

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی: 1398-99	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجویان : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۹۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> عنوان جلسه : اهمیت تغذیه در سلامتی منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۸ امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت عناوین درس : ارتباط تغذیه با سلامت انسان و جامعه-تعاریف مربوط به تغذیه هدف کلی درس : آشنایی به عناوین گسترش دانش و پی بردن به اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تامین سلامت فرد بویژه مادر و کودک اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند : <ul style="list-style-type: none"> نقش تغذیه در سلامتی را توضیح دهد. ارتباط تغذیه سالم را با سلامت جامعه شرح دهد . رابطه تغذیه سالم را با ابعاد سلامتی بیان کند. اهمیت تغذیه سالم را با تخصص مامایی توضیح دهد . اهمیت ارزشیابی وضع تغذیه در دوران بارداری و شیردهی را توضیح دهد . اهداف تغذیه سالم را نام ببرد. تعاریف اصطلاحات تغذیه را بیان کند. 	
روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
اجزا و شیوه اجرای درس :	
مقدمه	مدت زمان : ۱۰
<ul style="list-style-type: none"> کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> بخش اول درس پرسش و پاسخ و استراحت بخش دوم درس 	مدت زمان : ۴۰ دقیقه مدت زمان : ۵ دقیقه مدت زمان : ۲۰ دقیقه
جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
وظایف و تکالیف دانشجویان: ارائه یک مقاله در مورد اهمیت تغذیه مناسب در بارداری	
ارزشیابی درس پرسش شفاهی از دروس جلسات گذشته	مدت زمان : ۵ دقیقه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۹۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> عنوان جلسه : انرژی منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت عناوین درس : اجزای مصرف انرژی-اندازه گیری مصرف انرژی-محاسبه نیاز به انرژی- هدف کلی درس : آشنایی با انرژی در بدن اجزا و عوامل مؤثر بر آن و محاسبه نیاز به انرژی اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> اجزای مصرف انرژی را توضیح دهد. عوامل مؤثر بر مصرف انرژی در استراحت را شرح دهد. انرژی را تعریف کند. اثر گرمایی غذا را توضیح دهد. عوامل مؤثر بر اثر گرمایی غذا را بیان کند. انرژی مصرف شده در فعالیت بدنی و عوامل مؤثر بر آن را تعریف نماید. اندازه گیری مصرف انرژی را توضیح دهد. روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی محل برگزاری کلاس دانشکده پزشکی اجزا و شیوه اجرای درس : مقدمه <ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۱۰ دقیقه کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> بخش اول درس پرسش و پاسخ و استراحت بخش دوم درس جمع بندی و نتیجه گیری <ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۱۰ دقیقه وظایف و تکالیف دانشجو: محاسبه نیاز به انرژی شخصی با کمک فرمول ارزشیابی درس پرسش شفاهی <ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۵ دقیقه 	

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۴-۱۳۹۳	تاریخ ارائه درس : ۹۳/۰۷/۸
----------------------	---------------------------

دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس :: صبورپارسا
نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجویان : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۹۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> عنوان جلسه : کربو هیدرات ها 	شماره جلسه : ۳ از ۱۶
<ul style="list-style-type: none"> منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس 	<ul style="list-style-type: none"> منابع کمکی درس :: جزوات وزارت بهداشت
<ul style="list-style-type: none"> امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت 	
<ul style="list-style-type: none"> عناوین درس : ویژگیهای کربو هیدرات در بدن - طبقه بندی آنها - اعمال آنها در بدن و منابع آنها 	
<ul style="list-style-type: none"> هدف کلی درس : آشنایی با ویژگی های کربوهیدرات و طبقه بندی آنها و متابولیسم آن در بدن 	
<ul style="list-style-type: none"> اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> ویژگی کربو هیدرات ها را به طور کلی توضیح دهد. طبقه بندی کربو هیدرات ها را توضیح دهد. انواع کربو هیدرات های غیر قابل هضم را نام ببرد. اعمال کربو هیدرات ها در بدن را توضیح دهد. متابولیسم کربو هیدرات ها در بدن را شرح دهد. کربو هیدرات های حیوانی را توضیح دهد. فرآیند انتقال کربو هیدرات در بدن را توضیح دهد. 	
<ul style="list-style-type: none"> روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی 	<ul style="list-style-type: none"> محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
<ul style="list-style-type: none"> اجزا و شیوه اجرای درس : 	
<ul style="list-style-type: none"> مقدمه 	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> بخش اول درس پرسش و پاسخ و استراحت بخش دوم درس 	<ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۴۰ دقیقه مدت زمان : ۵ دقیقه مدت زمان : ۲۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> جمع بندی و نتیجه گیری 	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> وظایف و تکالیف دانشجویان: ارائه مقاله در مورد فواید مصرف فیبر و منابع غذایی آن و عوارض مصرف بیش از حد مجاز کربو هیدرات ها در بدن 	
<ul style="list-style-type: none"> ارزشیابی درس پرسش شفاهی از دروس قبل 	مدت زمان : ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : 40
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۹۰ دقیقه
• عنوان جلسه : لیپیدها	شماره جلسه : ۴ از ۱۶
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت	
• عناوین درس : تعریف و طبقه بندی لیپیدها - اعمال لیپیدها در بدن و غذا - متابولیسم چربی ها	
• هدف کلی درس : آشنایی با انواع لیپیدها و متابولیسم آن در بدن و مقدار مورد نیاز در رژیم غذایی	
• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند:	
➤ طبقه بندی انواع لیپیدها را نام ببرند.	
➤ در مورد تفاوت بین چربیهای اشباع و غیر اشباع بحث نمایند.	
➤ هضم و جذب چربیها در بدن را توضیح دهد.	
➤ اعمال چربیها در بدن را نام ببرند.	
➤ در مورد مقدار مورد نیاز توصیه شده در رژیم غذایی روزانه بحث نمایند.	
➤ خواص چربیها را شرح دهد.	
➤ انواع چربی در رژیم غذایی را توضیح دهد.	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
• کلیات درس	مدت زمان : ۴۰ دقیقه
▪ بخش اول درس	مدت زمان : ۵ دقیقه
▪ پرسش و پاسخ و استراحت	مدت زمان : ۲۰
▪ بخش دوم درس	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰ دقیقه

• وظایف و تکالیف دانشجویان: تهیه یک مقاله مروری در مورد ویژگی و منابع اسهال چرب غیر اشباع امگا ۳ و امگا ۶
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دانشجویان از دروس قبل مدت زمان : ۵

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده: پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۹۰ دقیقه

• عنوان جلسه : پروتئین ها	• شماره جلسه : ۱۶ از ۱۶
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس ۲۰۱۴	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت	
• عناوین درس : ویژگی های پروتئین ها-متابولیسم پروتئین ها در بدن-مقدار مورد نیاز روزانه بدن	
• هدف کلی درس : آشنایی با ساختمان پروتئین ها و منابع غذایی آن و متابولیسم آن در بدن و مقدار مورد نیاز روزانه	
<p>اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند:</p> <p>ساختمان شیمیایی پروتئین ها و انواع آن را توضیح دهد.</p> <p>تفاوت بین پروتئین های کامل و ناکامل و منابع آنها را توصیف نماید.</p> <p>مقدار مورد نیاز روزانه طبق RDA را توضیح دهد.</p> <p>اعمال پروتئین در بدن را شرح دهد.</p> <p>متابولیسم هضم و جذب پروتئین ها در بدن را توضیح دهد.</p> <p>در مورد رژیم گیاه خواری و کمبود های غذایی بحث نماید.</p> <p>عوارض ناشی از کمبود پروتئین در بدن را نام ببرد.</p>	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی - کلاس ۳
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ... ۱۰ ... دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	<p>مدت زمان : ۴۰ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ۵ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ۲۰ دقیقه</p>

• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ... ۱۰ دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجو: تحقیق در مورد نوع پروتئین غذاهای سنتی ایران	
• ارزشیابی درس پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰ ساعت
• عنوان جلسه : ویتامین ها	شماره جلسه : ۶ از ۱۶ ...
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت	
• عناوین درس : انواع ویتامینها اعمال آن در بدن و علائم کمبود آنها	
• هدف کلی درس : آشنایی با انواع ویتامین ها و نقش آن در بدن و مقدار مورد نیاز روزانه در بدن	
• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: انواع ویتامین ها را نام ببرد. ویتامین های محلول در چربی و محلول در آب را با هم مقایسه کند. اعمال و استفاده آن را در بدن توصیف نماید. منابع اصلی گروه های اصلی ویتامین ها را نام ببرد. در مورد علائم ناشی از کمبود آن در بدن توضیح دهد. عوارض ازدیاد مصرف ویتامین ها را توضیح دهد. در مورد تفاوت بین ویتامین های طبیعی و مکمل بحث نماید.	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی -کلاس ۳

