

به نام خداوند جان آفرین



دانشگاه علوم پزشکی لرستان

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی

طرح دوره برای دروس ترکیبی

(برای یک دوره درس کامل، برای مثال: ۱۷ جلسه‌ی دو ساعته برای یک درس دو واحدی)

اطلاعات کلی درس:

نام دانشکده: پرستاری گروه آموزشی: پرستاری نام درس: تغذیه و تغذیه درمانی تعداد واحد: ۱.۵ نوع واحد: نظری  
پیش‌نیاز: بیوشیمی و فیزیولوژی زمان برگزاری کلاس: روز: دوشنبه ساعت: ۱۴ - ۱۶ مکان برگزاری: دانشکده پرستاری

مشخصات مدرسان درس:

نام و نام خانوادگی	رتبه	گروه	دانشگاه	تلفن همراه	کد کاربری سما	سهم مدرس از درس (%)**
استاد مسئول* نگین نیک نژاد				۰۹۳۶۲۱۵۱۷۶۸	دارد <input checked="" type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/>	۱۰۰
سایر مدرسان*					دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/>	
					دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/>	

\* استاد مسؤول درس فردی است که در سیستم مدیریت آموزش سما درس به او اختصاص داده می‌شود و وظیفه نظارت بر روند درس و تکالیف دانشجویان را بر عهده دارد. سایر مدرسان، همکار در ارائه درس هستند که بر اساس این طرح درس، مسئولیت بخشی از درس را بر عهده دارند.  
\*\* قرارداد حق الزحمه بر اساس درصد سهم با مدرسان تنظیم می‌شود.

اطلاعات فراگیران:

مقطع و رشته‌ی تحصیلی: کارشناسی پیوسته پرستاری واحدهای درسی مرتبط گذرانده شده:  
تعداد:

شرح دوره (درس): معرفی مختصری در حدود ۲۵۰ تا ۳۰۰ کلمه در مورد این درس بنویسید. دقت کنید معرفی شما موارد زیر را شامل شود:

- کاربرد و ارتباط درس با رشته یا دوره
- نحوه ارائه ترکیبی درس (بخش‌های حضوری و الکترونیک) و جایگاه هر کدام
- توضیح کلی شیوه کار شما و روند یاددهی-یادگیری
- انتظارات شما از دانشجویان (مواردی مانند به موقع پاسخ دادن به تکالیف، شرکت فعال در تعاملات و ...)

در طول این درس دانشجویان به طریق حضور در کلاس اصول تغذیه اساسی، ترکیبات مواد غذایی در ارتقاء سطح سلامت و بررسی وضعیت تغذیه‌ای بزرگسالان و سالمندان، انواع رژیم‌های غذایی در بیماری‌های مختلف و بهداشت مواد غذایی با توجه به رشته تحصیلی خود را با توجه به تدریس مدرس و آرایه سخنرانی و تحقیق‌های دانشجویان و پرسش و پاسخ مورد بحث قرار می‌دهد.

## توانمندی‌ها یا فعالیت‌های مورد انتظار از فراگیران در پایان درس:

- ۱) با نکات مهم تغذیه ای آشنا خواهد شد. تفاوت مواد مغذی و غذا را درمییابد.
- ۲) اهمیت نقش درشت مغذی ها در بدن را شرح دهد. انواع درشت مغذی ها و طبقه بندی آنها را بشناسد. چگونگی هضم و جذب آنها را شرح دهد
- ۳) نقش ویتامینها، املاح و آب را در سلامتی و بیماری شرح دهد. طبقه بندی ویتامینها و املاح را بداند. نقش آنتی اکسیدانها را در سلامت و بیماری بیان کند. منابع غذایی مفید ویتامینها و املاح را بشناسد. نقش آب را در سلامتی و بیماری بیان کند.
- ۴) مشخصات و نحوه کاربرد رژیم‌های غذایی را آموزش دهد.
- ۵) مشخصات و نحوه کابردی رژیم درمانی در بیماری های گوارشی را آموزش دهد.
- ۶) هدف های مراقبت تغذیه ای افراد مبتلا به دیابت را بداند. با تنظیم رژیم درمانی در انواع دیابت آشنا شود. توصیه های غذایی برای افراد مبتلا به دیابت را آموزش دهد

**اهداف درس:** (توجه داشته باشید محتوایی که به عنوان منبع آزمون به دانشجویان معرفی می‌شود، باید اهداف درس را پوشش دهد و آزمون نهایی دانشجویان نیز باید با اهداف درس مطابقت داشته باشد).

