



طرح دوره (Course Plan)

مشخصات کلی:

نام دانشکده بهداشت	گروه آموزشی تغذیه
نام درس اصول مشاوره و آموزش تغذیه	رشته تحصیلی تغذیه بالینی

مشخصات درس:

پیش نیاز:	تعداد واحد: ۲	نام درس: اصول مشاوره و آموزش تغذیه
زمان برگزاری : زمان برگزاری : نیمسال ..اول... تحصیلی..... سال ۱۳۹۹-۴۰۰ شنبه و چهارشنبه ساعت ۱۰-۱۲		
نام مدرس یا مدرسین : دکتر ناهید آریائیان - دکتر رهیده - دکتر میترا زراتی		
نام مدرس مسوول درس : دکتر ناهید آریائیان		
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: ۸۶۷۰۴۷۵۰ nah_arya2002@yahoo.com		



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

اهداف درس :

هدف کلی :

کمک به افراد در به دست آوردن دانش تغذیه ، انگیزه و یا هر دو

اهداف اختصاصی^۱ :

هفته اول

معرفی درس و چارچوبهای آن، چالش های متخصصین رژیم شناسی، آموزش تغذیه

هفته دوم

مراحل و فرآیند های تغییر رفتار

هفته سوم

نظریه های یادگیری و مدل های رفتار و تغییر رفتار و کاربرد آنها در آموزش تغذیه

هفته چهارم

مهارت های برقراری ارتباط (انواع ارتباط کلامی و غیرکلامی و نحوه استفاده بهینه از آنها در مشاوره و آموزش تغذیه)

هفته پنجم

انواع مشاوره، مراحل مشاوره، اجزاء مشاوره تغذیه ایی

هفته ششم

آشنایی با روند صحیح مشاوره تغذیه، مشاوره های مستقیم و غیرمستقیم و کاربرد آنها

هفته هفتم

برقراری ارتباط، استراتژی های مختلف آموزش تغذیه در دوران های مختلف زندگی، مهارت های برقراری ارتباط موثر

هفته هشتم

معرفی ابزار های آموزشی، مشخصه های مهم يك ابزار آموزشی و اجزاء مختلف يك برنامه آموزشی نظریه های تغییر رفتار سلامت ، اصول طراحی و اجرای برنامه ها و پیام های آموزش تغذیه

هفته نهم

روش های ارزشیابی برنامه ها و پیام های آموزش تغذیه، روش های تهیه و ارزشیابی مواد آموزشی

^۱ منظور از اهداف اختصاصی ، همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است .



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

هفته دهم

کلید آموزش تغذیه موفق (معرفی مشاورین ناشی و چگونگی مشاوره صحیح با مدل صحیح مشاوره)

هفته یازدهم

اصول آموزش تغذیه در مراکز گروهی (خانه های بهداشت، بیمارستان، مطب، مدارس، پادگان، خانواده)

هفته دوازدهم

مصاحبه (انواع مصاحبه، شرایط مصاحبه، بخشهای مصاحبه)

هفته سیزدهم

اصول آموزش تغذیه در رسانه (کاربرد رسانه های گروهی و نحوه کار با آنها در ارتقاء سلامت تغذیه ای)

وظایف/ تکالیف دانشجویان :

ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)

توجه: در صورت تغییر مباحث و نحوه تدریس درس در هر نیمسال لازم است فرم مربوطه مجدداً توسط استاد محترم تکمیل و جهت به روز رسانی در اختیار آموزش دانشکده و سایت واحد قرار گیرد.

نحوه ارزشیابی فعالیت دانشجو در طی دوره:

5 نمره عملی ارائه مشاوره کلاسی و آزمون نهایی

ارزشیابی دانشجو :

درصد از نمره کل	مبنای ارزشیابی
۱۰	آزمون پایانی
۴	آزمون یا آزمون های میان ترم
۲	حضور و مشارکت در کلاس، تالار گفتگو و چت روم
۴	انجام تکالیف، پروژه ها و پاسخ به تمرین



منابع پیشنهادی برای مطالعه :

1. Nutrition Counseling and Education Skills for Dietetics Professionals. (2014). Lippincott Williams & Wilkins
2. Nutrition Counseling and Education Skill Development (201۸). Wadsworth, Cengage Learning.
3. Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice- Skills, Strategies, and Techniques (last edi). John Wiley & Sons
4. Principles of Counseling and Psychotherapy- Learning the Essential Domains and Nonlinear Thinking of Master Practitioners. (2009). Routledge Taylor & Francis Group
5. Advanced Techniques for Counseling and Psychotherapy. (2016). Springer Publishing
6. Counselling Skills for Dietitians, Judy Gable (2016), Tamara Herrmann, THIRD EDITION. wiley,

جدول زمان بندی دروس :

