

طرح درس / طرح دوره تغذیه اساسی ۱

اطلاعات عمومی

گروه: تغذیه **نام درس:** تغذیه اساسی ۱ **تعداد واحد:** ۲ واحد **پیش نیاز:** بیوشیمی متابولیسم رشته: تغذیه **مقطع تحصیلی:** کارشناسی **سال تحصیلی:** ۱۴۰۳-۱۴۰۲ **نیمسال:** دوم **مدرسین:** دکتر سید سعید خیاط زاده- دکتر آزاده نجارزاده

مقدمه: تغذیه اساسی ۱ اولین درس تخصصی است که دانشجویان تغذیه را با مفاهیم پایه رشته تغذیه آشنا می کند. فراگیری این درس می تواند کمک زیادی را به فهم مطالب ارتباط تغذیه با بیماری های مختلف و نقش رژیم درمانی در درمان بیماری ها کند.

پیامدهای یادگیری: دانشجویان سنگ بنای توصیه های تغذیه درمانی را یاد می گیرند. دانشجویان برآورد نیاز انرژی، تجویز کربوهیدرات ها، پروتئین ها و چربی ها را در بیماری های مختلف یاد می گیرند.

هدف کلی: آشنا ساختن دانشجویان با مفاهیم و مباحث عمیق تر در مورد انرژی و درشت مغذی ها (کربوهیدرات ها، پروتئین ها و چربی ها)

اهداف عینی	سرفصل موضوعات	حیطه اهداف آموزشی	روش تدریس:	روش ارزیابی فراگیر:	مدرسین:	جلسه (برنامه زمانی)
۱. اهمیت تغذیه	-مقدمه ای بر علم تغذیه -فلسفه تغذیه	شناختی - عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	استدلالی، تشریحی، عملکردی	دکتر خیاط زاده	۴۰۲/۰۱/۱۶
۲. انرژی	-مفاهیم مهم در ارتباط با انرژی -اجزای انرژی مصرفی -روش های محاسبه انرژی دریافتی و انرژی مورد نیاز	شناختی - عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	استدلالی، تشریحی، عملکردی	دکتر خیاط زاده	۴۰۲/۰۱/۲۳
۳. کربوهیدرات ها	-انواع کربوهیدرات ها -ساختار، هضم و جذب -ارتباط با بیماری های مختلف	شناختی - عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	استدلالی، تشریحی، عملکردی	دکتر نجار زاده	۴۰۲/۰۱/۳۰
۴. فیبر	-انواع فیبرها -نقش فیبرها در پیشگیری از بیماری های مختلف	شناختی - عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	استدلالی، تشریحی، عملکردی	دکتر نجارزاده	۴۰۲/۰۲/۶
۵. شیرین کننده های مصنوعی	-ساختار -هضم و جذب -تاثیر مصرف شیرین کننده های مصنوعی در ابتلا به بیماری ها	شناختی - عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	استدلالی، تشریحی، عملکردی	دکتر نجارزاده	۴۰۲/۰۲/۱۳

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی دانشگاه

۴۰۲/۰۲/۲۰	دکتر نجات زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-تعریف کربوهیدرات های کاربوژن و نقش آنها در ابتلا به بیماری ها	۶. کربوهیدرات های کاربوژن
۴۰۲/۰۲/۲۷	دکتر خیاطزاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-انواع پروتئین ها - نقش پروتئین های مختلف در ابتلا به بیماری ها	۷. پروتئین ها
۴۰۲/۰۳/۰۳	دکتر خیاطزاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-انواع اسید آمینه -هضم، جذب و متابولیسم اسیدهای آمینه -نقش مکمل های آمینواسیدی -اختلالات متابولیکی اسیدهای آمینه	۸. اسیدهای آمینه
۴۰۲/۰۳/۱۰	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-انواع روش های ارزیابی	۹. ارزیابی کیفی پروتئین ها
۴۰۲/۰۳/۱۷	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-روش های تعیین نیاز به پروتئین و اسیدهای آمینه	۱۰. نیازهای پروتئینی
۴۰۲/۰۳/۲۴	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-انواع چربی ها -هضم، جذب، انتقال و متابولیسم چربی ها	۱۱. چربی ها
۴۰۲/۰۳/۳۱	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی - عملکردی	-انواع اسیدهای چرب و منابع عمده غذایی آنها -انواع جایگزین های چربی و نقش آنها در صنعت غذا نقش جایگزین های چربی در ابتلا به بیماری ها	۱۲. اسیدهای چرب و جایگزین های چربی

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی دانشگاه

۴۰۲/۰۴/۰۷	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی- عملکردی	-انواع اختلالات چربی - سوء جذب، اختلال در متابولیسم و انتقال چربی ها و بیماری های مختلف	۱۳. اختلالات چربی
۴۰۲/۰۴/۰۱۴	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی- عملکردی	- روغن ها در رژیم غذایی -نقش روغن ها در ابتلا به بیماری های مختلف	۱۴. روغن ها
۴۰۲/۰۴/۲۱	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی- عملکردی	- روغن ها در رژیم غذایی -نقش روغن ها در ابتلا به بیماری های مختلف	۱۵. روغن ها
مشارکت در فعالیت های کلاسی						تکالیف فراگیر
میزان مشارکت دانشجویان در فعالیت های کلاسی- ۱۰ درصد نمره						نحوه نمره دهی
امتحان پایان ترم- ۹۰ درصد نمره						
۱. حضور منظم و دقیق در جلسات درس داشته باشند . ۲. در بحث های گروهی و فعالیت های آموزشی مشارکت نمایند. ۳. در هر جلسه آمادگی پاسخ گویی به سؤالات مبحث قبلی را داشته باشند . ۴. تلفن همراه خود را در کلاس خاموش نمایند.						مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو : از دانشجویان محترم انتظار می رود :
۲-L.Kathleen, Sylvia Escott –Stump. Krause, s Food and the nutrition care process. ۱۴th ed. Elsevier. Sanders.۲۰۱۷ ۳- A catharina r, et al. Modern nutrition in health and disease ۱۱th ed. lippinkon. ۲۰۱۴						منابع آموزشی