



دانشکده:	پزشکی	نام مدرس:	فرشاد امیرخیزی	رتبه علمی: استادیار
نام درس:	اصول کلی تغذیه	کد درس: ۷۷۰۰۳۵	نوع درس (تئوری / عملی): تئوری	تعداد واحد: ۲
رشته تحصیلی فراگیران:	پزشکی	مقطع تحصیلی فراگیران:	دکترای حرفه ای	نیمسال ارائه درس: اول 95-96

\*موارد مدنظر ارزشیابی:

حضور فعال در کلاس ■ سئوالات کلاسی ■ امتحان میان ترم ■ پروژه درسی ■ کنفرانس - ترجمه ■ فعالیت علمی و گزارش کار ■ امتحان پایان نیمسال سایر ■

\*منابع درسی مورد استفاده :

- فروزانی مینو. تغذیه در دوران بارداری و شیرخوارگی و کودکی . انتشارات چهر. تهران . ۱۳۸۵.
- عباسعلی زاده فرهنگی مهدیه (مترجم). خلاصه تغذیه درمانی کراوس: تغذیه در دوران های مختلف زندگی. نشر کتاب ارجمند، تهران ۱۳۸۹.
- صابری منصور. تغذیه و رژیم درمانی. چاپ دوم، ویرایش چهارم. انتشارات کتاب میر، تهران، ۱۳۹۰ .
- بهبود رشد و تغذیه کودکان . وزارت بهداشت معاونت سلامت، دفتر سلامت خانواده ، اداره کودکان. ۱۳۹۰
- راهنمای کشوری تغذیه در دوران بارداری و شیردهی وزارت بهداشت ، معاونت سلامت، دفتر سلامت جمعیت و خانواده ، اداره بهبود تغذیه . ۱۳۹۰

Kathleen Mahan L. Escott-stump S . FOOD, Nutrition & Diet therapy. 12<sup>th</sup> Ed., W.B. Saunders Co., 2012.

Kathleen Mahan L, Escott-stump. S. Nutrition & Diagnosis- Related care. Lippincott Williams & wilkins, Lippincot Williams & Wilkins, Baltimore, MD, USA. 2002.

**\*هدف کلی درس :** اثر مستقیم تغذیه بر سلامتی انسان از دیر باز شناخته شده است. انسان از قرن ها قبل با تجربه و آزمایش پی به روش صحیح تغذیه برده و در طی هزاران سال انسان ها تغذیه نموده و رشد کرده و ان هایی که از تغذیه صحیحی داشته از زندگی سالم تری برخوردار بوده اند. بنابراین تغذیه با وجود این که یک امر کاملاً طبیعی است ولی اگر تنوع و تعادل در ان رعایت نگردد اختلالات تغذیه ای چه از نظر کمبود و یا اضافه دریافت مواد غذایی پیش خواهد آمد که این ها در جهان امروز به مراتب تاسف بارتر است. نتایج حاصل از تحقیقات در کشورهای مختلف نشان داده است که در بیشتر ممالک سوء تغذیه مسئول اصلی مرگ و میر کودکان است. نسبت مرگ و میر در اطفال زیر یک سال در بعضی کشورهای توسعه نیافته ده برابر بیشتر از ممالک توسعه یافته که دارای تغذیه خوب هستند می باشد. علل اصلی بالا بودن نسبت مرگ و میر در این دسته اطفال دو عامل سوء تغذیه و و بیماری های عفونی است. لذا در طول این درس به شرح و اهمیت نقش تغذیه در تامین سلامت فرد پرداخته و در این راستا دانشجویان با مواد مغذی ، ارزشیابی وضعیت تغذیه ، تغذیه در سنین مختلف ، بیماری های ناشی از تغذیه و تغذیه گروه های آسیب پذیر آشنا می گردند.