الف) در حیطه شناختی:

- ۱) ویژگی‌ها و موارد استفاده از گروه‌های غذایی را آموزش دهد.
- ۲) طبقه‌بندی و انواع درشت‌مغذی‌ها و چگونگی هضم و جذب آنها به تفکیک بیان کند.
- ۳) نقش ویتامین‌ها و املاح در سلامت و بیماری را شرح دهد.
- ۴) مشخصات و نحوه کاربرد رژیم‌های غذایی را بداند.
- ۵) توصیه‌های غذایی برای افراد بیمار را آموزش دهد.
- ۶) باورهای غذایی درست و نادرست بیماران را بداند.

ب) در حیطه عاطفی:

- ۱) .
- ۲) .
- ۳) .
- ۴) .
- ۵) ...
- ۶)

ج) در حیطه روانی حرکتی:

- ۱) .
- ۲) .
- ۳) .
- ۴) .
- ۵) ...
- ۶)

### تعیین سهم و نقش دو جزء حضوری و الکترونیک:

دانشجویان در رشته‌هایی که نیاز به حضور در فیلد یا آزمایشگاه ندارند، حداقل در دو بلوک حضوری ۳ تا ۴ روزه در ابتدا و انتهای ترم شرکت می‌کنند. در رشته‌های خاص که کار عملی و کارآموزی دارند، برای ارائه حضوری این بخش از برنامه، برنامه‌ریزی می‌شود. به طور معمول برای هر درس (که ماهیت عملی ندارد) حداقل یک جلسه در ابتدا و یک جلسه در انتهای ترم در نظر گرفته می‌شود که می‌توانند یک تا دو ساعته باشند. اما ممکن است استاد درس نیاز به جلسات حضوری بیشتری داشته باشد. لازم است در برنامه‌ریزی کلاس‌های حضوری دقت شود تا محتوایی که قابل ارائه از طریق مجازی است، به کلاس حضوری موقوف نشود. با توجه به این توضیحات قسمت‌های زیر را تکمیل نمایید.

• آیا برگزاری یک جلسه در ابتدا و یک جلسه در انتهای ترم برای درس شما کافی است؟

بله  خیر

در صورتی که پاسخ شما خیر است، اطلاعات کلاسهای حضوری (شامل دو جلسه فوق) را در جدول زیر و نیز جدول موجود در انتهای همین سند تکمیل نمایید.

جلسه	فعالیت پیش‌بینی شده برای جلسه	ضرورت حضوری بودن	زمان ارائه		
			ابتدای ترم	طول ترم	انتهای ترم
۱					
۲					
۳					
۴					

نحوه ارزشیابی دانشجو و سهم هر کدام از فعالیت‌های مختلف دانشجو:

ردیف	فعالیت	نمره از بیست
۱	انجام تکالیف در سامانه مدیریت یادگیری	۱
۲	شرکت در گفتگو یا فوروم	۱
۳	حضور در کلاس‌های مجازی آنلاین	
۴	ارزشیابی مستمر	۵
۵	امتحان پایان ترم	۱۵

نوع آزمون:

تشریحی  پاسخ کوتاه  چندگزینه‌ای  جور کردنی  صحیح-غلط   
سایر موارد (لطفا نام ببرید):

پیش‌نیازهای یادگیری:

فیزیولوژی دستگاه گوارش و بیوشیمی عملکرد مواد مغذی در بدن

قوانین و مقررات کلاس (در جلسات آنلاین و جلسات آنلاین به تفکیک):