• اجزا و شیوه اجرای درس :	
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	• مقدمه
مدت زمان : ۴۰ دقیقه مدت زمان : ۵ دقیقه مدت زمان : ۲۰ دقیقه	• کلیات درس ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	• جمع بندی و نتیجه گیری
• وظایف و تکالیف دانشجو: ارائه مقاله نذ مورد عوارض کمبود ویتامین آ در کودکان	
مدت زمان : ۵ دقیقه	• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰ ساعت

• عنوان جلسه : آب و مواد معدنی	شماره جلسه : ۷ از ۱۶ ...
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت	
• عناوین درس : اهمیت مصرف آب و محاسبه مقدار مورد نیاز بدن-انواع مواد معدنی مهم و نقش آنها در بدن	
• هدف کلی درس : آشنایی دانشجو با اهمیت تعادل آب در بدن و نقش مواد معدنی و حفظ هموستاز آنها توسط بدن	
• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: ➤ راههای دفع محسوس و غیر محسوس آب از بدن را نام ببرد. د رمورد متد های محاسبه آب مورد نیاز بدن بحث نماید. منابع آب را نام ببرد. اهمیت مواد معدنی را در بدن توضیح دهد. در مورد نقش الکترو لیت های مهم (سدیم پتاسیم و کلرید) را توصیف نماید	

نقش مواد معدنی مهم و مقدار مورد نیاز بدن را شرح دهد. (کلسیم فسفر منیزیم و گوگرد) علائم کمبود مواد معدنی مهم در بدن را بیان کند.	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ۱۰... دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	مدت زمان : ۴۰... دقیقه مدت زمان : ۵... دقیقه مدت زمان : ۲۰... دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰... دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجوی: تهیه یک مقاله از اینترنت در مورد ویژگی یکی از مواد معدنی مهم	
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : ۵... دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجوی : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰ . ساعت
• عنوان جلسه : نقش فرهنگ در تغذیه و بهداشت مواد غذایی	شماره جلسه : ۸ از ۱۶ ..
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت	
• عناوین درس : عادات غذایی و عامل مؤثر بر آن-تغذیه در گروههای مذهبی-وروش های بهداشتی نگهداری غذا	
• هدف کلی درس : آشنایی دانشجوی با تاثیر فرهنگ بر تغذیه و کنترل بهداشت مواد غذایی	
<ul style="list-style-type: none"> • اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> ➤ عوامل مؤثر بر عادات غذایی را توصیف نماید ➤ در مورد تفاوت عادات غذایی در مذاهب و فرقه های مختلف بحث نماید. ➤ عوامل اصلی فساد مواد غذایی را نام ببرد. ➤ انواع مسمومیت های غذایی را توضیح دهد. ➤ انواع روش های نگهداری طولانی مواد غذایی را شرح دهد. 	

<p>➤ نکات مهم در مورد آماده سازی و بختن مواد غذایی را بیان نماید.</p> <p>➤ توصیه های بهداشتی برای حفظ ارزش تغذیه ای غذا را بگوید</p>	
<p>• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی</p>	<p>• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی</p>
<p>• اجزا و شیوه اجرای درس :</p>	
<p>• مقدمه</p>	<p>مدت زمان : ... ۱۰ دقیقه</p>
<p>• کلیات درس</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	<p>مدت زمان : ... ۴۰ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ... ۵ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ... ۲۰ دقیقه</p>
<p>• جمع بندی و نتیجه گیری</p>	<p>مدت زمان : ... ۱۰ دقیقه</p>
<p>• وظایف و تکالیف دانشجو: ارائه مطلب در مورد نکات مثبت و منفی رژیم غذایی در فرهنگ های مختلف</p>	
<p>• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل</p>	<p>مدت زمان : ... ۵ دقیقه</p>