۱- آشنایی با اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تامین سلامت فرد با توجه به معیارهای اقتصادی ، اجتماعی ، بهداشتی و فرهنگی

۲- شناخت تغذیه صحیح و تشخیص علائم ناشی از سوء تغذیه

۳- آشنایی با تغذیه در دوران های مختلف زندگی (نوزادی، کودکان، مادران باردار و شیرده و سالمندان)

۴- فراگیران با روش های مختلف ارزیابی وضع تغذیه

۵- آشنایی با یکسری از بیماری های ناشی از دریافت نامناسب مواد غذایی (چاقی، بیماری های قلبی و عروقی، ...)

۵- آشنایی فراگیران با مبحث میکروبی شناسی مواد غذایی و بهداشت مواد غذایی و مسمومیت های غذایی



شماره جلسه	اهداف اختصاصی (رئوس مطالب همان جلسه)	اهداف ویژه رفتاری همان جلسه (دانشجو پس از ارائه درس قادر خواهد بود)	حیطه ایجاد تغییرات پس از آموزش (شناختی، روان حرکتی، عاطفی)	روش های یاددهی - یادگیری	مواد و وسایل آموزشی	تکالیف دانشجو
اول	آشنایی فراگیران با مسائل و مشکلات تغذیه ای ایران و جهان ، نقش تغذیه در بهداشت و درمان و سلامت جامعه، آشنایی با علم تغذیه و تقسیم بندی های مرتبط با آن	<ul style="list-style-type: none"> <li>- اهمیت درس تغذیه را توضیح دهد.</li> <li>- انواع تقسیم بندی مواد مغذی را بشناسد و در مورد آنها توضیح دهد.</li> <li>- تاریخچه علم تغذیه را بتواند به دوره های عصر طبیعی - عصر تجزیه بیوشیمیایی، عصر بیولوژی ، عصر سلولی تقسیم بندی نماید و در مورد هر دوره توضیح دهد.</li> <li>- علوم مرتبط با تغذیه را شرح دهد</li> </ul>	حیطه شناختی	سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی	پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک	<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>
دوم	آشنایی فراگیران با کربوهیدراتها یا قندها یا مواد نشاسته ای	<ul style="list-style-type: none"> <li>- نقش و اهمیت کربوهیدراتها را در تغذیه انسان بیان کند .</li> <li>- انواع کربوهیدراتها ( منو و ایگو و پلی ساکاریدها) و منابع آنها را نام ببرد.</li> <li>- در مورد خواص فیزیکی و شیمیایی کربوهیدراتها توضیح دهد</li> <li>- در مورد گلیکوزنژ و لپپوزنژ و گلیکوژنولیزرا توضیح دهد.</li> </ul>	حیطه شناختی	سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی	پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک	<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که</p>

<p>پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>				<p>بیماری هایی را که در ارتباط با کمبود و اضافه دریافت کربوهیدرات ها هستند نام ببرو در مورد آنها به اختصار توضیح دهد</p>		
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>حیطه شناختی</p>	<p>۱- اهمیت چربیها را توضیح دهد. ۲- در مورد ساختمان چربیها و انواع آن توضیح دهد. ۳- انواع اسیدهای چرب ضروری را نام ببرد. ۴- خواص شیمیایی و حلالیت و Rancidity چربیها را شرح دهد. ۵- در مورد نقش چربیها در بدن توضیح دهد. ۶- علائم بالینی ناشی از کمبود اسیدهای چرب ضروری را بیان کند. ۷- شناسایی کودکانی که از کمبود دریافت اسیدهای چرب رنج می برند با استفاده از علائم بالینی و ارائه راهکار لازم جهت بهبود وضعیت آنها ۸- در مورد هضم و جذب چربی ها توضیح دهد.</p>	<p>آشنایی فراگیران با چربیها - ساختمان - انواع و نقش و اهمیت بیولوژیکی</p>	<p>سوم</p>
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- نقش پروتئین ها را در بدن بیان کند و در مورد ساختمان آنها توضیح دهد . ۲- انواع اسیدهای آمینه و اهمیت تغذیه ای آنها را بیان کند. ۳- مواد غذایی را از نظر نوع و کیفیت پروتئینها تقسیم بندی و تلفیق پروتئینها را بیان نماید ۴- PCM و یا PEM را شرح داده و علائم بالینی آنها را بیان کند.</p>	<p>آشنایی فراگیران با پروتئینها ساختمان - نام گذاری- تقسیم بندی و متابولیسم آنها</p>	<p>چهارم</p>

