



بسمه تعالی
دانشکده علوم پزشکی مراغه
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی
طرح دوره ترمی course plan

<p>* نام درس: اصول تغذیه * دانشکده: علوم پزشکی مراغه * تعداد واحد: ۲ واحد نظری * روز و ساعت برگزاری: شنبه ۱۰/۳۰-۸/۳۰ * محل برگزاری: کلاس شماره ۴</p>	<p>* نیمسال تحصیلی دوم ۹۸-۹۷ * رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی علوم و صنایع غذایی * درس پیشنیاز: اصول تغذیه * گروه آموزشی: تغذیه و رژیم درمانی</p>
<p>نام مدرس: دکتر وحیده ابراهیم زاده عطاری روزهای تماس با مسئول درس: آدرس دفتر: دانشکده علوم پزشکی، طبقه ۲ تلفن: ۰۹۱۴۳۰۰۹۰۷۴ پست الکترونیک: ebrahimzadeh.va@gmail.com</p>	
<p>هدف کلی درس: افزایش دانش و آگاهی دانشجویان در زمینه مفاهیم پایه تغذیه و الگوهای مصرف غذایی، نقش تغذیه و مواد مغذی در سلامتی و بیماریهای ناشی از سوء تغذیه</p>	
<p>اهداف اختصاصی: از فراگیران انتظار می رود در پایان دوره قادر باشند:</p> <ol style="list-style-type: none">۱- مفاهیم اساسی تغذیه را بشناسند.۲- در باره ی تغذیه صحیح و گروههای غذایی و الگوهای غذایی سالم توضیح دهند.۳- درشت مغذی ها، هضم و جذب و مقادیر نیاز آنها را بشناسد.۴- ریز مغذیها و هضم و جذب و مقادیر نیاز آنها و بیماریهای ناشی از سوء تغذیه ریزمغذیها را بشناسد.	
<p>شیوه تدریس: سخنرانی، بحث گروهی و پرسش و پاسخ مواد و وسایل آموزشی: اسلاید آموزشی، ویدئو پروژکتور، وایت بورد</p>	
<p>نحوه ارزشیابی دانشجویان: ۱- حضور فعال، مداوم و بدون غیبت (۱) ۲- امتحان میان ترم (۲) ۳- امتحان پایان ترم (۱۷)</p>	
<p>مقررات و نحوه برخورد با غیبت و تاخیر دانشجویان: وظایف و تکالیف دانشجویان: دانشجو موظف است به طور منظم و رأس ساعت مقرر در کلاس درس حاضر باشد و در یک جو صمیمی در پرسش و پاسخ های کلاس مشارکت فعال داشته باشد و آزادانه به بیان نظرات خود پردازد. خلاصه مباحث هر جلسه، در جلسه بعد پرسش می شود.</p>	

* تاریخ امتحان میان ترم: ----

تاریخ امتحان پایان ترم

* سایر تذکرات مهم برای دانشجویان: حضور فعال در کلاس و مشارکت در پرسش و پاسخ از اهمیت برخوردار است.

منابع اصلی

- 1- Mahan L.K. Krause's food & the nutrition care process, 13 th (ed), Washington, 2012.
- 2- Catharine R. Modern nutrition in food and diseases.11th, Philadelphia, 2012.

۳- اصول تغذیه رایبسنسون، ترجمه ناهید خلدی، نشر سالمی، چاپ دهم، ۱۳۹۰

جدول زمان بندی برنامه درسی

روز و تاریخ	ساعت	عنوان	مدرس	ملاحظات
۹۷/۱۱/۲۷	۱۰/۳۰-	آشنایی با دانشجویان- معرفی سرفصل درس و نحوه ارزشیابی	دکتر ابراهیم زاده	
چهارشنبه	۸/۳۰	درس، آشنایی با مفاهیم پایه تغذیه		
۹۷/۱۲/۴	۱۰/۳۰-	آشنایی با اصول تغذیه صحیح، هرم غذایی و گروههای غذایی-	"	
چهارشنبه	۸/۳۰	الگوهای غذایی مختلف و ارتباط آن با بیماریها		
۹۷/۱۲/۱۱	۱۰/۳۰-	آشنایی با مفاهیم DRI و RDA، UL، برچسب غذایی	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
۹۷/۱۲/۱۸	۱۰/۳۰-	درشت مغذی ها: کربوهیدراتها، هضم و جذب و متابولیسم آنها و منابع غذایی	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
جبرانی	-	درشت مغذی ها: پروتئین ها، هضم و جذب و متابولیسم آنها و منابع غذایی		
۹۸/۱/۱۷	۱۰/۳۰-	درشت مغذی ها: چربیها، هضم و جذب و متابولیسم آنها و منابع غذایی	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
۹۸/۱/۲۴	۱۰/۳۰-	ریز مغذی ها: ویتامین های محلول در چربی، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
۹۸/۱/۳۱	۱۰/۳۰-	ریز مغذی ها: ویتامین های محلول در چربی، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
جبرانی	۱۰/۳۰-	ریز مغذی ها: ویتامین های محلول در آب، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
۹۸/۲/۷	۱۰/۳۰-	ریز مغذی ها: ویتامین های محلول در آب، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
۹۸/۲/۱۴	۱۰/۳۰-	ریز مغذی ها: ویتامین های محلول در آب، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	"	
چهارشنبه	۸/۳۰			
جبرانی	-	ریز مغذی ها: مواد معدنی، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه		

	"	ریز مغذی ها: مواد معدنی، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	-۱۰/۳۰ ۸/۳۰	۹۸/۲/۲۱ چهارشنبه
		ریز مغذی ها: مواد معدنی، هضم و جذب و متابولیسم آنها، منابع غذایی و عوارض سوء تغذیه	-۱۰/۳۰ ۸/۳۰	۹۸/۲/۲۸ چهارشنبه
		آب و الکترولیت‌ها	-	جبرانی
		وضع کنونی غذا و تغذیه در جهان، جغرافیای تغذیه و نقش متخصصین صنایع غذایی در حل مشکلات تغذیه ای جامعه	-۱۰/۳۰ ۸/۳۰	۹۸/۳/۴ چهارشنبه
	"	امتحان		