



به نام خدا

دانشگاه آزاد اسلامی داراب

طرح درس روزانه (Lesson plan) اصول تغذیه و تغذیه درمانی

سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴	
مقطع تحصیلی: کارشناسی پرستاری	دانشکده: پرستاری
روز: یکشنبه	نام درس: اصول تغذیه و تغذیه درمانی
تعداد واحد: ۱.۵	نوع واحد: نظری
مدرس: زینب میرزائی	مدت کلاس: ۹۰
تاریخ تجدید نظر: ۱۴۰۴	تنظیم کننده: زینب میرزائی

**هدف کلی:** : آشنایی و گسترش دانش دانشجویان به اهمیت و نقش تغذیه صحیح در تأمین سلامت فرد و پیشگیری از بروز سوء تغذیه

ارتقاء دانش مربوط به مصرف مواد غذایی در زندگی روزمره

آشنا کردن دانشجویان پرستاری با انواع رژیم های غذایی در درمان بیماری ها

اهمیت آموزش به بیمار در مورد رعایت رژیم غذایی مرتبط

جلسه	عنوان درس	اهداف شناختی	روش آموزش	نحوه ارزشیابی جلسه	نوع تکلیف /مهلت ارائه/نمره	محتوای آموزشی
اول	ارائه طرح درس و معرفی منابع تعریف واژگان و اهمیت تغذیه	واژگان رایج در علم تغذیه را تعریف کند فرآیند پرستاری در ارزیابی تغذیه ای را انجام دهد	حضور	- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ		پاورپوینت فیلم کتاب

دوم	هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی	نحوه متابولیسم انرژی را شرح دهد انرژی حاصل از مواد غذایی را محاسبه کند هضم و جذب کربوهیدرات ها را توضیح دهد	حضور	- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ		پاورپوینت فیلم کتاب
-----	-------------------------------------	---	------	--	--	------------------------

سوم	هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی	هضم و جذب پروتئین ها را شرح دهد انواع رژیم های گیاهخواری را بشناسد	حضور	- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ		پاورپوینت فیلم کتاب
-----	-------------------------------------	---	------	--	--	------------------------

چهارم	هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی	هضم و جذب لیپید را توضیح دهد	حضور	- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ		پاورپوینت فیلم کتاب
-------	-------------------------------------	------------------------------	------	--	--	------------------------

<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمردر کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>جذب و دفع و مقادیر مورد نیاز مواد معدنی را بداند عملکرد ویتامین ها و مقادیر مجاز مصرف آن را بیان کند</p>	<p>هضم، جذب، متابولیسم و نقش مواد مغذی</p>	<p>پنجم</p>
<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمردر کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>فرهنگ را تعریف کند اثرات فرهنگ بر نوع تغذیه را بیان کند عوامل موثر بر عادت های غذایی را شرح دهد بیوتکنولوژی غذایی را توضیح دهد.</p>	<p>نقش آداب و سنن و سبک زندگی در تغذیه</p>	<p>ششم</p>
<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمردر کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>نحوه تنظیم برنامه غذایی متناسب با فرد را بداند انواع رژیم های غذایی آشنا باشد کاربرد انواع رژیم های درمانی را بداند مراقبت های تغذیه ای بیماران در شرایط ویژه آگاه باشد</p>	<p>رژیم های غذایی و درمانی</p>	<p>هفتم</p>
<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمردر کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به سندرم نفروتیک را بشناسد رژیم غذایی مناسب بیماران مزمن کلیوی آگاه باشد تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به انواع سنگ های کلیوی را بداند</p>	<p>تغذیه در اختلالات دستگاه ادراری</p>	<p>هشتم</p>

<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>اختلالاتی که غذا خوردن را مختل می کند ، بشناسد تغذیه مناسب در بیماران مبتلا به مشکلات مری و معده را بداند رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به اختلالات روده ای آشنا باشد</p>	<p>تغذیه در اختلالات گوارشی</p>	<p>نهم</p>
---------------------------------	--	---	-------------	--	---------------------------------	------------

<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>الگوهای غذایی مناسب جهت حفظ سلامت قلب و عروق را بشناسد رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به پرفشاری خون و آترواسکلروز را بداند توصیه غذایی جهت بیماران مبتلا به مشکلات قلبی آگاه باشد رژیم غذایی مناسب در انواع کم خونی ها را توضیح دهد</p>	<p>تغذیه در اختلالات قلب و عروق و کم خونی ها</p>	<p>دهم</p>
---------------------------------	--	---	-------------	--	--	------------

<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>فرآیند تنیدگی و پاسخ های هورمونی را توضیح دهد تغذیه مناسب در بیماران سوختگی را بشناسد رژیم غذایی مناسب در بیماران مبتلا به اختلالات مزمن تنفسی آگاه باشد</p>	<p>تغذیه در تنیدگی های متابولیک</p>	<p>یازدهم</p>
---------------------------------	--	---	-------------	---	-------------------------------------	---------------

<p>پاورپوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضورمستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>انواع دیابت و علل آن را شرح دهد روش های کنترل و درمان دیابت آگاه باشد الگوی غذایی مناسب در بیماران دیابتی را بداند روش های محاسبه کربوهیدرات را توضیح دهد</p>	<p>تغذیه در دیابت</p>	<p>دوازدهم</p>
<p>پاورپوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضورمستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>روش های محاسبه شاخص توده بدنی و وزن ایده آل را بداند علل افزایش وزن و چاقی را شرح دهد استراتژی های کاهش و تنظیم وزن را بداند انواع رژیم های کم کالری و روش های جراحی جهت کاهش وزن را بشناسد</p>	<p>تغذیه در چاقی</p>	<p>سیزدهم</p>

<p>پاورپوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضورمستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>تاثیر سرطان و روش های درمانی آن بر تغذیه را بشناسد اصول تغذیه در دوره درمان سرطان آگاه باشد روش های کنترل علائم مرتبط به تغذیه آگاه باشد</p>	<p>تغذیه در سرطان</p>	<p>چهاردهم</p>
<p>پاورپوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضورمستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>پیامدهای تغذیه ای به دنبال بیماری های نقص سیستم ایمنی را بداند رژیم غذایی مناسب در این بیماران آگاه باشد</p>	<p>تغذیه در بیماران دارای نقص سیستم ایمنی</p>	<p>پانزدهم</p>

<p>پاور پوینت فیلم کتاب</p>		<p>- حضور مستمر در کلاس - شرکت در بحث گروهی - پرسش و پاسخ</p>	<p>حضور</p>	<p>انواع مزاج و اخلاط را بشناسد با طبع انواع غذاها آشنایی داشته باشد تاثیر مزاج بر سلامتی انسان آگاه باشد</p>	<p>تغذیه از دیدگاه طب سنتی</p>	<p>شانزدهم</p>
<p>حضور</p>				<p>آزمون پایان ترم</p>		<p>هفدهم</p>