<p>نمایند.</p>				<p>شناخت و تشخیص افرادی که در معرض سوء تغذیه هستند.</p>		
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- آشنایی دانشجویان با تاریخچه کشف ویتامین ها ۲- اهمیت و نقش ویتامین ها را در بدن بیان کند. ۳- انواع ویتامین ها و دلایل نام گذاری آنها را شرح دهد. ۴- ساختمان و نقش بیوشیمیایی ویتامین های محلول در آب را بیان نماید ۵- در مورد سوء تغذیه ناشی از کمبود ویتامین های PP, B2, (نیاسین)، ویتامین B1 توضیح دهد. ۶- بیماری های بری بری و پلاگر - آنگولار استیوماسیت را بشناسد. ۷- شناسایی مادران و کودکانی که در معرض کمبودهای ویتامین های گروه B هستند و ارائه راهکار مناسب برای بهبود وضعیت تغذیه و درمان بیماری</p>	<p>آشنایی فراگیران با تاریخچه کشف ویتامین ها و نامگذاری ویتامین های محلول در آب، و آشنایی</p>	<p>پنجم</p>
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- در مورد ساختمان و نقش و منابع ویتامین های B6 و فولات و B12 توضیح دهد ۲- نقش بیوشیمیایی این ویتامین ها را در بدن شرح دهد. ۳- علائم بالینی ناشی از کمبود دریافت</p>	<p>ادامه مبحث ویتامین های محلول در آب، آشنایی فراگیران با ساختمان و نقش منابع ویتامین های B6, B12 و فولات</p>	<p>ششم</p>

<p>جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>				<p>هریک از ویتامین های فوق را بیان کند. ۴- راهنمایی غذایی لازم مادران جهت بهبود و بر طرف علائم کمبود ویتامین ها</p>		
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- در مورد عواملی که در ایجاد سوء تغذیه موثر هستند توضیح دهد. ۲- در مورد سوء تغذیه ناشی از کمبود ویتامین های B6, B12, فولاسین توضیح دهد. و فراگیر عواملی را که در ایجاد سوء تغذیه توسط این ویتامین ها موثر هستند را بر شمرد. ۳- علائم بیماریهای کم خونی شامل انمی پرنیشیوز آنمی مگالوبلاستیک و ماکروستیک را بیان نماید. ۴- مواد غذایی را که می تواند در بهبود علائم بیماری نقش دارد را نام برود در مورد انها توضیح دهد.</p>	<p>آشنایی فراگیران با ساختمان و نقش منابع ویتامین های B6, B12 و فولاسین ادامه مبحث</p>	<p>هفتم</p>
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس  ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- در مورد ساختمان و نقش بیوشیمیایی ویتامین های A, D, E, K توضیح دهد. ۲- منابع ویتامین ها و مقادیر مورد نیاز را براساس استانداردهای بین المللی شرح دهد.  در مورد علائم بیماری ناشی از کمبود و اضافه</p>	<p>آشنای فراگیران با ویتامین های محلول در چربی</p>	<p>هشتم</p>



