

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پزشکی

فرم طرح درس نیمسال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳

نام درس: اصول کلی تغذیه	کد درس: ۲۲۱۱۱۰۴
تعداد واحد: ۲	نوع واحد: نظری
مقطع و رشته تحصیلی: دکتری پزشکی عمومی	
دروس پیشنیاز: بیوشیمی	
تاریخ امتحان میان ترم: با هماهنگی	تاریخ امتحان پایان ترم:
۱۴۰۲/۱۱/۲	
مدرس: نازنین کریم آباده	
مکان کلاس: ۸ پزشکی	
روز کلاس: دوشنبه	ساعت کلاس: ۱۲-۱۰/۵
تلفن داخلی دفتر: ۲۵۴۵	ساعات حضور در دفتر:
ایمیل: saadat124@yahoo.com	

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 مفاهیم اولیه تغذیه را درک نماید

حیطه شناختی

۱. کلیات تاثیر تغذیه بر سلامتی
۲. کربوهیدراتها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۳. پروتئینها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۴. چربیها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۵. ویتامینها، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۶. املاح، نقش و اهمیت آنها و تقسیم بندی
۷. انرژی مورد نیاز روزانه و عوامل موثر بر آن
۸. بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۹. گروههای غذایی
۱۰. روشهای ارزیابی وضعیت تغذیه ای
۱۱. تغذیه گروههای آسیب پذیر

حیطه نگرشی:

۱- دانشجوی 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: مازیک، وایت بورد

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 (۵٪) ۲- امتحان میانترم (۳۵٪) ۳- امتحان پایانترم (۶۰٪)

توضیحات:

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

ردیف	تاریخ	رئوس مطالب
۱	۱۴۰۲/۷/۳	آشنایی با برخی اصطلاحات تغذیه ای
۲	۱۴۰۲/۷/۱۰	کربوهیدراتها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۳	۱۴۰۲/۷/۱۷	پروتئینها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۴	۱۴۰۲/۷/۲۴	چربیها . انواع . منابع . هضم ، جذب و متابولیسم
۵	۱۴۰۲/۸/۱	ویتامینها . انواع . نقش و اهمیت آنها در سلامت (آ ، د ، ای و کا)
۶	۱۴۰۲/۸/۸	ویتامینهای محلول در آب ، منابع . نقش و اهمیت آنها در سلامت
۷	۱۴۰۲/۸/۱۵	مینرالها . انواع . نقش و اهمیت آنها در سلامت، کلسیم و فسفر ، نقش و اهمیت آن در سلامت
۸	۱۴۰۲/۸/۲۲	آهن . مس، روی . فلوئور .ید، نقش و اهمیت آنها در سلامت
۹	۱۴۰۲/۸/۲۹	اصول صحیح تنظیم برنامه غذایی
۱۰	۱۴۰۲/۹/۶	گروه بندی غذایی و هرم راهنمای غذایی
۱۱	۱۴۰۲/۹/۱۳	ارزیابی وضعیت تغذیه ای و روشهای آن
۱۲	۱۴۰۲/۹/۲۰	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۱۳	۱۴۰۲/۹/۲۷	بیماریهای ناشی از سوء تغذیه
۱۴	۱۴۰۲/۱۰/۴	تغذیه کودکان
۱۵	۱۴۰۲/۱۰/۱۱	تغذیه زنان باردار و شیرده
۱۶	۱۴۰۲/۱۰/۱۸	تغذیه سالمندان
۱۷	۱۴۰۲/۱۰/۲۵	مرور و رفع اشکال

توضیحات : روزهای تعطیل با هماهنگی دانشکده کلاس جبرانی برگزار میشود

Linda Kelly, Nutrition & Diet Therapy

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

- مبانی تغذیه
- اصول تغذیه رایبسنسون