

هوالحكيم

دانشکده تغذیه و علوم غذایی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

طرح دوره «نام درس»

جدول شماره ۱: اطلاعات کلی درس

| اطلاعات درس                                                                                                                                                                                                                                |                  |                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|
| نام درس: تغذیه گروه های ویژه                                                                                                                                                                                                               |                  | تعداد واحد: ۲ ( ۲ واحد نظری + ۰ واحد عملی ) |
| گروه هدف: دانشجویان کارشناسی تغذیه                                                                                                                                                                                                         |                  | پیش نیاز درس: فیزیولوژی، تغذیه اساسی ۱ و ۲  |
| گروه آموزشی ارائه دهنده درس: تغذیه جامعه                                                                                                                                                                                                   |                  | شماره درس: ۱۹۵۰۴۵۱                          |
| اطلاعات استاد مسئول درس                                                                                                                                                                                                                    |                  |                                             |
| نام و نام خانوادگی: معصومه اخلاقی                                                                                                                                                                                                          | مرتبه علمی:استاد | گروه آموزشی: تغذیه جامعه                    |
| اطلاعات تماس:                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                             |
| <ul style="list-style-type: none"><li>نشانی محل کار: دانشکده تغذیه و علوم غذایی</li><li>ایمیل: msm.akhlaghi@gmail.com</li><li>تلفن محل کار: ۳۷۲۵۱۰۰۱-۸ داخلی ۳۲۰</li><li>ساعات دسترسی به استاد: شنبه تا چهارشنبه ساعت ۸ تا ۱۴:۳۰</li></ul> |                  |                                             |

| اطلاعات استاد همکار درس                                                                                                                                                                                                                                                             |                   |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------|
| نام و نام خانوادگی: شیوا فقیه                                                                                                                                                                                                                                                       | مرتبه علمی: استاد | گروه آموزشی: تغذیه جامعه |
| اطلاعات تماس:                                                                                                                                                                                                                                                                       |                   |                          |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>نشانی محل کار: شیراز، بلوار رازی، دانشکده تغذیه و علوم غذایی، گروه تغذیه جامعه</li> <li>ایمیل: shivafaghih@gmail.com</li> <li>تلفن محل کار: ۳۷۲۵۱۰۰۱-۸ داخلی ۳۳۲</li> <li>ساعات دسترسی به استاد: شنبه تا چهارشنبه ساعت ۸ تا ۱۴:۳۰</li> </ul> |                   |                          |

## جدول شماره ۲: معرفی درس

| معرفی درس (با توجه به اهداف کاربردی)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>یکی از مسئولیت های شغلی دانشجویان بررسی، نظارت و مشاوره در جهت بهبود وضعیت تغذیه گروه هایی از افراد است که شرایط مشترک دارند. به عنوان مثال سالمندان یکی از گروه های بزرگ و قابل اهمیت در جامعه هستند. یا افراد دارای ناتوانی جسمی و ذهنی یکی از دغدغه های خانواده های درگیر و جامعه می باشند. ورزشکاران و معتادین نیز از گروه هایی هستند که در حوزه وظایف و مسئولیت های کارشناسان تغذیه می گنجند. در این درس دانشجویان به صورت خاص با مشکلات تغذیه ای و نیازهای غذایی سالمندان، ورزشکاران، افراد دارای معلولیت جسمی و ذهنی، گیاهخواران و معتادین به الکل آشنا خواهند شد</p> |  |
| اهداف درس                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| <b>هدف کلی:</b> آشنایی با نیازهای تغذیه ای گروه های خاص                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
| <b>اهداف اختصاصی</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
| اهداف شناختی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| دانشجو باید بتواند:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
| ۱) بیماری های مرتبط با تغذیه دوران سالمندی و نیازمندی های غذایی سالمندان را بیان کند.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| ۲) اصول تغذیه و نیازهای غذایی ورزشکاران را توضیح دهد.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| ۳) اصول تغذیه و نیازهای غذایی در ناتوانی های جسمی و ذهنی را بیان کند.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| ۴) انواع تغذیه گیاهخواران را ذکر کرده و فواید و خطرات احتمالی این رژیم ها را بیان کند.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
| ۵) نقش تغذیه در سلامت استخوان و دندان را تبیین کند.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
| ۶) مشکلات تغذیه ای و نیازهای غذایی در مصرف زیاد الکل را شرح دهد.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| اهداف مهارتی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| —                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
| اهداف نگرشی                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| —                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |

## روش ارائه درس

### راهنمای آموزشی

در شرایط عادی این درس با رویکرد آموزشی یادگیری ترکیبی تدریس می شود. حدود ۷۰ درصد درس به صورت حضوری و ۳۰ درصد با استفاده از شیوه های الکترونیکی به صورت آفلاین ارائه می شود. محتواهای آموزشی با استفاده از Ocam و Camtasia تهیه شده و در سامانه نوید بارگذاری خواهد شد. تکالیف داده شده نیز توسط استاد و دانشجویان در سامانه نوید بارگذاری خواهد شد.