<p>از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>				<p>دریافت آنها توضیح دهد.          ۳- در مورد بیماریهای ناشی از سوءتغذیه ویتامن های فوق توضیح دهد.          ۴- بیماری راشیتیس و گزروفتالمی را تعریف کند. علائم بیماری را نام ببرد. چگونگی درمان این بیماری ها را با استفاده از اصول تغذیه توضیح دهد.          ۵- در مورد بیماری هایی که ناشی از کمبود ویتامین های E&amp;K هستند توضیح دهد.</p>		
<p>۱- حضور به موقع در کلاس          ۲- شرکت فعالانه در کلاس          ۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید،          تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- در مورد اهمیت مواد معدنی ( elements ) در بدن توضیح دهد.          ۲- در مورد ماکروالمنت ها توضیح دهد.          ۳- در مورد نقش کلسیم و فسفر و منیزیم در بدن توضیح دهد          ۴- منابع و مقدار مورد نیاز کلسیم و فسفر و منیزیم را با توجه شرایط فیزیولوژیک خاص شرح دهد.          ۵- علائم بالینی بیماریهای ناشی از سوءتغذیه کلسیم و فسفر و منیزیم را بیان کند.          ۶- اهمیت عناصری از قبیل آهن و روی و ید و مس و سلنیوم را در بدن بداند.          ۷- در مورد نقش و منابع و مقدار مورد نیاز عناصر فوق شرح دهد.          ۸- علائم بالینی مربوط کم خونی فقر آهن و کمبود روی و ید و مس و سلنیوم را تشخیص دهد.</p>	<p>اشنایی فراگیران با          ماکرو و میکرو نوترینت ها</p>	<p>نهم</p>

<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- آشنایی با نحوه ی استفاده از جداول تغذیه ای از قبیل FAO&amp; WHO&amp; RDA</p> <p>۲- آشنایی دانشجویان با جدول جانشینی مواد غذایی و هرم مواد غذایی</p> <p>۳- به کارگیری هرم و جدول جانشینی مواد غذایی جهت راهنمایی مادران باردار و شیرده و همینطور استفاده جهت نوزادان و کودکان</p>	<p>آشنایی فراگیران با غذا و گروه های غذایی و تنظیم برنامه غذایی</p>	<p>دهم</p>
<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- تغذیه در دوران بارداری و شیردهی</p> <p>۲- نیازهای مواد مغذی و انرژی مورد نیاز را در این دوران توضیح دهد.</p> <p>۳- آشنایی با گروههای غذایی مهم در این دوران</p> <p>۴- راهنمایی مادران در ارتباط با دریافت مواد غذایی بر اساس گروه های غذایی</p>	<p>۱- آشنایی فراگیران با نقش برنامه ریزی تغذیه ( نقش دولت و سازمان های ملی و بین المللی دست اندر کار غذا و تغذیه آشنایی با تغذیه در دوران های مختلف زندگی.</p> <p>۲- آشنایی با تغذیه در دوران های مختلف زندگی (نوزادی، کودکان، مادران باردار و شیرده و سالمندان)</p>	<p>یازدهم</p>
	<p>پروژکتور، اسلاید،</p>	<p>سخنرانی و پرسش و</p>	<p>شناختی</p>	<p>۱- تغذیه در دوران شیرخوارگی را توضیح</p>	<p>ادامه مبحث آشنایی با تغذیه در</p>	<p>دوازدهم</p>



<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p><b>تخته وایت برد و ماژیک</b></p>	<p><b>پاسخ و بحث گروهی</b></p>		<p>دهد و مزایای تغذیه با شیر مادر را بنویسد.</p> <p>۲- مناسب ترین سن جهت تغذیه تکمیلی برای شیرخواران را بیان نماید.</p> <p>۳- <b>Weaning در مورد periods توضیح دهد.</b></p> <p>۴- مراحل و نحوه شروع تغذیه کمکی را شرح دهد.</p> <p>۵- دلایل اضافه نمودن غذا به طور تدریجی بیان نماید</p> <p>۶- در مورد تغذیه مورد نیاز در دوران پیش دبستانی و نوباوگی و نوپایی توضیح دهد.</p> <p>۷- در مورد تغذیه در دوران بلوغ توضیح دهد و نیازهای تغذیه آنها را بیان کند و مشکلات تغذیه خاص این دوران را ذکر نماید</p> <p>۸- تغذیه مورد نیاز سالمندان را بنویسد. نیازهای سالمندان به مواد مغذی مختلف را لیست نماید.</p>	<p><b>دوران های مختلف زندگی</b></p>	
<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، <b>تخته وایت برد و ماژیک</b></p>	<p><b>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</b></p>	<p><b>شناختی و روان حرکتی</b></p>	<p>۱- اهمیت ارزیابی وضع تغذیه را توضیح دهد.</p> <p>۲- با انواع روش های ارزیابی وضعیت تغذیه آشنا شود</p> <p>۳- دانشجو بایست بتواند در مورد ارزیابی وضعیت تغذیه به روش انترپومتریک ،</p>	<p><b>آشنای فراگیران با روش های مختلف ارزیابی وضع تغذیه</b></p>	<p><b>سیزدهم</b></p>