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ... ۱/۳۰ ساعت
• عنوان جلسه : نقش تغذیه مناسب در پیامد بارداری	شماره جلسه : ۹ از ۱۶
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : تغذیه در بارداری دکتر مینو فروزانی : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت-	
• عناوین درس : اهمیت تغذیه مناسب در بارداری و افزایش وزن مطلوب در بارداری	
• هدف کلی درس : آشنایی با پیامد تغذیه مناسب و سوء تغذیه در مادر باردار و اثر روی جنین	

<ul style="list-style-type: none"> • اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> ➤ اهمیت تغذیه مناسب در بارداری را توضیح دهد. ➤ در مورد نقش تغذیه قبل از لقاح توضیح دهد. ➤ در مورد افزایش وزن مناسب در بارداری بحث نماید. ➤ نحوه محاسبه افزایش وزن مطلوب در بارداری را بیان نماید. ➤ عوارض کمبود مواد غذایی در بارداری را توصیف کند. ➤ با توجه به تغییرات فیزیولوژیک در بارداری نیاز به انرژی را شرح دهد. ➤ ➤ 	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	مدت زمان : ۴۰ دقیقه مدت زمان : ۵ دقیقه مدت زمان : ۲۰ دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجو: تهیه رژیم غذایی روزانه برای یک مادر باردار	
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰ ساعت
• عنوان جلسه: تغییرات نیازهای تغذیه ای در بارداری	شماره جلسه : ۱۰ از ۱۶
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت-	
• عناوین درس : انواع تغییرات نیازهای تغذیه ای در بارداری و شکایات شایع مرتبط با تغذیه در این دوران	
• هدف کلی درس : آشنایی با انواع مواد مورد نیاز در بارداری و مقدار آنها و شکایات شایع تغذیه ای در این دوران	

<ul style="list-style-type: none"> • اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> ➤ مقدار توصیه شده از هر کدام از مواد غذایی را . طبق RDA توضیح دهد. ➤ توصیه غذایی در مورد مصرف مواد خاص مثل کافئین و را بیان نماید. ➤ مواد غذایی ممنوع در بارداری را نام ببرد. ➤ در مورد فواید و عوارض مصرف مکمل ها در بارداری بحث نماید. ➤ شکایات شایع تغذیه ای را توضیح دهد. ➤ در مورد فنیل کتو نوری و بارداری توضیح دهد. 	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ..۱۰... دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	مدت زمان : ..۴۰... دقیقه مدت زمان : ..۵... دقیقه مدت زمان : ..۲۰... دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ..۱۰... دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجوی: تهیه رژیم غذایی روزانه برای یک مادر باردار	
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : ..۵... دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : سیورپارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجویان : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ..۱/۳۰... ساعت
• عنوان جلسه : تغذیه در شیر دهی	شماره جلسه : ۱۱ از ۱۶
• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : تغذیه در بارداری و شیر دهی : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت-	
• عناوین درس : نیاز به مواد مغذی در شیردهی-ترکیبات شیر انسان	
• هدف کلی درس : آشنایی به تغییرات نیاز به مواد مغذی در دوران شیردهی و ترکیب شیر انسان	

<ul style="list-style-type: none"> اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: فواید شیردهی برای مادر را توصیف نماید. میزان افزایش نیاز به مواد مغذی در دوران شیردهی را توضیح دهد. تأثیر سوء تغذیه مادر در زمان شیردهی را بیان نماید. مراحل تولید شیر را نام ببرد. نقش هورمون ها در تولید شیر را توضیح دهد. ترکیب شیر انسان را توصیف کند. در مورد هورمون ها و آنزیم های شیر مادر بحث نماید... 	
<ul style="list-style-type: none"> روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی 	<ul style="list-style-type: none"> محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
<ul style="list-style-type: none"> اجزا و شیوه اجرای درس : 	
<ul style="list-style-type: none"> مقدمه 	<ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ... ۱۰ ... دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> بخش اول درس پرسش و پاسخ و استراحت بخش دوم درس 	<ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۴۰ دقیقه مدت زمان : ۵ دقیقه مدت زمان : ۲۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> جمع بندی و نتیجه گیری 	<ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۱۰ دقیقه
<ul style="list-style-type: none"> وظایف و تکالیف دانشجو: تهیه یک رژیم غذایی روزانه برای یک مادر شیرده 	
<ul style="list-style-type: none"> ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل 	<ul style="list-style-type: none"> مدت زمان : ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰۰ ساعت
<ul style="list-style-type: none"> عنوان جلسه : ادامه تغذیه در شیر دهی 	<ul style="list-style-type: none"> شماره جلسه : ۱۲ از ۱۶
<ul style="list-style-type: none"> منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس 	<ul style="list-style-type: none"> منابع کمکی درس : تغذیه در بارداری و شیر دهی : جزوات وزارت بهداشت
<ul style="list-style-type: none"> امکانات آموزشی: وایت برد-پاور پوینت 	

