

بسمه تعالی

فرم طرح دوره درس نظری - دانشگاه علوم پزشکی ایلام

معرفی درس اصول تغذیه نیمسال اول ۱۴۰۳-۱۴۰۲

نام درس: اصول تغذیه	دانشکده: مجتمع آموزش عالی سلامت شهرستان دهلران	گروه آموزشی: بهداشت رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی بهداشت خانواده
روز و ساعت برگزاری: چهارشنبه ۱۸-۱۶	محل برگزاری: مجتمع آموزش عالی سلامت	دروس پیش نیاز: ندارد
مسئول درس: دکتر اسماء سالاری مقدم	آدرس Email: asma.salari@yahoo.com	آدرس دفتر: دانشکده پزشکی
هدف کلی درس:		
آشنایی دانشجویان با تعاریف، اهمیت و مفاهیم تغذیه، نقش تغذیه در حفظ سلامت و ارتقاء سطح سلامت فرد در جامعه و و پیشگیری از بیماری‌ها و آشنایی با نقش تغذیه در خدمات بهداشتی و درمانی ایران		
اهداف اختصاصی:		
در پایان دوره آموزشی انتظار می‌رود فراگیران:		
۱- با مفاهیم، اهمیت و نقش تغذیه در پیشگیری از بیماری‌ها و حفظ سلامت آشنا شوند.		
۲- با اصول کلی تغذیه و نقش تغذیه در طیف سلامت و بیماری آشنا شوند.		
۳- تعریف انرژی را بدانند و با نیاز انرژی، تعادل انرژی و روش‌های مختلف ارزیابی انرژی مورد نیاز روزانه آشنا شوند.		
۴- با درشت مغذی‌های تولید کننده انرژی در بدن آشنا شوند.		
۵- با املاح مورد نیاز روزانه آشنا شوند.		
۶- با ویتامین‌های مورد نیاز روزانه آشنا شوند.		
۷- عوارض کمبود و اضافه دریافت ریزمغذی‌ها را بدانند.		
۸- با تعریف سوءتغذیه و انواع سوءتغذیه آشنا شوند.		
۹- راه‌های شناسایی سوءتغذیه، درجات سوءتغذیه و دلایل ایجاد آن را بدانند.		
۱۰- با نقش تغذیه در گروه‌های آسیب پذیر آشنا شوند.		
وظایف دانشجویان (تکالیف دانشجو در طول ترم):		
حضور فعال و منظم در کلاس، شرکت در بحث‌های گروهی، مطالعه دروس پیشین		
منابع اصلی (با رعایت اصول منبع‌نویسی و دادن نشانی برای تهیه آنها شامل کتابخانه، کتاب‌فروشی، اینترنت،):		
1. Krause and Mahan's Food and the Nutrition Care Process. 15 th edition.		
روش تدریس و وسایل کمک آموزشی مورد استفاده:		
سخنرانی، پرسش و پاسخ، نمایش اسلاید		

روش‌ها و زمان سنجش و ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی: (نوع امتحانات از لحاظ نحوه طراحی سوال- بارم بندی- زمان امتحانات و تکالیف ذکر شود)

روش	نمره	تاریخ	ساعت
آزمون میان ترم	۸	۱۴۰۲/۰۹/۰۱	تعیین شده توسط آموزش
آزمون پایان ترم (چهار گزینه‌ای)	۱۰	تعیین شده توسط آموزش	تعیین شده توسط آموزش
پرسش و پاسخ کلاسی، حضور منظم در کلاس	۲	طول ترم	طول ترم

مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

یک نوبت تاخیر حضور در کلاس به صورت تذکر دادن و در صورت تکرار تاخیر، همان جلسه غیبت اعلام می‌گردد.

در صورت غیبت بیش از حد مجاز، مطابق مقررات آموزشی برخورد خواهد شد.

جدول زمان‌بندی ارائه برنامه درس اصول تغذیه نیمسال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳					
ردیف	تاریخ	ساعت	عنوان	مدرس	آمادگی لازم دانشجویان قبل از شروع کلاس
۱	۱۴۰۲/۰۷/۱۲	۱۶-۱۸	تعریف مفاهیم، آشنایی با تاریخچه علم تغذیه، اهمیت تغذیه در پیشگیری از بیماری‌ها	دکتر سالاری مقدم	تعیین رفتار ورودی و میزان آشنایی دانشجویان با درس
۲	۱۴۰۲/۰۷/۱۹	۱۶-۱۸	آشنایی با کربوهیدرات‌ها و نقش آن‌ها در بدن	"	مطالعه مطالب بر اساس منابع
۳	۱۴۰۲/۰۷/۲۶	۱۶-۱۸	آشنایی با پروتئین‌ها و نقش آن‌ها در بدن	"	"
۴	۱۴۰۲/۰۸/۰۳	۱۶-۱۸	آشنایی با چربی‌ها و نقش آن‌ها در بدن	"	"
۵	۱۴۰۲/۰۸/۱۰	۱۶-۱۸	ویتامین‌های محلول در چربی	"	"
۶	۱۴۰۲/۰۸/۱۷	۱۶-۱۸	ویتامین‌های محلول در آب	"	"
۷	۱۴۰۲/۰۸/۲۴	۱۶-۱۸	مواد معدنی	"	"
۸	۱۴۰۲/۰۹/۰۱	۱۶-۱۸	روش‌های ارزیابی وضع تغذیه	"	"
۹	۱۴۰۲/۰۹/۰۸	۱۶-۱۸	تغذیه مادران باردار (۱)	"	"
۱۰	۱۴۰۲/۰۹/۱۵	۱۶-۱۸	تغذیه مادران باردار (۲)	"	"
۱۱	۱۴۰۲/۰۹/۲۲	۱۶-۱۸	تغذیه مادران باردار (۳)	"	"
۱۲	۱۴۰۲/۰۹/۲۹	۱۶-۱۸	تغذیه مادران شیرده و نوزادان	"	"
۱۳	۱۴۰۲/۱۰/۰۶	۱۶-۱۸	تغذیه کودکان	"	"
۱۴	۱۴۰۲/۱۰/۱۳	۱۶-۱۸	تغذیه در دوران سالمندی	"	"
۱۵	تعیین شده توسط آموزش	-	امتحان پایان ترم	"	"