



اطلاعات درس

نام درس: ارتباط، ارتقا و تغییر رفتار تغذیه ای
پیش نیاز: ندارد
نوع و تعداد واحد (نظری): 2 واحد
نوع واحد (اختیاری / الزامی): الزامی

اطلاعات فراگیران

رشته تحصیلی فراگیران: تغذیه جامعه
ترم: 2
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد

اطلاعات مسئول درس - مدرسین

نام و نام خانوادگی: زهرا دهنوی
رتبه علمی: استادیار
رشته تحصیلی: علوم تغذیه
اسامی سایر مدرسین: ----
تلفن تماس: 09153309155
پست الکترونیک: dehnavizh@mums.ac.ir
محل دفتر کار: دانشکده پزشکی

توصیف کلی درس:

کسب دانش لازم با هدف آشنایی با عوامل تعیین کننده رفتارهای تغذیه ای و شناخت نظریه های رفتاری، روش ها و کانال های ارتباط و به کارگیری مهارت های بالا در ارتقای تغذیه ای و طراحی برنامه های آموزش تغذیه از موضوعات مورد نظر در این درس می باشد.

هدف کلی:

در پایان این درس دانشجو باید درک جامعی از عوامل تاثیرگذار بر رفتار و انتخاب های غذایی، مبانی و نظریه های آموزش و ارتباطات در تغذیه و نظریه های رفتار و چگونگی به کارگیری آنها در زمینه تغییر رفتارهای غذایی و تغذیه ای مردم داشته باشد.

اهداف اختصاصی:

در پایان این دوره از دانشجو انتظار می رود :

❖ اهداف شناختی:

1. قادر باشد عوامل موثر بر انتخاب های غذایی و رفتارهای تغذیه ای را شناسایی کند.
2. با مبانی و نظریات رفتار و یادگیری آشنا باشد.
3. با نظریه ها و مدل های تغییر رفتار در حوزه سلامت و تغذیه آشنا باشد.
4. قادر باشد نظریه ها و مدل های تغییر رفتار را در شناخت عوامل مرتبط با رفتارهای تغذیه ای و تغییر رفتار تغذیه ای به کار ببرد.
5. قادر باشد یک برنامه مبتنی بر مدل های تغییر رفتار را تدوین کند.

محتوا و ترتیب ارائه:

توجه: مکان در صورت تعدد مکانهای آموزشی به تفکیک تعیین شود.

جلسه	تاریخ	عنوان درس	رویکرد (حضور/ مجازی/ ترکیبی)	مدرس
1		عوامل موثر بر رفتار تغذیه ای	حضور	دکتر دهنوی
2		عوامل موثر بر رفتار تغذیه ای	حضور	دکتر دهنوی
3		مبانی و نظریات رفتار و یادگیری	حضور	دکتر دهنوی
4		نظریه ها و مدل های تغییر رفتار در	حضور	دکتر دهنوی

		حوزه سلامت و تغذیه		
5		نظریه های تغییر رفتار در سطح فردی و کاربرد آنها	حضور	دکتر دهنوی
6		نظریه های تغییر رفتار در سطح فردی و کاربرد آنها	حضور	دکتر دهنوی
7		نظریه های تغییر رفتار در سطح بین فردی و کاربرد آنها	حضور	دکتر دهنوی
8		نظریه های تغییر رفتار در سطح جامعه و کاربرد آنها	حضور	دکتر دهنوی
9		نظریه های تغییر رفتار در سطح جامعه و کاربرد آنها	حضور	دکتر دهنوی
10		مدل های برنامه ریزی	حضور	دکتر دهنوی
11		مدل های برنامه ریزی	حضور	دکتر دهنوی
12		جمع بندی	حضور	دکتر دهنوی

روش های یاددهی - یادگیری:

سخنرانی تعاملی - پرسش و پاسخ - تشکیل تیم های کلاسی و تبادل نظرات - یادگیری مبتنی بر سناریو

وظایف و تکالیف دانشجوی:

حضور به موقع در کلاس، مطالعه مباحث از رفرنس های معرفی شده قبل از کلاس و مشارکت در بحث های گروهی، ارائه های دانشجویی

وسایل کمک آموزشی مورد نیاز:

سیستم رایانه - اینترنت - پروژکتور

روش سنجش دانشجوی:

1. ارزیابی سازنده میان دوره (نوع آزمون، میزان نمره، شیوه ارائه بازخورد):

2. ارزیابی پایان دوره:

ارزیابی اهداف آموزشی	نوع آزمون	میزان نمره از کل
اهداف شناختی	(تستی، تشریحی، شفاهی، جورکردنی، ...)	12
تکالیف و فعالیت طول دوره	تعداد، نوع، شیوه و موعد تحویل، ...	8

منابع مطالعه:

منابع اصلی (فارسی / انگلیسی، چاپی / الکترونیک):

- 1) Isobel R. Contento. Nutrition education: linking research, theory, and practice. Sudbury, Massachusetts USA. Jones & Bartlett
- 2) Elliot, Stephen B.. Kratochwill. Thomas K. et al. Education Psychology - effective teaching, effective learning. [1.SA](#): Brown and Benchmark Publisher
- 3) Glanz K. Romer B, Lewis F. Health behavior and health education: Theory. Research and Practice. Jossey Bass Publisher. San Francisco.
- 4) Maibach, E. and Louiselle R. Designing health messages: Approaches from communication theory and public health practice. Sage Publications.