- حضور به موقع دانشجویان قبل از حضور مدرس
- مشارکت در پرسش و پاسخ های کلاسی
- عدم غیبت کلاسی بیش از حد مجاز

شیوه‌ها یا استراتژی‌های تدریس:

- سخرانی  سخرانی برنامه ریزی شده  پرسش و پاسخ  بحث گروهی  یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)  یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)  سایر موارد:

منابع درس:

در تعیین منابع درس به نکات زیر توجه کنید:

- در این قسمت منابع مربوط به آزمون نهایی دانشجویان را ذکر نمایید. برای منابع ویژه مطالعه بیشتر (به منظور مطالعه عمیق تر دانشجو) در سامانه قسمتی جداگانه پیش بینی شده است.
- توجه داشته باشید که حجم و دشواری مطالب متناسب با تعداد واحد درس شما و سطح دانشجویان باشد. یکی از چالش‌های سیستم‌های آموزش مجازی، عدم توجه به حجم مطالب ارائه شده متناسب با واحد درسی است. بنابراین، به تعداد واحد درسی خود توجه نمایید و متناسب با آنچه در صورت ارائه حضوری درس مقدور و معقول است، منبع آزمون ارائه نمایید.
- لطفاً مالکیت فکری منابع ارائه شده را در نظر بگیرید.

۱- آیا کتاب خاصی برای معرفی به دانشجویان به عنوان منبع درسی در نظر دارید؟  بلی  خیر

در صورت وجود جدول زیر را تکمیل کنید:

صفحات و فصل‌های مشخص شده برای آزمون	مشخصات کتاب شامل عنوان، نویسندگان، مترجمین، انتشارات، سال و نوبت چاپ
	1 - Krause, M. and Mahan, L.K., ۲۰۲۰. Food, Nutrition and Diet Therapy. Saunders, Canada.
	استکی، ت. ۱۴۰۰. تغذیه و تغذیه درمانی برای پرستاران، تهران، ایران.

۲. آیا مقاله خاصی برای معرفی به دانشجویان به عنوان منبع درسی در نظر دارید؟  بلی  خیر

در صورت وجود مشخصات کامل مقاله را بنویسید.

نحوه دسترسی دانشجویان به مقاله	مشخصات مقاله شامل عنوان، نویسندگان، مجله، سال و شماره انتشار و صفحات

۳. در صورتی که در نظر دارید جزوه یا هر نوع محتوای دیگری (مانند فیلم، محتوای الکترونیکی و ...) علاوه بر کتاب فوق یا به تنهایی به عنوان منبع درسی به دانشجویان معرفی کنید، مشخصات آن را ذکر کنید. (اگر در حال تهیه آن هستید زمان آماده شدن آن را تا قبل از شروع ترم مشخص نمایید).

نوع محتوا*	مشخصات شامل عنوان و مؤلفین/تهیه کنندگان	توضیحات	آماده بودن فایل برای بارگذاری**
پاورپوینت	نگین نیک نژاد	توضیحات ارائه شده جهت کلاس حضوری	بله
جزوه پی دی اف	نگین نیک نژاد	چکیده مورد نیاز از کتابهای منبع	بله

\* منظور اسلاید پاورپوینت، جزوه، فیلم آموزشی، محتوای الکترونیک (که باید تهیه شود) و محتوای بارگذاری شده روی سایر سامانه‌های میزبانی فایل و ... است.

\*\* لازم به ذکر است که محتوای ضمیمه باید قبل از آغاز ترم به صورت نهایی آماده شده باشد.

توجه: در صورتی که حجم فایل محتوای ضمیمه زیاد است، علاوه بر سامانه باید در سرورهای میزبانی فایل، آپلود شده و لینک آن در اختیار دانشجویان قرار گیرد.

۴. آیا برای درس خود اسلایدهای مباحث را نیز ارائه می‌دهید؟

بله، تمام مباحث  بلی، قسمتی از مباحث  خیر

۵. در صورتی که در نظر دارید محتوای دیگری (مانند کتاب، جزوه و ...) را به عنوان منبع مطالعه بیشتر (و نه به عنوان منبع اصلی آزمون) به دانشجویان معرفی کنید، مشخصات کامل آن را ذکر کنید (در صورتی که این محتوا کتاب یا منبعی نیست که دانشجویان در دسترس دارند، فایل آن را نیز برای ارائه در سایت ضمیمه نمایید)..

