**نمونه فرم معرفی دروس نظری و عملی Course Plan**

**نام درس اصول کلی تغذیه نيمسال اول سال 1401-1402**

**دانشکده :تغذیه و علوم غذایی گروه آموزشی :**

|  |  |
| --- | --- |
| **نام و شماره درس: اصول کلی تغذیه (1181841125)** | **رشته و مقطع تحصيلی : دکترای عمومی پزشکی** |
| **تعداد و نوع واحد (عملی) :** **2 واحد نظری پيش نياز: بیوشیمی** |  **تلفن دفتر: 37923169** |
| **نام مسوول درس: دکتر مرضیه کافشانی ٭آدرس Email: kafeshani\_nut @yahoo.com**٭**هدف کلی درس (در سه حیطه دانشی، نگرشی و مهارتی):** |

|  |
| --- |
| آشنایی دانشجویان با مشکلات تغذیه ای در ایران و جهان، آشنایی با درشت مغذی ها و ریز مغذی ها، انواع گرو ه های غذائی، ارتباط بیماریها با تغذیه، نقش تغذیه در پیشگیری از بیماری های مزمن، تغذیه گروه های ویژه، تغذیه و رژیم های غذایی در بیمارستان، رژیم های غذایی خاص برای بیماران بیمارستان |
|  |
|  |
| ٭**اهداف اختصاصی درس (در سه حیطه دانشی، نگرشی و مهارتی):** |
| در پایان این درس انتظار می‌رود فراگیران قادر باشند: |
| 1. تغذیه، غذا، رژیم غذایی و وضعیت تغذیه ای را تعریف کند.
2. مواد مغذی و غیره مغذی و ترکیبات شیمیایی غذاها را نام ببرد.
3. مشکلات تغذیه ای ایران و جهان را توضیح دهد.
4. نقش تغذیه در سلامت عمومی را توضیح دهد.
5. کربوهیدرات ها، منوساکاریها، دی ماکاریدها، الیگوساکارید ها، پلی ساکاریدها را تعریف کند و اهمیت آن ها را بداند.
6. پروتئین ها و اسید های امینه ضروری را تعریف کند و نقش آن ها در سلامتی انسان را نام ببرد.
7. نقش پروتئین ها را در تولید انرژی و سایر عملکردهای آن را توضیح دهد.
8. انواع اسید های چرب و نقش آن ها در سلامتی و بیماری را شرح دهد.
9. منابع غذایی انرژی، نحوه محاسبه انرژی مورد نیاز و عوامل موثر بر آن را شرح دهد.
10. انواع ویتامین های محلول در چربی و اشکال مختلف هر کدام را شرح دهد.
11. کارکردهای ویتامین های محلول در چربی در بدن انسان را شرح دهد.
12. منابع غذایی غنی از ویتامین های محلول در چربی را شرح دهد.
13. بیماری ها و علائم کمبود ویتامین های محلول در چربی را نام برد.
14. علائم مسمومیت با ویتامین های محلول در چربی را شرح دهد.
15. انواع ویتامین های محلول در آب و اشکال مختلف هر کدام را نامر برد.
16. کارکردهای ویتامین های محلول در آب در بدن انسان را شرح دهد.
17. منابع غذایی غنی از ویتامین های محلول در آب را نام برد.
18. بیماری ها و علائم کمبود ویتامین های محلول در آب را نام برد.
19. جایگاه در بدن و عملکردهای زیستی هر یک از املاح را مشخص کند.
20. مقادیر غذایی مرجع یا DRIs برای هر یک از املاح را مشخص کند.
21. منابع غذایی هر یک از املاح را نام برد.
22. احتمال کمبود و علائم کمبود هر یک از املاح را شرح دهد.
23. تعریف چاقی عمومی و چاقی شکمی را بداند. دلایل چاقی را بشناسد. عوارض مرتبط با چاقی را برشمارد. با اپیدمیولوژی چاقی در کشور آشنا باشد.
24. روش های تغذیه ای پیشگیری و درمان چاقی را شرح دهد.
25. نیاز های تغذیه ای در دوران بارداری و شیردهی را شناخته و بتواند راه های رفع این نیاز ها را شرح دهد.
26. نیاز های تغذیه ای در دوران نوزادی و کودکی را شناخته و بتواند راه های رفع این نیاز ها را شرح دهد.
27. گروههای غذایی را نام ببرد و لیست جانشینی غذا را ذکر نماید .
28. نقش فرهنگ ، سنن و عادات غذایی را در وضعیت تغذیه افراد در جامعه توضیح دهد.
29. اصول تنظیم برنامه غذایی و چگونگی تنظیم برنامه غذایی را توضیح دهد.
30. وضعیت تغذیه و عوامل موثر بر ان را توضیح دهد.
31. تفاوت انواع روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه در سنین مختلف را توضیح دهد.
32. انواع روشهای انتروپومتریک را ذکر نماید.
33. انواع روشهای بررسی دریافت های غذایی را توضیح دهد.
34. آزمایشات مربوط به کمبود های تغذیه ای و اختلالات تغذیه ای را فهرست کند
35. ارتباط وضعیت اقتصادی – اجتماعی جامعه با وضعیت تغذیه راذکر نماید.