### روش تدریس حضوری

سخنرانی کوتاه استاد، بحث و گفتگو، پرسش و پاسخ

### روش تدریس الکترونیکی

فیلم آموزشی بارگذاری شده در سامانه نوید

## منابع آموزشی

### منابع آموزشی اصلی

- Mahan LK, Scott-Stump S, Raymond JL. (2012) Krause's Food & Nutrition Care Process, 13th edition, Missouri: Saunders.
- McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Sports & Exercise Nutrition, 3rd edition, Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- Watson RR. Handbook of Nutrition in the Aged. 4th Edition
- Marriott B, Birt D, Stalling V, Tates A. Present Knowledge in Nutrition. Basic Nutrition and Metabolism. 11th. Edition.

### منابع آموزشی کمکی

## تجهیزات و امکانات آموزشی

- ویدئو پروژکتور
- دسترسی به سامانه نوید و دسترسی به کلاس مجازی

| نوع ارزشیابی                   | شیوه ارزشیابی دانشجویان               | نمره |
|--------------------------------|---------------------------------------|------|
| ارزشیابی تکوینی<br>(میان دوره) | • انجام تکالیف                        | ۲    |
|                                | • آزمون میانترم (تستی و تشریحی)       | ۷    |
|                                | • مشارکت فعال در بحث و گفتگو (تشویقی) | ۱    |

|    |                                   |                 |
|----|-----------------------------------|-----------------|
| ۱۰ | • آزمون پایان ترم (تستی و تشریحی) | ارزشیابی پایانی |
|    | •                                 | (پایان دوره)    |
| ۲۰ | جمع کل                            |                 |

**ارزشیابی برنامه:** لطفا در انتهای ترم برای ارزشیابی ترمی به لینکی که با همین عنوان در سایت دانشکده قرار داده شده است مراجعه فرمایید.

| گروه هدف: دانشجویان کارشناسی تغذیه |  |       |      | سال ورودی:                         | زمان ارائه درس: نیمسال اول (ترم مهر ۱۴۰۴-۱۴۰۳) |                    |      |                                 |
|------------------------------------|--|-------|------|------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------|------|---------------------------------|
| روز                                |  | تاریخ | ساعت | عنوان جلسات                        |                                                | استاد              | مکان | روش ارائه / رسانه               |
| ۱                                  |  |       |      | • تغذیه گیاهخواری                  |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۲                                  |  |       |      | • تغذیه گیاهخواری                  |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۳                                  |  |       |      | • تغذیه در ناتوانی های جسمی و ذهنی |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۴                                  |  |       |      | • تغذیه در ناتوانی های جسمی و ذهنی |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۵                                  |  |       |      | • تغذیه در افراد الکلیسم           |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۶                                  |  |       |      | • تغذیه در سلامت دندان و استخوان   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۷                                  |  |       |      | • تغذیه سالمندان                   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۸                                  |  |       |      | • تغذیه سالمندان                   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۹                                  |  |       |      | • تغذیه سالمندان                   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۱۰                                 |  |       |      | • تغذیه سالمندان                   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۱۱                                 |  |       |      | • تغذیه سالمندان                   |                                                | دکتر معصومه اخلاقی |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۱۲                                 |  |       |      | • تغذیه ورزشکاران                  |                                                | دکتر شیوا فقیه     |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۱۳                                 |  |       |      | • تغذیه ورزشکاران                  |                                                | دکتر شیوا فقیه     |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |
| ۱۴                                 |  |       |      | • تغذیه ورزشکاران                  |                                                | دکتر شیوا فقیه     |      | سخنرانی، پرسش و پاسخ ، بارش فکر |



|                                   |  |                 |                   |  |  |  |    |
|-----------------------------------|--|-----------------|-------------------|--|--|--|----|
| سخنرانی، پرسش و<br>پاسخ، بارش فکر |  | دکتر شیوا فقیهه | • تغذیه ورزشکاران |  |  |  | ۱۵ |
|                                   |  |                 | •                 |  |  |  | ۱۶ |
|                                   |  |                 | •                 |  |  |  | ۱۷ |
|                                   |  |                 | •                 |  |  |  | ۱۸ |