

## بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی

### طرح درس



عنوان درس: برنامه ریزی غذا و تغذیه	مخاطبان: دانشجویان ترم ۲ کارشناسی ارشد تغذیه
تعداد و نوع واحد: ۲ واحد نظر	ساعت مشاوره: شنبه ۱۴-۱۳
درس پیش نیاز: ندارد	زمان ارائه درس: یکشنبه ۱۰-۸
مدرسین: دکتر جلال مولودی، دکتر امیر صابر	نیمسال: دوم -۱۴۰۳-۱۴۰۴
<b>*طراح طرح درس: دکتر جلال مولودی</b>	

### هدف کلی درس:

اهمیت برنامه ریزی تغذیه در ارتباط با سلامتی و بیماری ها و شناخت روش های مختلف مداخله تغذیه و ارزیابی آن

### اهداف کلی جلسات: ( جهت هر جلسه یک هدف )

۱- آشنایی با مفهوم برنامه ریزی تغذیه ای، اهمیت و کاربردهای آن در وضعیت سلامتی و بیماری

۲- آشنایی با مفهوم و تعاریف امنیت غذایی در گذر زمان و روند امنیت غذایی در ایران و جهان

۳- آشنایی با اجزاء و نحوه طراحی برنامه های تغذیه ای در سطح جامعه

۴- آشنایی با انواع استراتژی های مداخله تغذیه ای جامعه محور

۵- آشنایی با برنامه ریزی های تغذیه ای در راستای بهبود امنیت غذایی در ایران و جهان

۶- آشنایی با سبد مطلوب غذایی جمعیت ایران

۷- آشنایی با برنامه حمایت تغذیه ای WIC

۸- آشنایی با مداخلات تغذیه ای مرتبط با نا امنی غذایی

۹-مراحل برنامه ریزی و مدیریت برنامه های غذا و تغذیه تحلیل وضعیت با استفاده از مدل های برنامه ریزی، اجرا و ارزشیابی

۱۰- سیاست های تغذیه ای در ایران

۱۱- ارزشیابی (Process) برنامه های تغذیه ای

۱۲- ارزشیابی اقتصادی برنامه های تغذیه ای

۱۳- تعیین اهداف کوتاه مدت و بلند مدت و ارزیابی آن

۱۴- آشنایی با برنامه ریزی های تغذیه ای در راستای بهبود امنیت غذایی در ایران و جهان

۱۵- مراحل برنامه ریزی و مدیریت برنامه های غذا و تغذیه تحلیل وضعیت با استفاده از مدل های برنامه ریزی، اجرا و ارزشیابی

۱۶- سیاست های تغذیه ای در ایران

## هدف کلی جلسه اول:

آشنایی با مفهوم برنامه ریزی تغذیه ای، اهمیت و کاربردهای آن در وضعیت سلامتی و بیماری

## اهداف ویژه جلسه اول:

۱-۱) آشنایی فراگیران با مهمترین دلایل مرگ و میر ایران و جهان در دهه های اخیر

۱-۲) آشنایی فراگیران با گذار تغذیه ای در این و جهان

۱-۳) آشنایی فراگیران با اهمیت برنامه ریزی های تغذیه در کنترل و پیشگیری بیماریهای مزمن غیر واگیر

## در پایان دانشجو قادر باشد:

۱-۱) اهمیت نقش برنامه ریزی های تغذیه در کاهش خطر بیماریهای مزمن را توضیح دهد.

## هدف کلی جلسه دوم:

آشنایی با مفهوم و تعاریف امنیت غذایی در گذر زمان و روند امنیت غذایی در ایران و جهان

## اهداف ویژه جلسه دوم:

۲-۱) آشنایی فراگیران با تعاریف امنیت غذایی در گذر زمان

۲-۲) آشنایی فراگیران با مولفه های ضروری در دستیابی به امنیت غذایی پایدار

۲-۳) آشنایی فراگیران با عوامل تاثیر گذار بر پایداری امنیت غذایی در جوامع

## در پایان دانشجو قادر باشد:

۲-۱) تعریف کامل و جامع از امنیت غذایی ارائه نماید.

۲-۲) عوامل تاثیر گذار در امنیت غذایی جامعه زندگی خود را شناسایی نماید.

## هدف کلی جلسه سوم:

آشنایی با اجزاء و نحوه طراحی برنامه های تغذیه ای در سطح جامعه

## اهداف ویژه جلسه سوم:

۳-۱) آشنایی فراگیران با زمینه و اجزای طراحی برنامه های تغذیه ای جامعه محور

۳-۲) آشنایی فراگیران با نقش نیازسنجی در طراحی برنامه های تغذیه ای جامعه محور

۳-۳) آشنایی فراگیر با انواع عوامل خطر و تعیین کننده موثر بر وضعیت تغذیه و سلامت جامعه

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۳) براساس نیاز سنجی، اولویت مشکلات تغذیه ای جامعه زندگی خود را شناسایی نماید.