٭**منابع اصلی درس**  |
| Krause and Mahan's Food & the Nutrition Care Process 15th Edition |
|  |
|  |

**مسوولیت های فراگیران:**

حضور فعال در کلاس ، حضور به موقع در کلاس ، عدم استفاده از گوشی همراه ، رعایت نظم و شئونات اخلاقی در کلاس

|  |
| --- |
| ٭**نحوه ارزشيابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشيابی:** |
| **الف) در طول دوره (کوئيز، تکاليف،امتحان ميان ترم...) بارم: 5/9** |
| **ب) پايان دوره: بارم:5/9****حضور و غیاب و حضور فعال در کلاس: 1 نمره** |
| **٭سياست مسوول دوره در مورد برخورد با غيبت و تاخير دانشجو در کلاس درس:** **در نمره ی پایان ترم منظور می گردد** |
|  |

|  |
| --- |
| **جدول زمان بندی ارائه برنامه درس.اصول کلی تغذیه نيمسال اول/1401-1402** |
| **آمادگی لازم دانشجويان قبل از شروع کلاس** | **مدرس** | **عنوان** | **ساعت** | **تاريخ** | **رديف** |
|  | دکتر فاطمه شیرانی | اهمیت تغذیه در درمان و پیشگیری از بیماری ها | 8-10 | 23/6/1401 | 1 |
|  | دکتر فاطمه شیرانی | کربوهیدرات | 8-10 | 30/6/1401 | 2 |
|  | دکتر فاطمه شیرانی | پروتئین | 8-10 | 6/7/1401 | 3 |
|  |  | تعطیل رسمی |  | 13/7/1401 | 4 |
|  | دکتر فاطمه شیرانی | چربی  | 8-10 | 20/7/1401 | 5 |
|  | دکتر فاطمه شیرانی | انرژی | 8-10 | 27/7/1401 | 6 |
|  | دکتر پروانه صانعی | ویتامین های محلول در چربی | 8-10 | 4/8/1401 | 6 |
|  | دکتر پروانه صانعی | ویتامین های محلول در آب | 8-10 | 11/8/1401 | 7 |
|  | دکتر پروانه صانعی | مواد معدنی | 8-10 | 18/8/1401 | 8 |
|  | دکتر پروانه صانعی | چاقی و سوء تغذیه + پرسش و پاسخ از مباحث ارائه شده در جلسات قبلی | 8-10 | 25/8/1401 | 9 |
|  | دکتر مرضیه کافشانی | معرفی گروه های غذایی | 8-10 | 2/9/1401 | 10 |
|  | دکتر مرضیه کافشانی | تنظیم برنامه غذایی | 8-10 | 9/9/1401 | 11 |
|  | دکتر مرضیه کافشانی | ارزیابی وضعیت تغذیه 1 | 8-10 | 16/9/1401 | 12 |
|  | دکتر مرضیه کافشانی | ارزیابی وضعیت تغذیه 2 + پرسش و پاسخ از مباحث ارائه شده در جلسات قبلی | 8-10 | 23/9/1401 | 13 |
|  | دکتر سید محمد حسین روحانی | تغذیه در دوران بارداری | 8-10 | 30/9/1401 | 14 |
|  | دکتر سید محمد حسین روحانی | تغذیه در دوران شیردهی | 8-10 | 5/10/1401 | 15 |
|  | دکتر سید محمد حسین روحانی | تغذیه در دوران نوزادی و کودکی | 8-10 | 12/10/1401 | 16 |
|  | دکتر سید محمد حسین روحانی | تغذیه در دوران سالمندی + پرسش و پاسخ از مباحث ارائه شده در جلسات قبلی | 8-10 | 19/10/1401 | 17 |

|  |
| --- |
| **٭تاريخ امتحان ميان ترم : در محدوده تقویم آموزشی ٭تاريخ امتحان پايان ترم: در محدوده تقویم آموزشی**  |
| **٭ساير تذکرهای مهم برای دانشجويان:** |
|  |
|  |
|  |