

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پزشکی

فرم طرح درس نیمسال اول سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲

نام درس: اصول تغذیه	مدرس: نازنین کریم آباده
تعداد واحد: ۲	مکان کلاس: ۱۰۳ پزشکی
مقطع و رشته تحصیلی: کاردانی بهداشت خانواده دروس پیشنیاز: ندارد	روز کلاس: یکشنبه ساعت کلاس: ۱۲-۱۰:۳۰
تاریخ امتحان میان ترم:	تاریخ امتحان پایان ترم ۱۴۰۲/۱۱/۳
	تلفن داخلی دفتر: ۲۵۴۵ ساعات حضور در دفتر: طبق برنامه

هدف کلی: آشنایی با نقش و اهمیت تغذیه در سلامت و مواد مغذی و اهمیت آنها در برنامه غذایی

اهداف اختصاصی: در پایان دوره دانشجو قادر خواهد بود.

حیطه شناختی

۱- انواع مواد مغذی را نام برده، نقش و اهمیت هرکدام را در سلامت انسان توضیح دهد

۲- منابع غذایی غنی هریک از مواد مغذی را نام ببرد

۳- بیماریهای ناشی از کمبود مواد مغذی را نام ببرد و علل و عوامل ایجاد کننده آنها را توضیح دهد

۴-

حیطه نگرشی:

۱- دانشجو به مطالعات مربوط به تغذیه علاقمندی نشان دهد.

۲- نسبت به اصلاح برنامه تغذیه ای خود اقدام نماید

حیطه رفتاری (عملکردی):

۱- به موقع در کلاس درس حضور بهم رساند

۲- تکالیف و فعالیتهای کلاسی را به نحو مطلوب انجام دهد

۳- در بحث های مرتبط به درس شرکت فعال داشته باشد

چگونگی فعالیت استاد: ۱- حضور به موقع در کلاس، ۲- انجام حضور و غیاب در ابتدای کلاس ۳- پرسش و پاسخ از مباحث جلسه قبل ۴- در صورت لزوم ارائه تکلیف برای جلسه بعد

شیوه تدریس: سخنرانی، پرسش و پاسخ

وسایل کمک آموزشی: وایت برد

فعالیت و تکالیف دانشجو: ۱- حضور به موقع در کلاس ۲- آمادگی لازم برای پاسخگویی به سوالات مرتبط با جلسه قبل

نحوه ارزیابی دانشجو: ۱- حضور و غیاب ۲- فعالیت کلاسی ۳- آزمون کتبی

توضیحات: روزهای تعطیل با هماهنگی دانشکده کلاس جبرانی برگزار خواهد شد

جدول زمانبندی درس (توجه: سر فصل دروس باید طبق سر فصل های ارائه شده توسط وزارت خانه باشد).

ردیف	تاریخ	رئوس مطالب
۱	۱۴۰۲/۶/۲۶	آشنایی با برخی اصطلاحات تغذیه ای
۲	۱۴۰۲/۷/۲	کربوهیدراتها ، تقسیم بندی ،نقش و اهمیت آنها در تغذیه
۳	۱۴۰۲/۷/۹	فیبرها ،تقسیم بندی ،نقش و اهمیت آنها در تغذیه
۴	۱۴۰۲/۷/۱۶	چربیها ،تقسیم بندی ،نقش و اهمیت آنها در تغذیه
۵	۱۴۰۲/۷/۲۳	پروتئینها ،تقسیم بندی ، نقش و اهمیت آن در تغذیه
۶	۱۴۰۲/۷/۳۰	ویتامینها ،انواع و تفاوت های بین آنها
۷	۱۴۰۲/۸/۷	ویتامین های محلول در آب (ب ۱ و ب ۲)
۸	۱۴۰۲/۸/۱۴	ویتامینهای محلول در آب (ب ۳، ب ۶)
۹	۱۴۰۲/۸/۲۱	ویتامینهای محلول در آب (اسید فولیک ، کوبالامین)
۱۰	۱۴۰۲/۸/۲۸	ویتامینهای محلول در آب (اسید آسکوربیک)
۱۱	۱۴۰۲/۹/۵	ویتامینهای محلول در چربی (ویتامین آ و ویتامین د)
۱۲	۱۴۰۲/۹/۱۲	ویتامینهای محلول در چربی (ویتامین ای و ویتامین کا)
۱۳	۱۴۰۲/۹/۱۹	مواد معدنی ،نقش و اهمیت ،تقسیم بندی
۱۴	۱۴۰۲/۹/۲۶	ماکرو مینرالها (کلسیم و فسفر)
۱۵	۱۴۰۲/۱۰/۳	میکرو مینرالها (آهن)
۱۶	۱۴۰۲/۱۰/۱۰	میکرو مینرالها (مس و روی)
۱۷	۱۴۰۲/۱۰/۱۷	میکرو مینرالها (ید و فلوئور)

منابع درسی: لطفا طبق اصول رفرنس نویسی و کامل نوشته شود.

Mahan L K , Escott _Stumps . Krause's Food , Nutrition and Diet Therapy .

Garrow J S , James WPT , Ralph A . **Human Nutrition and Dietetics.**

Maurice E, Shils , James A .**Modern Nutrition in Health and Disease**

اصول تغذیه رابینسون آخرین ویرایش