۱.

۲.

#### تکالیف و پروژه‌های دانشجویان:

فرایند یاددهی-یادگیری در سیستم یادگیری الکترونیک، از طریق تکالیف و خودآزمون‌ها مدیریت می‌شود. با توجه به اهمیت ویژه تکالیف، در تدوین آنها به نکات زیر توجه کنید:

- بهتر است مجموعه محتوای درسی خود را از طریق تعریف تکالیف مناسب با دانشجویان مرور نمایید. بنابراین، محتوای درس خود را تقسیم‌بندی کنید و در طول ترم در فواصل زمانی مناسب برای آنها تکلیف طراحی نمایید.
- زمان‌بندی مناسب برای تکالیف در نظر بگیرید. فاصله طولانی یا کوتاه بین تکالیف مناسب نیست. فاصله کمتر از یک هفته یا بیش از دو هفته به جز در موارد خاص توصیه نمی‌شود.
- تکالیف بهتر است بر مهارت‌های حل مسئله و قدرت تحلیل و نقد دانشجویان متمرکز باشند.
- تکالیف با مفهوم پروژه پایان ترم تفاوت دارند. در این تکالیف، هدف، مطالعه منابع و یادگیری دانشجو است، اما در پروژه پایان ترم فعالیت خاصی در راستای به کار بردن آموخته‌ها تعریف می‌شود. بسیاری از درس‌ها ممکن است پروژه آخر ترم نداشته باشند ولی همه درس‌ها، حتماً باید چندین تکلیف داشته باشند.

#### • پروژه پایان ترم:

آیا برای درس خود پروژه پایان ترم در نظر گرفته‌اید؟ بلی  خیر

در صورت پاسخ مثبت شرح مختصر و هدف از ارائه آنها را شرح دهید:

#### • تکالیف طول ترم

برای تنظیم تکالیف توجه کنید که زمان شروع ترم از زمان بلوک حضوری است و تا ده روز مانده به امتحانات پایان ترم ادامه دارد. لطفاً به تقویم تحصیلی نیم سال توجه کرده و زمان‌بندی مناسبی در تکالیف درس خود لحاظ نمایید.

شماره	عنوان تکلیف	شرح تکلیف	مهلت پاسخ دانشجویان	مهلت فیدبک مدرس
	تکلیف	در طول تدریس درمورد برخی از علایم و بیماریها نیاز به تحقیق و آرایه دانشجو دارد	تا یک هفته بعد از درخواست تحقیق	

### خودآزمون‌ها

- خودآزمون‌ها می‌توانند در کمک به یادگیری و خودارزیابی دانشجویان نقش مهمی داشته باشند.
- در سامانه نوید امکان طراحی انواع آزمون‌های تشریحی، چند گزینه‌ای، جورکردنی، جای خالی و ... وجود دارد.
- در اغلب موارد پیش‌بینی پاسخ تشریحی به سوالات مطرح شده، اجباری است (دانشجویان بعد از شرکت در آزمون به این پاسخ‌ها دسترسی خواهند داشت).
- شما می‌توانید از خودآزمون‌ها در زمان‌هایی که به علت مسافرت یا ... امکان تعامل در قالب تکالیف را ندارید، استفاده کنید.

۱. آیا برای درس خودآزمون در نظر گرفته‌اید؟  بلی  خیر

در صورت وجود تعداد و نوع خودآزمون‌ها را ذکر کنید (فایل سوالات و پاسخ‌های تشریحی پیش بینی شده خود را ضمیمه نمایید).

شماره آزمون	عنوان آزمون	نوع آزمون	مهلت پاسخ دادن دانشجویان
۱	آزمون میان ترم از گروه‌های غذایی، ویتامین‌ها و املاح	چند گزینه‌ای و تشریحی	
۲			
۳			

### سایر فعالیت‌های یادگیری:

در سامانه نوید امکان فعال‌سازی کلاس مجازی، اتاق بحث غیرهمزمان (فروم) و گفتگوی برخط همزمان (چت) وجود دارد. در صورت تمایل به استفاده از این امکانات موارد زیر را تکمیل نمایید:

### • کلاس مجازی\*

با توجه به محدودیت‌های موجود در پهنای باند، در صورت تمایل می‌توانید به ازای هر درس دو واحدی چند کلاس مجازی برخط داشته باشید.

- آیا برای درس کلاس آنلاین در نظر گرفته‌اید؟  بلی  خیر

عنوان کلاس	تاریخ	ساعت	اداره کننده

\* منظور از کلاس آنلاین، کلاس برخط همزمان است که مدرس و دانشجویان با استفاده از سامانه در زمان تعیین شده در کلاس مجازی حضور می‌یابند.

- آیا برای درس اتاق بحث در نظر گرفته‌اید؟  بلی  خیر  
موضوع (های) بحث:

- آیا برای درس گفتگوی همزمان در نظر گرفته‌اید؟  بلی  خیر  
موضوع (های) گفتگو:

#### توضیحات مهم:

- هر جلسه را می‌توان به صورت آنلاین و یا آنلاین برگزار کرد.
- در صورت انتخاب جلسه به صورت آنلاین، بارگذاری محتوای چندرسانه‌ای مربوط به جلسه، به عنوان استاندارد پایه محسوب می‌گردد و استاد درس می‌تواند علاوه بر آن از سایر مازول‌های جلسات آنلاین نیز استفاده نماید. بنابراین، می‌توانید نسبت به علامت‌گذاری بخش مازول جلسات آنلاین در ستون مربوطه اقدام نمایید.
- انتخاب زمان ارائه جلسات آنلاین بر عهده مدرس است ولی ترجیحاً در ساعاتی که ترافیک شبکه زیاد است، سعی شود کمتر کلاس برگزار شود.

#### جدول زمان‌بندی ارائه برنامه درس:

مدرس	ساعت برگزاری	فعالیت‌های تکمیلی جلسات آنلاین			شیوه ارائه جلسه		عنوان بحث یا موضوع	تاریخ	ردیف
		گفتگو	تکلیف	خودآزمون	آنلاین	آنلاین			
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	نقش تغذیه صحیح در تامین سلامت فرد	۰۱/۱۱/۲۴	۱
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	نقش درشت مغذی‌ها در رژیم روزانه به صورت کاربردی	۰۱/۱۲/۱	۲
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	نقش ویتامین‌ها در رژیم روزانه	۰۱/۱۲/۸	۳
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	نقش املاح در رژیم روزانه	۰۱/۱۲/۱۵	۴
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	نقش شبه ویتامین‌ها، آب و انرژی در رژیم روزانه	۰۱/۱۲/۲۲	۵
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	روش‌های نگهداری مواد غذایی از نظر حفظ سلامت مواد غذایی	۰۲/۰۱/۲۱	۶
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	بهداشت و تقلبات مواد غذایی	۰۲/۰۱/۲۸	۷
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	رژیم‌های غذایی درمانی	۰۲/۰۲/۰۴	۸
	۰۰:۰۰	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ادامه مبحث رژیم‌های غذایی درمانی	۰۲/۰۲/۱۱	۹



	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ادامه مبحث رژیم های غذایی درمانی ( بیماریهای گوارشی)	۰۲/۰۲/۱۸	۱۰
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ادامه مبحث رژیم های غذایی درمانی ( دیابت)	۰۲/۰۲/۲۵	۱۱
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ادامه مبحث رژیم های غذایی درمانی ( پرفشاری خون و بیماریهای قلبی)	۰۲/۰۳/۰۱	۱۲
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		••/••/••	۱۳
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		••/••/••	۱۴
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		••/••/••	۱۵
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		••/••/••	۱۶
	••:••	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		••/••/••	۱۷