۲-۳) عوامل خطر و تعیین کننده های مشکلات تغذیه ای در جامعه خود را شناسایی نماید.

۳-۳) ذینفعان در اجرای برنامه تغذیه ای خود را بتواند شناسایی نماید.

**هدف کلی جلسه چهارم:**

آشنایی با انواع استراتژی های مداخلات تغذیه ای جامعه محور

**اهداف ویژه جلسه چهارم:**

۱-۴) آشنایی با رویکرد تغییر رفتار در برنامه های تغذیه ای جامعه محور

۲-۴) آشنایی با رویکردهای مبتنی بر غذا و مواد غذایی در برنامه های تغذیه ای جامعه محور

۳-۴) آشنایی با رویکرد سیاست های غذایی و تغذیه ای در برنامه های تغذیه ای جامعه محور

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۴) براساس اولویت تغذیه ای در جامعه خود و عوامل تعیین کننده رویکرد تغذیه ای مناسب برای حل آن مشکل تدوین نماید.

**هدف کلی جلسه پنجم:**

آشنایی با برنامه ریزی های تغذیه ای در راستای بهبود امنیت غذایی در ایران و جهان

**اهداف ویژه جلسه پنجم:**

۱-۵) آشنایی فراگیران با برنامه های تغذیه ای در جهت بهبود امنیت غذایی در ایران و سایر کشورهای

۲-۵) آشنایی فراگیران با چالش های پیش روی برنامه های تغذیه ای در جهت بهبود امنیت غذایی در ایران و جهان

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۵) مهمترین برنامه های در صورت گرفته در جهت بهبود امنیت غذایی را تشریح نماید.

۲-۵) چالش ها و فرصت های پیش روی در بهبود امنیت غذایی در جامعه خود را پیش بینی و راهکاری ارائه نماید؟

**هدف کلی جلسه ششم:**

مراحل برنامه ریزی و مدیریت برنامه های غذا و تغذیه تحلیل وضعیت با استفاده از مدل های برنامه ریزی، اجرا و ارزشیابی

**اهداف ویژه جلسه ششم:**

۱-۶) آشنایی فراگیران با مراحل برنامه ریزی

۲-۶) آشنایی فراگیران با تعیین گروهی از افراد در جامعه که در خطر تغذیه‌های هستند • تعیین جامعه یا جمعیت هدفی که نیازهای تغذیه‌های آنها تامین نشده‌است • تعیین اینکه برنامه‌ها یا خدمات موجود به چه اندازه نیازهای جمعیت هدف را تامین میکنند.

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۶) تشریح یک برنامه جامع و طراحی آن.

**هدف کلی جلسه هفتم:**

سیاست های تغذیه ای در ایران

**اهداف ویژه جلسه هفتم:**

۱-۷) آشنایی فراگیران سیاست های تغذیه ای در ایران شامل مکمل یاری و غنی سازی ها و ارزشیابی آنها

۲-۷) آشنایی فراگیران با نقاط ضعف برنامه های موجود و جرایب ایجاد آن

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۷) آشنایی با کل برنامه های نظام بهداشتی و امکان بازطراحی برنامه های جدید

**هدف کلی جلسه هشتم:**

ارزشیابی (Process) برنامه های تغذیه ای

**اهداف ویژه جلسه هشتم:**

۱-۸) آشنایی فراگیران روش های ارزشیابی و انواع اهداف ان

۲-۸) آشنایی فراگیران با اجزای ارزشیابی

۳-۸) آشنایی فراگیران با زمان هر یک از روش های ارزشیابی

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۱-۸) که یک برنامه را بر اساس اجزای روش ارزشیابی بررسی و نمره دهی کند .

**هدف کلی جلسه نهم:**

ارزشیابی اقتصادی برنامه های تغذیه ای

**اهداف ویژه جلسه نهم:**

۱-۹) آشنایی فراگیران روش های ارزشیابی اقتصادی و کاربرد انواع ان

۲-۹) آشنایی فراگیران با QALI

**در پایان دانشجو قادر باشد:**

۹-۱) که یک برنامه را بر اساس روش ارزشیابی اقتصادی بررسی و نمره دهی کند .

