



## فرم طرح درس

نیمسال تحصیلی: نیمسال اول ۱۴۰۱-۱۴۰۲

نام درس: ارزیابی وضعیت تغذیه	پیش نیاز: تغذیه اساسی ۱ و ۲	نوع درس (تئوری/عملی): ۲ واحد تئوری (معادل ۳۴ ساعت)، ۱ واحد عملی (معادل ۳۴ ساعت)	ساعت درس:
رشته تحصیلی: علوم تغذیه	مقطع تحصیلی دانشجویان: کارشناسی	محل برگزاری: دانشکده بهداشت	مدرس: دکتر شیما عبداللهی

هدف کلی درس: آشنایی با روش های علمی ارزیابی وضعیت تغذیه

شماره جلسه	اهداف میانی (رئوس مطالب)	اهداف ویژه (بر اساس سه حیطه اهداف آموزشی: شناختی، عاطفی، روان حرکتی)	طبقه هر حیطه	روش یاددهی یادگیری*	رسانه های آموزشی	تکالیف دانشجوی
۱	معارفه مقدمه مفهوم ارزیابی وضعیت تغذیه	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: مفهوم ارزیابی وضعیت تغذیه را بداند اهمیت ارزیابی وضعیت تغذیه در پیشگیری از بیماری ها را بداند انواع ارزیابی های وضعیت تغذیه را بداند	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی، انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)
۲	ارزیابی های تن سنجی آشنایی با ابزارهای ارزیابی تن سنجی	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: هدف از ارزیابی وضعیت تغذیه و ارتباط آن با بیماریها را بداند تعریف بررسی تن سنجی را بداند اندازه های تن سنجی و نحوه سنجش آنها را بداند نحوه ارزیابی دقت و درستی اندازه گیری را بداند	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی، انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)
۳	ارزیابی های تن سنجی در کودکان	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: شاخص های تن سنجی بر مبنای اندازه های وزن و قد در کودکان را بداند نحوه استفاده از نمودارهای رشد را بداند اندازه گیری سطح ها، عضلات و چربی و موارد کاربرد آنها را بداند تفسیر شاخص ها و نمودارها در تعیین وضع تغذیه فرد را بداند	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی، انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)

\* روش یاددهی - یادگیری می تواند شامل: سخنرانی، مباحثه ای - گروهی کوچک، نمایشی - حل مسئله - پرسش و پاسخ - گردش علمی، آزمایشی

## فرم طرح درس

				تفسیر داده های جمع آوری شده در ارزیابی وضع تغذیه را بداند		
انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:	انواع ارزیابیها و شاخصهای تن	۴	شناختی	نحوه اندازه گیری محیط هاشامل دور سر، سینه، کمر، باسن، بازو و شرایط اندازه گیری را بداند	ویدئو پروژکتور	حضور منظم در کلاس
نحوه اندازه گیری محیط ها، دقت و درستی آنها را بداند	سنجی جهت تعیین وضعیت تغذیه در کودکان و بزرگسالان			نحوه برآورد شاخص های مورد نیاز و تفسیر آنها بر اساس استاندارد ها و نقاط برش را بداند	اسلاید	مشارکت در بحث های
انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:	سایر اندازه گیریهای تن سنجی و	۵	شناختی	نمایه توده بدن و شاخص پوندرال و نحوه برآورد آنها را بداند	ماژیک و وایت برد	کلاسی، انجام فعالیت های
نمایه توده بدن و شاخص پوندرال و نحوه برآورد آنها را بداند	تفسیر داده ها با استفاده از نمودارها، نقاط برش و جداول در کودکان و بزرگسالان را بداند			نحوه اندازه گیری چین پوستی، موارد کاربرد آن را بداند		کلاسی (مانند ارائه های
نحوه کار با کالیپر، دقت و درستی تفسیر داده های حاصل از اندازه گیری را بداند	تفسیر نتایج آن			نحوه کار با کالیپر، دقت و درستی تفسیر داده های حاصل از اندازه گیری را بداند		کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)
انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند:	ارزیابیهای آزمایشگاهی و کاربرد آن	۶	شناختی	اهمیت ارزیابیهای آزمایشگاهی در تعیین وضع تغذیه، مزایا و محدودیتهای آنها را بداند	ویدئو پروژکتور	حضور منظم در کلاس
اهمیت ارزیابیهای آزمایشگاهی در تعیین وضع تغذیه، مزایا و محدودیتهای آنها را بداند	در مقایسه با ارزیابیهای تن			ارزیابی وضعیت پروتئین های بدن و شاخص های آن را بداند	اسلاید	مشارکت در بحث های
تفسیر داده ها در ارزیابی سوء تغذیه PEM را بداند	سنجی - ارزیابی وضعیت پروتئین			تفسیر داده ها در ارزیابی سوء تغذیه PEM را بداند	ماژیک و وایت برد	کلاسی، انجام فعالیت های
						کلاسی (مانند ارائه های
						کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)

