

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:** ۱۴۰۳-۱۴۰۴ **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	۴۰۳/۱۱/۲۲
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	۴۰۳/۱۱/۲۹
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	۴۰۳/۱۲/۰۶
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	۴۰۳/۱۲/۱۳
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

۴۰۳/۱۲/۲۰	دکتر نجار 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
۴۰۴/۰۱/۱۸	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
۴۰۴/۰۱/۲۵	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
۴۰۴/۰۲/۰۱	دکتر خیاط زاده	استدلالی، تشریحی، عملکردی	سخنرانی کلاسیک ، سخنرانی تعاملی، بحث گروهی	شناختی- عملکردی	-انواع روش های ارزیابی	۹. ارزیابی کیفی پروتئین ها
۴۰۴/۰۲/۰۸	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
۴۰۴/۰۲/۱۵	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
۴۰۴/۰۲/۲۲	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

۴۰۴/۰۲/۲۹	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
۴۰۴/۰۳/۰۵	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
۴۰۴/۰۳/۱۲	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 امتحان پایان ترم- ۹۰ درصد نمره						نحوه نمره دهی
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 :
2-L.Kathleen, Sylvia Escoott –Stump. Krause, s Food and the nutrition care process. 14th ed. Elsevier. Sunders.2017 3- A catharina r, et al. Modern nutrition in health and disease 11th ed. lippinkon. 2014						منابع آموزشی