**هدف کلی جلسه دهم:**

ارزشیابی Impact

**اهداف ویژه جلسه دهم:**

- ۱۰-۱) آشنایی فراگیران روش های ارزشیابی اهداف کوتاه مدت و بلند مدت
  - ۱۰-۲) آشنایی فراگیران با زمان مناسب یک ارزشیابی بر اساس نوع مداخله و نوع هدف آن
- در پایان دانشجو قادر باشد:

۱۰-۱) که یک برنامه را بر اساس اهداف آن بررسی و نمره دهی کند .

**جلسه یازدهم:**

**هدف کلی:** سبد مطلوب غذایی جمعیت ایران

**اهداف ویژه:** آشنایی با مفهوم سبد غذایی مطلوب ایرانیان

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- سبد غذایی مطلوب ایرانیان را تعریف کند.
- ۲- اهداف سبد غذایی مطلوب ایرانیان را بیان کند.
- ۳- کاربرد سبد غذایی مطلوب ایرانیان را در سطح کلان و سطح منطقه بیان کند.
- ۴- نحوه طراحی سبد مطلوب غذایی را توضیح دهد.

**جلسه دوازدهم:**

**هدف کلی:** سبد مطلوب غذایی جمعیت ایران

**اهداف ویژه:** آشنایی با اجزاء و نکات مهم در سبد غذایی مطلوب ایرانیان

در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- توصیه های تغذیه ای موجود در سبد غذایی مطلوب ایرانیان را بشناسد.
- ۲- مقدار مورد نیاز و درصد نیاز سرانه تامین شده انرژی و مواد مغذی را از سبد غذایی مطلوب ایرانیان را بیان کند.
- ۳- سهم درشت مغذی ها (کربوهیدرات، چربی و پروتئین) در تامین انرژی از سبد غذایی مطلوب ایرانیان را بیان کند.
- ۴- توصیه ها و پیشنهادات تغذیه ای موجود در سبد مطلوب غذایی ایرانیان را توضیح دهد.
- ۵- محدودیت های موجود در سبد غذایی مطلوب ایرانیان را بداند.

**جلسه سیزدهم:**

**هدف کلی:** آشنایی با برنامه حمایت تغذیه ای WIC

**اهداف ویژه:** آشنایی با مفهوم برنامه حمایت تغذیه ای WIC و نحوه اجرای آن در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- برنامه حمایت تغذیه ای WIC و تاریخچه اجرای آن را بداند.
- ۲- سطوح اجرای برنامه حمایت تغذیه ای WIC را توضیح دهد.
- ۳- اهداف برنامه حمایت تغذیه ای WIC را بیان کند.
- ۴- فوائد اجرای برنامه WIC را توضیح دهد.
- ۵- اولویت های ورود افراد به برنامه حمایت تغذیه ای WIC را بداند.
- ۶- مزایای ورود به برنامه حمایت تغذیه ای WIC را توضیح دهد.

### جلسه چهاردهم:

**هدف کلی:** آشنایی با مداخلات تغذیه ای مرتبط با نا امنی غذایی

**اهداف ویژه:** آشنایی با مفهوم ناامنی غذایی و نحوه مدیریت آن در سطح جامعه در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- مفهوم ناامنی غذایی را بداند.
- ۲- نحوه ارزیابی ناامنی غذایی را در سطح جامعه توضیح دهد.
- ۳- مفاهیم Availability و Access را بتواند توضیح دهد.
- ۴- معیارهای در معرض سوء تغذیه بودن افراد جامعه و همچنین مفهوم سوء تغذیه و مداخله تغذیه ای را بداند.
- ۵- مراحل برنامه ریزی برای مقابله با خطر ناامنی غذایی را بداند.

### جلسه پانزدهم:

**هدف کلی:** آشنایی با مداخلات تغذیه ای مرتبط با نا امنی غذایی

**اهداف ویژه:** آشنایی با نحوه ارزیابی و مدیریت ناامنی غذایی و سوء تغذیه در سطح جامعه در پایان دانشجو قادر باشد:

- ۱- نحوه ارزیابی سوء تغذیه را در سطح جامعه بداند.
- ۲- اصول کلی ارزیابی امنیت غذایی را توضیح دهد.
- ۳- اهداف ارزیابی امنیت غذایی را توضیح دهد.
- ۴- مراحل مختلف ارزیابی امنیت غذایی را بداند.
- ۵- نحوه جمع آوری داده ها و حمایت تغذیه ای را بشناسد.

## منابع:

1. Planning National Nutrition Programs: A Suggested Approach," Office of Nutrition, Bureau of Technical Assistance, Agency for International Development, Jan. ۲۰۱۰. 2.
2. Food and Nutrition Planning., FAO, Nutrition Consultants Reports Series No. 35, Rome, ۲۰۰۰ (ESN: CRS/75/351.
3. . Barton R. Burkhalter, "A Critical Review of Nutrition Planning Models and Experience," Community Systems Foundation, Ann Arbor, Mich., USA, Dec. 1974.

