

دانشکده
قالب نگارش طرح درس ترمی

عنوان درس: اصول کلی تغذیه
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد): 2 واحد نظری و سهم استاد 47. ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: بعد از اتمام جلسه
زمان ارائه درس: شنبه ساعت 8 تا 10 صبح
درس و پیش نیاز: بیوشیمی

مخاطبان: دانشجویان ترم 3 پزشکی
مدرس: دکتر علی سروش (نیمسال اول تحصیلی)

هدف کلی درس:

آشنایی دانشجویان با مفهوم تغذیه ، اصول تغذیه ، تنظیم برنامه غذایی نرمال ، گروه های آسیب پذیر و ارزیابی وضعیت تغذیه

اهداف کلی جلسات: (جهت هر جلسه یک هدف)

- 1- آشنایی با نقش و اهمیت مواد مغذی در بدن انسان
- 2- آشنایی با ساختمان شیمیایی ، نقش ، کمبود ، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی ماکرومینرال ها
- 3- آشنایی با ساختمان شیمیایی ، نقش ، کمبود ، معایب مصرف بیش از حد و منابع غذایی میکرومینرال ها

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

- 1- آشنایی با استنوپروز و راههای پیشگیری از بروز آن
- 2- اهداف ویژه : آشنایی با فقر آهن و کم خونی ناشی از آن

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-1 ماکرومینرال ها را تعریف و نقش آنها را در بدن توضیح دهد
- 1-2 عوارض ناشی از فزونی و یا کمبود مصرف ماکرومینرال ها را در بدن شرح دهد .
- 1-3 منابع غذایی ماکرومینرال را نام ببرد
- 1-4 منظور از زیست دسترسی و تعامل مینرال ها با یکدیگر و با سایر مواد غذایی و دارویی را توضیح دهد
- 1-5 نقش الکترولیت ها و تعادل آب بدن را شرح دهد
- 2-1 میکرومینرال ها را تعریف و نقش آنها را در بدن توضیح دهد
- 2-2 عوارض ناشی از فزونی و یا کمبود مصرف میکرومینرال را در بدن شرح دهد .
- 2-3 منابع غذایی میکرومینرال را نام ببرد
- 2-4 منظور از زیست دسترسی و تعامل مینرال ها با یکدیگر و با سایر مواد غذایی و دارویی را توضیح دهد

منابع

- 1- اصول تغذیه کراس :
زیر نظر دکتر علی کشاورز . ترجمه دکتر فرزاد فرشید فر و ناهید خلدی . چاپ دوم 1389
اصول تغذیه کراس ترجمه گیتی ستوده 2010

2-L. Kathleen , Sylvia Escott- Stump . Krause, s Food And The nutrition care process. 13th ed. Elseivire . Sunders.2012

3-A Catharina r . etal , Modern nutrition in health and disease 11 th ed
lippinkon.2014

روش تدریس: سخنرانی - بحث گروهی
وسایل آموزشی: وایت بورد - ویدئو پروژکتور

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	روش	آزمون
			تستی	آزمون میان دوره
			تستی	آزمون پایان دوره

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

- 1- حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند
 - 2- در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی مشارکت نمایند
 - 3- در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سئوالات و مبحث قبلی را داشته باشند
 - 4- از دیگر منابع و سایت های معتبر علمی استفاده نمایند
 - 5- تلفن همراه خود را در کلاس خاموش نمایند
- جدول زمانبندی درس
روز و ساعت جلسه : شنبه ها ساعت (8-10) کلاس شماره 4

نام و امضای مدرس: نام و امضای مدیر گروه: نام و امضای مسئول EDO دانشکده:
تاریخ تحویل: تاریخ ارسال: تاریخ ارسال: