

الف. توصیف دوره

اطلاعات دوره:

نام دوره: تغذیه اختصاصی و شیوه های تهیه غذاهای ویژه	
گروه آموزشی ارائه دهنده: طب سنتی ایران دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی	
زمان ارائه: نیمسال دوم تحصیلی 1402-1403	تعداد واحد: 1 (نظری) - 1 (عملی)
تعداد ساعات: 17 ساعت نظری - 34 ساعت عملی	
فراگیران: دستیاران دکترای تخصصی داروسازی سنتی	پیش نیاز: ندارد
مدرس: سرکار خانم دکتر غزاله حیدری راد (100٪)	
محل ارائه: سالن دکتر اصفهانی دانشکده طب سنتی	
تاریخ شروع دوره: 1402/11/15	تاریخ آزمون پایان دوره: 1403/03/15

اطلاعات مسئول دوره:

نام مدرس: دکتر غزاله حیدری راد (عضو هیئت علمی) اطلاعات تماس مدرس: dr.ghazalrad@sbmu.ac.ir 88773521 داخلی	221
مسئول درس: دکتر غزاله حیدری راد	

ب- هدف دوره

آشنایی با کلیات تغذیه

ج- اهداف اختصاصی

1. اهداف شناختی

- دانشجو بتواند در پایان جلسه اول، آشنایی کلی در مورد کلیات تغذیه پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه دوم آشنایی کلی در مورد رژیم های گیاه خواری و سبزیجات پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه سوم آشنایی کلی با انواع گوشت ها و کباب ها پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه چهارم آشنایی کلی در مورد رژیم های خورشتی و نخوداب پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه پنجم آشنایی کلی در مورد رب ها و مربا ها و مزاج و خصوصیات و افعال آنها پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه ششم آشنایی کلی در مورد آش ها و سوپ ها (حبوبات) و خصوصیات و افعال آنها پیدا کرده باشند.
- دانشجو در پایان جلسه هفتم آشنایی کلی در مورد پلوها، نان (غلات) و پنیر پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه هشتم آشنایی کلی در مورد غذاها از نظر هضم (غلیظ/لطیف) پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه نهم آشنایی کلی در مورد غذاهای مرطب پیدا کرده باشد.

- دانشجو در پایان جلسه دهم آشنایی کلی در مورد تغذیه در بارداری پیدا کرده باشد.
- دانشجو در پایان جلسه یازدهم آشنایی کلی در مورد تغذیه در دیابت پیدا کرده باشد.

2. اهداف عاطفی

- دانشجو در پایان دوره ضرورت و اهمیت تغذیه مناسب در طب سنتی را بیان کند.
- دانشجو در پایان دوره اهمیت تغذیه صحیح در بیماری‌ها را بیان کند.
- دانشجو در پایان دوره، نسبت به مراجعه به استاد جهت استفاده و تجویز توصیه های تغذیه ای رغبت نشان دهد.
- دانشجو در پایان دوره، نسبت به ضرورت انجام پژوهش های بیشتر در طب سنتی علاقه نشان دهد.
- دانشجو در جلسات مختلف تدریس، در بحث های گروهی فعالانه شرکت کند.

3. اهداف روان- حرکتی

- دانشجو در پایان دوره قادر به ارائه توصیه های غذایی مناسب بر حسب مزاج و خصوصیات مواد غذایی مختلف باشد.
- دانشجو در پایان دوره قادر به ارائه توصیه های غذایی مناسب در بیماری دیابت باشد.
- دانشجو در پایان دوره قادر به ارائه توصیه های غذایی مناسب در دوره بارداری باشد.

د- روش تدریس

- سخنرانی تعاملی با استفاده از ابزارهای کمک آموزشی شامل پاورپوینت، مازیک و وایت برد و پخش فیلم و کلیپ آموزشی
- مباحثه طبق فرآیند آموزشی مصوب گروه آموزشی طب سنتی ایران که شامل مرور مطالب تدریس شده توسط دانشجویان، نقد محتوای ارائه شده، ارائه پیشنهادات و ایده های جدید است. لازم به ذکر است جلسات مباحثه با حضور دستیار سال بالا برگزار می گردد و کیفیت و کمیت برگزاری جلسات مباحثه توسط مدرس پایش شده و در ارزیابی پایان دوره لحاظ می گردد.
- یادگیری مبتنی بر مسئله: دانشجویان در پایان هر جلسه، یک نمونه شامل قسمتی از پروپوزال که حاوی ایراداتی است را نقد می کنند و اشتباهات یافته شده را با راهنمایی استاد تصحیح می کنند.
- یادگیری مبتنی بر تیم: دانشجویان در نقد پروپوزال به صورت گروهی مشارکت دارند.