## روش تدریس:

سخنرانی، سخنرانی، بحث گروهی در سامانه نوید

وسایل و رسانه های کمک آموزشی :

پاورپینت، سامانه آموزش از راه دور نوید، اسکایپ، ادوب کانکت

## سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (درصد)	روش	آزمون
-	هر هفته	۱۰	شفاهی	کوئیز
۱۱-۱۲	۱۴۰۳/09/20	۳۰	تشریحی	آزمون میان ترم
۱۰-۱۲	۱۴۰۳/11/10	۵۰	تشریحی	آزمون پایان ترم
	تمام جلسات	۱۰	تکالیف	حضور فعال در کلاس

## روش تدریس:

سخنرانی، بحث گروهی

وسایل کمک آموزشی :

وایت برد - ویدیو پروژکتور

## مقررات درس و انتظارات از دانشجو:

از دانشجویان محترم انتظار می رود:

- حضور منظمی در جلسات کلاس درس، حل تکالیف و مباحث کلاسی داشته باشند.
- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند.
- با اساتید ذکر شده برای برگزاری کلاس ها هماهنگ باشند.
- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند.
- تلفن همراه خود را در کلاس خاموش نمایند



## بسمه تعالی

### جدول زمانبندی درس برنامه ریزی غذا و تغذیه

روز و ساعت جلسه: یکشنبه ها ساعت (۱۰-۸) -

جلسه	موضوع درس	مدرس	تاریخ	روش تدریس (نرم افزار/ وسیله کمک آموزشی)
۱.	آشنایی با اجزاء و نحوه طراحی برنامه های تغذیه ای در سطح جامعه	دکتر صابر	۲۱/۱۱/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۲.	آشنایی با انواع استراتژی های مداخله تغذیه ای جامعه محور	دکتر صابر	۲۸/۱۱/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۳.	آشنایی با برنامه ریزی های تغذیه ای در راستای بهبود امنیت غذایی در ایران و جهان	دکتر صابر	۵/۱۲/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۴.	آشنایی با مفهوم سبد مطلوب غذایی جمعیت ایران	دکتر صابر	۱۲/۱۲/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۵.	آشنایی با اجزاء و نکات مهم در سبد غذایی مطلوب ایرانیان	دکتر صابر	۱۹/۱۲/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۶.	آشنایی با مفهوم برنامه حمایت تغذیه ای WIC و نحوه اجرای آن	دکتر صابر	۲۶/۱۲/۱۴۰۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۷.	آشنایی با مفهوم ناامنی غذایی و نحوه مدیریت آن در سطح جامعه	دکتر صابر	۲۵/۱/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۸.	آشنایی با نحوه مدیریت سوء تغذیه در سطح جامعه	دکتر صابر	۱/۲/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۹.	آشنایی با مفهوم برنامه ریزی تغذیه ای، اهمیت و کاربردهای آن در وضعیت سلامتی و بیماری	دکتر مولودی	۸/۲/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۰.	سیاست های تغذیه ای در ایران	دکتر مولودی	۱۵/۲/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۱.	ارزشیابی (Process) برنامه های تغذیه ای	دکتر مولودی	۲۲/۲/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۲.	ارزشیابی اقتصادی برنامه های تغذیه ای	دکتر مولودی	۲۹/۲/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۳.	تعیین اهداف کوتاه مدت و بلند مدت و ارزیابی آن	دکتر مولودی	۵/۳/۱۴۰۴	سخنرانی، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۴.	مراحل برنامه ریزی و مدیریت برنامه های غذا و تغذیه تحلیل وضعیت با استفاده از مدل های برنامه ریزی، اجرا و ارزشیابی	دکتر مولودی	۱۲/۳/۱۴۰۳	انجام موردی در سایت، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)
۱۵.	آشنایی با مفهوم و تعاریف امنیت غذایی در گذر زمان و روند امنیت غذایی در ایران و جهان	دکتر مولودی	۱۹/۳/۱۴۰۳	انجام موردی در سایت، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)

انجام موردی در سایت، پرسش و پاسخ و بحث کلاسی (پاورپوینت)	۲۹/۳/۱۴۰۳	دکتر مولودی	غنی سازی ها	۱۶.
امتحان پایان ترم				۱۷.

تاریخ تحویل: ۱۴۰۳/۱۱/۱۵

نام و امضای مدرس: دکتر جلال مولودی

نام و امضای مدیر گروه: دکتر جلال مولودی

نام و امضای مسئول EDO دانشکده: دکتر بشیری