• عناوین درس : مزایای شیر مادر در نوزاد	
• هدف کلی درس : آشنایی با مزایای تغذیه ای شیر مادر جهت نوزاد	
• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند: <ul style="list-style-type: none"> ➤ اهمیت کربو هیدرات و چربی شیر مادر را توضیح دهد. ➤ در مورد مواد ایمنی بخش موجود در شیر مادر بحث نماید. ➤ مزایای روانی و رفتاری شیر مادر در نوزاد را توصیف کند. ➤ اهمیت مواد معدنی موجود در شیر مادر را شرح دهد. ➤ تاثیر مصرف پروتئین و چربی توسط مادر روی شیر را توضیح دهد. ➤ تاثیر مصرف ویتا مین و مواد معدنی " " " " " " فواید مصرف مکمل در شیردهی را بیان کند.. 	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : .. ۱۰ دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	مدت زمان : .. ۴۰ دقیقه مدت زمان : .. ۵ دقیقه مدت زمان : .. ۲۰ دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : .. ۱۰ دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجو: تهیه یک رژیم غذایی روزانه برای یک مادر شیرده	
• ارزشیابی درس: پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : .. ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری - تخصصی
مقطع / رشته کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبوریارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال : دوم	مدت کلاس : .. ۱/۴۰ ساعت
• عنوان جلسه : مشکلات دوران شیردهی	شماره جلسه : ۱۳ از ۱۶

• منابع اصلی درس : تغذیه در بارداری و شیر دهی	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی: وایت برد-پاور پوینت-	
• عناوین درس : کافی نبودن شیر - مصرف دارو در شیردهی	
• هدف کلی درس: آشنایی با مشکلات شیردهی و مصرف دارو و شیردهی	
• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند:	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ علل کافی نبودن شیر مادر را نام ببرد. ➤ نکات لازم پیشگیری از زخم نوک پستان را بیان کند. ➤ در مورد تفاوت بین احتقان پستان و ماستیت و آبنه بحث کند. ➤ علت انسداد مجاری شیری را شرح دهد. ➤ تاثیر دارو در شیر مادر را شرح دهد. ➤ موارد منع شیردهی را نام ببرد. ➤ نکات دانستنی در شیردهی مثل نگهداری شیر مادر و..... را بیلن کند. 	
• روش آموزش : سخنرانی و پرسش و پاسخ	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ۱۰... دقیقه
• کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	مدت زمان : ۴۰... دقیقه مدت زمان : ۵... دقیقه مدت زمان : ۲۰... دقیقه
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰... دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجو: ارائه مطلب در مورد پوزیشن های صحیح شیردهی	
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از دروس قبل	مدت زمان : ۵... دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده : پزشکی	نوع درس : نظری- تخصصی
مقطع / رشته: کارشناسی مامایی	نام مدرس : صبورپارسا
نام درس (واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک	تعداد دانشجو : ۴۵
نیمسال دوم	مدت کلاس : ۱/۳۰... ساعت
• عنوان جلسه : تغذیه تکمیلی کودک	شماره جلسه : ۱۴... از ۱۶... .