ه- وسایل کمک آموزشی

رایانه (نرم افزارهای پاورپوینت و Word) و تخته وایت برد

و- وظایف و انتظارات از دانشجو

حضور منظم در کلاس درس، انجام تکلیف هر جلسه شامل نگارش قسمتی از پروپوزال که مناسب با محتوای تدریس شده در جلسه است، انجام تکلیف پایان دوره در موعد مقرر شامل نگارش یک پروپوزال پژوهشی کامل با عنوان پایان نامه یا مرتبط با عنوان پایان نامه، مطالعه منابع معرفی شده و مشارکت فعال در برنامه های کلاس، شرکت در جلسات مباحثه.

ز- روش ارزیابی دانشجو

ارزیابی دانشجو طبق موارد زیر صورت می گیرد:

تکلیف پایان دوره شامل نگارش پروپوزال پژوهشی کامل با عنوان پایان نامه یا مرتبط با عنوان پایان نامه (در صورتیکه امکان تغییر عنوان وجود دارد) در موعد مقرر (تا حداکثر یک ماه پس از اتمام دوره) که 12 نمره از امتحان را شامل می شود.

تکالیف کلاسی (نگارش قسمتی از پروپوزال که مناسب با محتوای تدریس شده در جلسه است) که مجموعاً 5 نمره از امتحان را شامل می گردد.

گزارش جلسات مباحثه (یک جلسه یکساعته به ازای هر جلسه کلاس) که مجموعاً 3 نمره از امتحان را شامل می گردد.

س- منابع

برنامه زمان بندی دوره تغذیه اختصاصی و شیوه های تهیه غذاهای ویژه

ردیف	تاریخ	ساعت	موضوع	استاد
1.	1402/11/17	8-10	کلیات تغذیه	دکتر غزاله حیدری راد
2.	1402/11/24	8-10	غذاها و مفردات 1 (آشنایی کلی با رژیم های گیاه خواری و سبزیجات)	دکتر غزاله حیدری راد
3.	1402/12/01	8-10	غذاها و مفردات 2 (آشنایی کلی در مورد انواع گوشت ها و کباب ها)	دکتر غزاله حیدری راد
4.	1402/12/08	8-10	غذاها و مفردات 3 (آشنایی کلی در مورد رژیم های خورشتی و نخوداب)	دکتر غزاله حیدری راد
5.	1402/12/15	8-10	غذا ها و مفردات 4 (آشنایی کلی در مورد رب ها و مربا ها و مزاج و خصوصیات و افعال آنها)	دکتر غزاله حیدری راد
6.	1403/01/14	8-10	غذا ها و مفردات 5 (آشنایی کلی در مورد آش ها و سوپ ها و خصوصیات افعال آنها)	دکتر غزاله حیدری راد
7.	1403/01/28	8-10	غذاها و مفردات 5 (آشنایی کلی در مورد پلوه، نان (غلات) و پنیر)	دکتر غزاله حیدری راد
8.	1403/02/04	8-10	آشنایی کلی در مورد غذا از نظر هضم (غلیظ/لطیف)	دکتر غزاله حیدری راد
9.	1403/02/11	8-10	آشنایی کلی در مورد غذاهای مرطب	دکتر غزاله حیدری راد
10.	1403/02/18	8-10	آشنایی کلی در مورد تغذیه در بارداری	دکتر غزاله حیدری راد
11.	1403/02/25	8-10	آشنایی کلی در مورد تغذیه در دیابت	دکتر غزاله حیدری راد
12.	1403/01/14	8-13	عملی	دکتر غزاله حیدری راد
13.	1403/01/28	8-13	عملی	دکتر غزاله حیدری راد

دکتر غزاله حیدری راد	عملی	11-16	1403/02/04	.14
دکتر غزاله حیدری راد	عملی	11-16	1403/02/11	.15
دکتر غزاله حیدری راد	عملی	11-16	1403/02/18	.16
دکتر غزاله حیدری راد	عملی	11-16	1403/02/25	.17
دکتر غزاله حیدری راد	عملی	11-16	1403/03/01	.18