۴. انواع سوءتغذیه، علل و نحوه تشخیص آنها را ذکر نماید.		
۳۰	انجام تکالیف						
۶۰	آزمون کتبی پایان ترم (تشریحی و چهارگزینه ای)						

منابع درس:

ردیف	عنوان
۱	Whitney EN, Rolfes SR, Crowe T, Walsh A. Understanding nutrition. Cengage AU; 2019 Aug 30.
۲	KRAUSE'S Food & the Nutrition Care Process, 15th ed; 2020

- هدف کلی در واقع نشان‌دهنده هدف اصلی آن جلسه تدریس خواهد بود که اصولاً یک هدف کلی نگارش شده و سپس به چند هدف ویژه رفتاری تقسیم می‌شود.
- اهداف ویژه رفتاری دارای فعل رفتاری، معیار، محتوا و شرایط بوده و در حیطه‌های شناختی، عاطفی و روان حرکتی طراحی می‌شود. این اهداف در تعیین متد و وسایل آموزشی موثر می‌باشند.
- ارزشیابی بر اساس اهداف می‌توانند به صورت آزمون ورودی (آگاهی از سطح آمادگی دانشجویان)، مرحله‌ای یا تکوینی (در فرایند تدریس با هدف شناسایی قوت و ضعف دانشجویان) و آزمون پایانی یا تراکمی (پایان یک دوره یا مقطع آموزشی با هدف قضاوت در مورد تسلط دانشجویان) برگزار گردد.