شماره جلسه	تاریخ	ساعت	عنوان مطلب	روش تدریس	نام مدرس
جلسه ۱	۹۹/۹/۵	۱۳-۱۵	معرفی درس و چارچوبهای آن، چالش های متخصصین رژیم شناسی، آموزش تغذیه	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	دکتر آریائیان
جلسه ۲	۹۹/۹/۱۱	۱۰-۱۲	مراحل و فرآیند های تغییر رفتار	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	دکتر آریائیان
جلسه ۳	۹۹/۹/۱۸	۱۰-۱۲	اصول و نظریه های یادگیری و تئوریهای یادگیری رفتاری و کاربرد آنها در آموزش تغذیه	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	دکتر آریائیان
جلسه ۴	۹۹/۹/۲۵	۱۰-۱۲	مهارتهای برقراری ارتباط (انواع ارتباط کلامی و غیرکلامی و نحوه استفاده بهینه از آنها در مشاوره و آموزش تغذیه)	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	دکتر آریائیان
جلسه ۵	۹۹/۹/۲۹	۱۰-۱۲	انواع مشاوره، مراحل مشاوره، اجزاء مشاوره تغذیه ایی	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	دکتر آریائیان



سازمان ملی تغذیه و امنیت غذایی ایران

دکتر آریائیان	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	آشنایی با روند صحیح مشاوره تغذیه، مشاوره های مستقیم و غیرمستقیم و کاربرد آنها <u>امتحان میان ترم</u>	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۲	جلسه ۶
دکتر آریائیان	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	برقراری ارتباط، استراتژی های مختلف آموزش تغذیه در دوره های مختلف زندگی، مهارت های برقراری ارتباط موثر	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۶	جلسه ۷
دکتر آریائیان	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	معرفی ابزار های آموزشی، مشخصه های مهم يك ابزار آموزشی و اجزاء مختلف يك برنامه آموزشی نظریه های تغییر رفتار سلامت، اصول طراحی و اجرای برنامه ها و پیام های آموزش تغذیه	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۹	جلسه ۸
دکتر آریائیان	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	روش های ارزشیابی برنامه ها و پیام های آموزش تغذیه، روش های تهیه و ارزشیابی مواد آموزشی	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۱۳	جلسه ۹
دکتر رهیده	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	کلید آموزش تغذیه موفق (معرفی مشاورین ناشی و چگونگی مشاوره صحیح با مدل صحیح مشاوره)	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۱۶	جلسه ۱۰
دکتر رهیده	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	اصول آموزش تغذیه در مراکز گروهی) خانه های بهداشت، بیمارستان، مطب، مدارس، پادگان، خانواده)	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۲۰	جلسه ۱۱
دکتر زراتی	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	مصاحبه (انواع مصاحبه، شرایط مصاحبه، بخش های مصاحبه)	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۲۴	جلسه ۱۲
دکتر زراتی	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	اصول آموزش تغذیه در رسانه (کاربرد رسانه های گروهی و نحوه کار با آنها در ارتقاء سلامت تغذیه ای)	۱۰-۱۲	۹۹/۱۰/۲۷	جلسه ۱۳
گروه اساتید	سخنرانی با بهره گیری از وسایل	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)	۱۰-۱۲	همه‌هنگی با اساتید	جلسه ۱۴



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

	کمک آموزشی online				
گروه اساتید	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)	۱۰-۱۲	هماهنگی با اساتید	جلسه ۱۵
گروه اساتید	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی online	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)	۱۰-۱۲	هماهنگی با اساتید	جلسه ۱۶
		امتحان پایان ترم	۱۰-۱۲		جلسه ۱۷

روش تدریس شامل حضوری یا مجازی می باشد.

طرح درس (lesson Plan)

نام دانشکده : بهداشت	گروه آموزشی : تغذیه	مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد
نام درس : : اصول مشاوره و آموزش تغذیه	پیش نیاز:-	
نام مدرس دکتر ناهید آریائیان – دکتر رهیده- دکتر میترا زراتی		
نام مدرس مسئول دکتر ناهید آریائیان		
هدف کلی درس; کمک به افراد در به دست آوردن دانش تغذیه ، انگیزه و یا هر دو		



شماره جلسه	اهداف بینابینی	اهداف ویژه	روش تدریس	رسانه آموزشی	تکلیف / پروژه
جلسه ۱	معرفی درس و چارچوبهای آن، چالش های متخصصین رژیم شناسی، آموزش تغذیه	درس و چارچوبهای آن را دگر نماید، چالش های متخصصین رژیم شناسی در آموزش تغذیه را توضیح دهد	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۲	مراحل و فرآیند های تغییر رفتار	مراحل و فرآیند های تغییر رفتار را بشناسد و توضیح دهد.	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۳	اصول و نظریه های یادگیری و تئوریهای یادگیری رفتاری و کاربرد آنها در آموزش تغذیه	اصول و نظریه های یادگیری و تئوریهای یادگیری رفتاری و کاربرد آنها در آموزش تغذیه را ذکر نموده و توضیح دهد.	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۴	مهارتهای برقراری ارتباط (انواع ارتباط کلامی و غیرکلامی و نحوه استفاده بهینه از آنها در مشاوره و آموزش تغذیه)	مهارتهای برقراری ارتباط (انواع ارتباط کلامی و غیرکلامی و نحوه استفاده بهینه از آنها در مشاوره و آموزش تغذیه) را بیان نموده و توضیح دهد.	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۵	انواع مشاوره، مراحل مشاوره، اجزاء مشاوره تغذیه ایی	انواع مشاوره، مراحل مشاوره اجزاء مشاوره تغذیه ایی را ذکر نموده و توضیح دهد	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-