• منبع اصلی درس : ترجمه اصول تغذیه کراوس	• منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت
• امکانات آموزشی : وایت برد-پاور پوینت-	
• عناوین درس : معرفی غذای تکمیلی- تغذیه شیرخوار ۶ تا ۱۲ ماهه- غذای سفره	
• هدف کلی درس : آشنایی با تغذیه تکمیلی شیرخوار	
<p>• اهداف جزئی : دانشجویان پس از ارائه تدریس باید قادر باشند به اهداف زیر دست یابند:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ زمان معرفی غذای تکمیلی را توضیح دهد. ➤ اشکالات معرفی زود یا دیر غذای تکمیلی را بیان کند. ➤ تیاذهای تغذیه ای شیرخوار ۶ تا ۱۲ ماهه را شرح دهد. ➤ خصوصیات غذای تکمیلی را نام ببرد. ➤ شروع و نحوه دادن غذای تکمیلی را توضیح دهد. ➤ اصول لازم در تغذیه تکمیلی را بیان کند. ➤ غذاهای ممنوع برای شیر خوار را نام ببرد. 	
• روش آموزش : سخنرانی و بحث گروهی	• محل برگزاری کلاس : دانشکده پزشکی
• اجزا و شیوه اجرای درس :	
• مقدمه	مدت زمان : ۱۰... دقیقه
<p>• کلیات درس</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ بخش اول درس ▪ پرسش و پاسخ و استراحت ▪ بخش دوم درس 	<p>مدت زمان : ۴۰ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ۵ دقیقه</p> <p>مدت زمان : ۲۰ دقیقه</p>
• جمع بندی و نتیجه گیری	مدت زمان : ۱۰ دقیقه
• وظایف و تکالیف دانشجویان: تهیه رژیم غذای تکمیلی روزانه نوزاد	
• ارزشیابی درس : پرسش شفاهی از درس جلسه قبل	مدت زمان : ۵ دقیقه

ساختار طرح درس روزانه

سال تحصیلی : ۹۹-۱۳۹۸	تاریخ ارائه درس :
دانشکده پزشکی	نوع درس : نظری- تخصصی

نام مدرس : صبوری پارسا	مقطع / رشته کارشناسی مامایی
تعداد دانشجویان: ۴۵	نام درس (۲ واحد) : اصول تغذیه مادر و کودک
مدت کلاس : ۱/۳۰ ساعت	نیمسال : دوم
شماره جلسه : ۱۵ از ۱۶	<ul style="list-style-type: none"> عنوان جلسه: رفع اشکالات درسی و مرور مطالب و ارزیابی وضع تغذیه
<ul style="list-style-type: none"> منابع کمکی درس : جزوات وزارت بهداشت 	<ul style="list-style-type: none"> منبع اصلی درس : اصول تغذیه کراوس
	<ul style="list-style-type: none"> امکانات آموزشی : وایت برد - دیتا پروژکتور
	<ul style="list-style-type: none"> عناوین درس: ارزیابی وضع تغذیه
	<ul style="list-style-type: none"> هدف کلی درس: ارزیابی وضع تغذیه شامل معاینات فیزیکی و تشخیص کمبود تغذیه - بررسی آزمایشگاهی - ارزیابی تغذیه زن باردار
	<p>اهداف جزئی: وزن ایده آل فرد را طبق فرمول HAMWI محاسبه نماید . BMI فرد را طبق فرمول محاسبه نماید . روش اندازه گیری چین پوستی را توضیح دهد . معیار اندازه دور کمر را توضیح دهد . روش محاسبه دور بازو را بیان نماید . علائم کمبود تغذیه ای را در دستگاههای مختلف توصیف نماید . تغییرات آزمایشگاهی در سوءتغذیه را بیان نماید .</p>
<ul style="list-style-type: none"> محل برگزاری کلاس: دانشکده پزشکی 	<ul style="list-style-type: none"> روش آموزش: سخنرانی و بحث گروهی
	<ul style="list-style-type: none"> اجزا و شیوه اجرای درس :
مدت زمان : ... ۱۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> مقدمه
مدت زمان : ... ۴۰ دقیقه مدت زمان : ... ۵ دقیقه مدت زمان : ... ۲۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> کلیات درس <ul style="list-style-type: none"> بخش اول درس پرسش و پاسخ و استراحت بخش دوم درس
مدت زمان : ... ۱۰ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> جمع بندی و نتیجه گیری
	<ul style="list-style-type: none"> وظایف و تکالیف دانشجویان:
مدت زمان : ... ۵ دقیقه	<ul style="list-style-type: none"> ارزشیابی درس: پرسش شفاهی از دروس قبل