## فرم طرح درس

شماره جلسه	اهداف میانی (رئوس مطالب)	اهداف ویژه (بر اساس سه حیطه اهداف آموزشی: شناختی، عاطفی، روان حرکتی)	طبقه هر حیطه	روش یاددهی یادگیری*	رسانه های آموزشی	تکالیف دانشجو
۷	ارزیابی وضعیت آهن	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: تست های هماتولوژی در ارزیابی وضعیت کم خونی، کم خونی فقر آهن و کمبود آهن را بداند تفسیر نتایج تست های هماتولوژی را بداند آزمایشات بیو شیمیایی در برآورد وضعیت آهن بدن: آهن سرم و TIBC و فریتین را بداند	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)
۸	آزمون میانترم					
۹	ارزیابی وضعیت اسید فولیک و B12	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: تست های استاندارد وضعیت اسید فولیک و B12 را بداند تفسیر نتایج تست های آزمایشگاهی وضعیت اسید فولیک و B12 را بداند کم خونی ناشی از اسید فولیک و B12 را افتراق دهد	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)
۱۰	ارزیابی وضعیت ویتامین های محلول در چربی (ADEK)	انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: تست های استاندارد جهت تعیین وضعیت ویتامین های محلول در چربی را بداند محدودیت های تست های بیوشیمیایی تعیین وضعیت ویتامین های محلول در چربی را بداند	شناختی	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث	ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد	حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)

\* روش یاددهی - یادگیری می تواند شامل: سخنرانی، مباحثه ای - گروهی کوچک، نمایشی - حل مسئله - پرسش و پاسخ - گردش علمی، آزمایشی



## فرم طرح درس

<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: تست های استاندارد جهت تعیین وضعیت ویتامین های C، B1، B2، و B6 را بداند محدودیت های تست های بیوشیمیایی تعیین وضعیت ویتامین های C، B1، B2، و B6 را بداند</p>	<p>ارزیابی وضعیت ویتامین های C، B1، B2، و B6</p>	<p>۱۱</p>
<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: اهمیت ارزیابی های بالینی در تعیین وضع تغذیه را بداند علائم و نشانه های سوءتغذیه PEM را بداند علائم بالینی کمبود و مسمومیت ویتامین A را بداند علائم بالینی کمبود و مسمومیت ویتامین E و K را بداند</p>	<p>ارزیابی های بالینی وضعیت تغذیه ارزیابی های بالینی ویتامین های محلول در چربی ارزیابی های بالینی پروتئین</p>	<p>۱۲</p>
<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: علائم و نشانه های بالینی کمبود و مسمومیت ویتامین B1 را بداند. علائم و نشانه های بالینی کمبود و مسمومیت ویتامین B2 را بداند. علائم و نشانه های بالینی کمبود و مسمومیت ویتامین B3 را بداند.</p>	<p>ارزیابی های بالینی ویتامین های گروه B</p>	<p>۱۳</p>
<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار می رود در پایان جلسه دانشجو بتواند: شاخص های وضعیت درآمدی را بداند هزینه خوراک و درآمد را شرح دهد آمار حیاتی شامل میزان های مرگ و میر نوزدان-مادران و کودکان زیر ۳ سال و غیره را شرح دهد. روش های ارزیابی وضع تغذیه در سطح خانوار و ملی (ترازنامه غذایی، فهرست های غذایی، ثبت غذایی خانوار) را بداند</p>	<p>ارزیابی دریافت غذایی ترازنامه غذایی آشنایی با روش های ارزیابی تغذیه ای در سطح ملی و خانوارها</p>	<p>۱۴</p>



## فرم طرح درس

<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار میرود در پایان جلسه دانشجو بتواند: ثبت غذایی به روش وزن کردن، روش تخمین و محدودیت ها و نقاط قوت هریک از روش ها را بداند نحوه استفاده از مقیاس های خانگی، مدلها و آلبوم غذایی را بدانند. نحوه تکمیل پرسشنامه ثبت غذایی را یاد بگیرند</p>	<p>آشنایی با روش های ارزیابی تغذیه ای در سطح فردی</p>	<p>۱۵</p>
<p>حضور منظم در کلاس مشارکت در بحث های کلاسی انجام فعالیت های کلاسی (مانند ارائه های کلاسی، تکلیف کلاسی و ...)</p>	<p>ویدئو پروژکتور اسلاید ماژیک و وایت برد</p>	<p>سخنرانی پرسش و پاسخ بحث</p>	<p>شناختی</p>	<p>انتظار میرود در پایان جلسه دانشجو بتواند: روش پرسشنامه چک لیست های غذایی، مزایا و محدودیت های آن را بداند روش های فتو گرافیک و ویدیویی، مزایا و محدودیت های آن را بداند روش های گذشته نگر، مزایا و محدودیت های آن را بداند مصاحبه های تلفنی-استفاده از کامپیوتر و ایمیل را توضیح دهد</p>	<p>آشنایی با روش های ارزیابی تغذیه ای در سطح فردی</p>	<p>۱۶</p>
<p>آزمون پایانترم</p>						<p>۱۷</p>



## فرم طرح درس

منابع درسی مورد استفاده:

1. Modern nutrition in health and disease. 11th ed; 2014
2. KRAUSE'S FOOD & THE NUTRITION CARE PROCESS, 15th ed; 2021
3. Human Nutrition, 12th ed; 2010

### قوانین کلاس :

تمامی کلاس ها رأس ساعت مقرر آغاز و بلافاصله حضور و غیاب انجام می گردد.  
پرسش و کوئیز در ابتدای هر جلسه از مباحث جلسه گذشته انجام خواهد شد.  
در صورت ورود دانشجو به کلاس بعد از مدرس غیبت ملحوظ می گردد.  
در صورت غیبت، دانشجو تا جلسه بعد بایستی مستندات موجه بودن غیبت را به استاد ارائه کند در غیر این صورت غیبت غیرموجه تلقی می گردد.  
**نحوه ارزشیابی (همراه با سهم هر آیتم):**

حضور و غیاب ۱ نمره

حضور فعال در کلاس ۲ نمره

کوئیزهای کلاسی ۲ نمره

امتحان میان ترم ۵ نمره

امتحان پایان ترم ۱۰ نمره