جلسه ۶	آشنایی با روند صحیح مشاوره تغذیه، مشاوره های مستقیم و غیرمستقیم و کاربرد آنها <u>امتحان میان ترم</u>	روند صحیح مشاوره تغذیه، مشاوره های مستقیم و غیرمستقیم و کاربرد آنها را توضیح دهد <u>امتحان میان ترم</u>	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	امتحان میان ترم
جلسه ۷	برقراری ارتباط، استراتژی های مختلف آموزش تغذیه در دورانهای مختلف زندگی، مهارتهای برقراری ارتباط موثر	برقراری ارتباط، استراتژی های مختلف آموزش تغذیه در دورانهای مختلف زندگی، مهارتهای برقراری ارتباط موثر را توضیح دهد.	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۸	معرفی ابزارهای آموزشی، مشخصه های مهم يك ابزار آموزشی و اجزاء مختلف يك برنامه آموزشی نظریه های تغییر رفتار سلامت، اصول طراحی و اجرای پیامهای آموزش تغذیه	ابزارهای آموزشی، مشخصه های مهم يك ابزار آموزشی و اجزاء مختلف يك برنامه آموزشی نظریه های تغییر رفتار سلامت، اصول طراحی و اجرای پیامهای آموزش تغذیه را بیان نموده و توضیح دهد.	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-
جلسه ۹	روشهای ارزشیابی برنامه ها و پیامهای آموزش تغذیه، روشهای تهیه و ارزشیابی مواد آموزشی	روشهای ارزشیابی برنامه ها و پیامهای آموزش تغذیه، روشهای تهیه و ارزشیابی مواد آموزشی	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	Online -PowerPoint	-



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

			آموزشی را بیان نموده و توضیح دهد.		
	Online -PowerPoint	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	کلید آموزش تغذیه موفق (معرفی مشاورین ناشی و چگونگی مشاوره صحیح با مدل صحیح مشاوره) را توضیح دهد.	کلید آموزش تغذیه موفق (معرفی مشاورین ناشی و چگونگی مشاوره صحیح با مدل صحیح مشاوره)	جلسه ۱۰
	Online -PowerPoint	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	اصول آموزش تغذیه در مراکز گروهی (خانه های بهداشت، بیمارستان، مطب، مدارس، پادگان، خانواده) را بیان نموده و توضیح دهد.	اصول آموزش تغذیه در مراکز گروهی (خانه های بهداشت، بیمارستان، مطب، مدارس، پادگان، خانواده)	جلسه ۱۱
	Online -PowerPoint	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	مصاحبه (انواع مصاحبه، شرایط مصاحبه، بخشهای مصاحبه) را بیان نموده و توضیح دهد.	مصاحبه (انواع مصاحبه، شرایط مصاحبه، بخشهای مصاحبه)	جلسه ۱۲
	Online	سخنرانی با بهره گیری از وسایل کمک آموزشی	اصول آموزش تغذیه در رسانه (کاربرد رسانه های گروهی را بیان نموده و نحوه کار با آنها در ارتقاء سلامت تغذیه ای) را توضیح دهد.	اصول آموزش تغذیه در رسانه (کاربرد رسانه های گروهی و نحوه کار با آنها در ارتقاء سلامت تغذیه ای)	جلسه ۱۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

+	Online	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)			جلسه ۱۴
+	Online	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)			جلسه ۱۵
+	Online	ارائه کارهای کلاسی و ارزیابیها (عملی)			جلسه ۱۶
	Online	امتحان			جلسه ۱۷

- اهداف بینابینی : همان رئوس مطالب می باشد.
- اهداف ویژه : بیان اهداف بر اساس سه حیطه آموزشی (شناختی ، عاطفی و روان – حرکتی) می باشد.
- روش تدریس : شامل انواع روش ها مانند مجازی، سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، گروه کوچک، آزمایشی و غیره می باشد.
- رسانه آموزشی : در مورد جلسات مجازی شامل : فایل pdf ، word ، پاورپوینت با صدا ، پاورپوینت بی صدا ، فیلم آموزشی ، محتوای تعاملی ، پادکست و سایر موارد می باشد.