



بسمه تعالی
دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان (خوراسگان)
دانشکده پرستاری و مامایی
گروه آموزشی مامایی
طرح درس

عنوان درس : اصول تغذیه مادر و کودک

تعداد و نوع واحد(تئوری-عملی):2:

پیش نیاز:

روز و ساعت تدریس: دوشنبه ساعت 8-10

مکان تدریس: دانشکده پرستاری و مامایی

مدرس: دکتر حسین حاجیان فر

هدف کلی: آشنایی با تغذیه دوران بارداری و شیردهی و کودکی و مشکلات و بیماری های مرتبط با آن

جلسه	هدف کلی	اهداف ویژه: در پایان هر جلسه دانشجو باید قادر باشد	شیوه تدریس و رسانه آموزشی	فعالیت های دانشجویان
1	محاسبه انرژی	دانشجو بتواند محاسبه انرژی برای زنان باردار را محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
2	آموزش کربوهیدرات ها	دانشجو مقدار کربوهیدرات لازم برای زنان باردار را با مقدار و نوع آن محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
3	آموزش چربی ها	دانشجو مقدار چربی ها ی لازم برای زنان باردار را با مقدار و نوع آن محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
4	آموزش پروتئین ها	دانشجو مقدار پروتئین لازم برای زنان باردار را با مقدار و نوع آن محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
5	آموزش ویتامین ها	دانشجو مقدار ویتامین ها ی لازم برای زنان باردار را با مقدار آن محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
6	آموزش مینرال ها	دانشجو مقدار مینرال ها ی لازم برای زنان باردار را با مقدار آن محاسبه کند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
7	آموزش مشکلات تغذیه ای دوران بارداری 1	دانشجو با مشکلات دوران بارداری که با تغذیه قابل کنترل است آشنا می شود	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
8	آموزش مشکلات تغذیه ای دوران بارداری 2	دانشجو با مشکلات دوران بارداری که با تغذیه قابل کنترل است آشنا می شود	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
9	آموزش تغذیه در دوران شیردهی 1	دانشجو بتواند نیازهای اصلی زنان شیرده را محاسبه نماید و با نیازهای تغذیه ای آنها آشنا شود	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
10	آموزش تغذیه در دوران شیردهی 1	دانشجو بتواند نیازهای اصلی زنان شیرده را محاسبه نماید و با نیازهای تغذیه ای آنها آشنا شود	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
11	آموزش تغذیه دوران نوزادی	دانشجو نیازهای تغذیه ای دوران نوزادی را بتواند محاسبه کند و تغذیه تکمیلی نوزاد و مواد قابل استفاده برای او را یاد بگیرد	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس

12	آموزش تغذیه دوران کودکی	دانشجو نیازهای تغذیه ای دوران کودکی را بتواند محاسبه کند و تغذیه تکمیلی کدک و بایدها و نیایدهای آن را یاد بگیرد	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
13	آموزش دیابت و تغذیه آن	دانشجو بتواند نیازهای تغذیه ای در افراد دیابتی و زنان باردار دیابتی را محاسبه کند . روش تشخیص دیابت و کنترل آن را بداند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
14	آموزش چاقی و کنترل آن	دانشجو بتواند نیازهای تغذیه ای در افراد چاق و اضافه وزن در زنان باردار را محاسبه کند . روش تشخیص چاقی و کنترل آن را بداند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
15	آموزش فشار خون و کنترل آن	دانشجو بتواند نیازهای تغذیه ای در افراد پرفشار خون در زنان باردار را محاسبه کند . روش تشخیص فشار خون و کنترل آن را بداند	سخنرانی، وایت برد و ویدئوپروژکتور	پرسش و پاسخ، حضور فعال در کلاس
16	امتحان پایان ترم	ارزیابی دانشجو	سوال	امتحان کتبی

نحوه ارزشیابی: فعالیت های مورد نظر استاد و میزان نمره اختصاص یافته به آن فعالیت ذکر شود. بعنوان مثال:

حضور به موقع و فعال در کلاس یک نمره

شرکت در بحث های گروهی دو نمره

امتحان میان ترم 7 نمره

امتحان پایان ترم: 10 نمره

منابع: تغذیه در دوران بارداری و شیردهی ، دکتر حسین حاجیان فر
تغذیه و تغذیه درمانی کراوس بخش بارداری و شیردهی