<p>جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>				<p>بیوشیمیایی و کلینیکی و بررسی مصرف مواد غذایی توضیح دهد.</p> <p>۴- دانشجویان بایست بتوانند با استفاده از شاخص های مورد استفاده در بررسی های وضعیت تغذیه ای سوء تغذیه در جامعه را شناسایی کنند.</p> <p>۵- آشنایی با نحوه اندازه گیری های انتروپومتری و استفاده ان در جهت ارزیابی وضعیت تغذیه ای نوردان و کودکان و مادران باردار</p>		
<p>۱- حضور به موقع در کلاس ۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون ان مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>۱- در مورد اصول نگهداری مواد غذایی را که در حفظ و سلامت مواد مغذی موثرند توضیح دهد.</p> <p>۲- در مورد فرایند اتلاف غذایی توضیح دهد</p> <p>۳- در مورد عواملی که سبب اتلاف مواد غذایی می شود را نام ببرد.</p> <p>۴- در مورد مسمومیت های غذایی و انواع ان توضیح دهد.</p> <p>۵- علایم مسمومیت های غذایی را بیان نماید.</p> <p>۶- راهکارهای لازم در مواجهه با مسمومیت های غذایی را شرح دهد.</p>	<p>آشنایی فراگیران با مبحث اصول نگهداری و مسمومیت های غذایی</p>	<p>چهاردهم</p>

<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p> <p>۳- در پایان کلاس به دانشجویان مباحثی که در جلسه بعد قرار است مورد بحث قرار گیرد گفته شده و از آنها خواسته می شود که پیرامون آن مطالب مطالعه نمایند.</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>در مورد علل چاقی توضیح دهد. اهداف درمان بیماری چاقی را بیان نماید. درمورد انواع روش هایی که برای کاهش وزن بکار می رود توضیح دهد. دانشجو بتواند یک برنامه غذایی برای کاهش وزن تنظیم نماید.</p>	<p>اشنایی فراگیران با مشکلات تغذیه ای و بیماری های ناشی از دریافت زیاد مواد مغذی اشنایی با بیماری چاقی اشنایی فراگیران با نحوه ی تنظیم یک برنامه غذایی برای بیماران مبتلا به چاقی</p>	<p>پانزدهم</p>
<p>۱- حضور به موقع در کلاس</p> <p>۲- شرکت فعالانه در کلاس</p>	<p>پروژکتور، اسلاید، تخته وایت برد و ماژیک</p>	<p>سخنرانی و پرسش و پاسخ و بحث گروهی</p>	<p>شناختی و روان حرکتی</p>	<p>علل و عوامل موثر در ایجاد بیماری دیابت را شرح دهد. در مورد انواع دیابت توضیح دهد. داروهای پایین اورنده ی قند خون و تاثیر آنها را بر کاهش قند خون بیان نماید هدف از غذا درمانی در بیماری دیابت را بیان کند و نحوه ی تقسیم کربوهیدرات ها را در وعده های غذایی بیان نماید دانشجو بتواند برنامه غذایی برای انواع دیابت را تنظیم نماید.</p>	<p>اشنایی فراگیران با نحوه ی تنظیم یک برنامه غذایی برای بیماران دیابتیک</p>	<p>شانزدهم</p>
					<p>امتحان پایان ترم</p>	<p>هفدهم</p>

\*شرح مختصری از درس : (برای هر جلسه تنظیم گردد)

روش های یاددهی-یادگیری می تواند شامل : سخنرانی، بحث در گروه های کوچک، نمایشی، پرسش و پاسخ، حل مسئله (pbl)، گردش علمی، آزمایشگاهی، یادگیری بر اساس case و غیره