فرم طرح دوره (Course Plan)

نام درس : بیوشیمی و اصول تغذیه تعداد واحد: ۲ واحد تئوری شامل ۱ واحد اصول تغذیه	رشته تحصیلی: مهندسی بهداشت حرفه ای و ایمنی کار	مقطع تحصیلی دانشجویان: کارشناسی پیوسته	محل برگزاری: کلاس ۱۲	مدرس: دکتر ناصح پهلوانی (استادیار تغذیه بالینی)	نیمسال تحصیلی: دوم- ۱۴۰۴-۱۴۰۳
نام دانشکده: بهداشت	گروه آموزشی: بهداشت	روز و ساعت برگزاری: یکشنبه ها: ساعت ۱۲ تا ۱۴	تلفن و روزهای تماس: 05152421126	آدرس دفتر: مدیریت آموزش و تحصیلات تکمیلی	آدرس ایمیل: nasehpahlavaniNE91@yahoo.com

هدف کلی درس: آشنایی دانشجویان با تعاریف، اهمیت و مفهوم تغذیه و نقش تغذیه در حفظ سلامت و پیشگیری از بیماری ها

اهداف اختصاصی درس:

۱- دانشجو تاریخچه تغذیه را بداند و بتواند تغذیه را تعریف کند و کاربرد آن در سلامت و بیماری را شرح دهد.

۲-دانشجو بتواند درشت مغذی ها (کربوهیدرات، پروتئین و چربی ها) را تعریف و نقش آن ها در تغذیه را توضیح دهد.

۳-دانشجو بتواند ریز مغذی ها (ویتامین ها و مواد معدنی) و نقش آن ها در تغذیه را توضیح دهد.

٤-دانشجو بتواند انرژی مورد نیاز بدن، اجزاء مصرف انرژی در بدن ، گرو وهای غذایی و انرژی موجود در غذاها را شرح دهد.

٥-دانشجو بتواند سوء تغذیه و انواع آن، و همچنین هرم غذایی و گروه های غذایی را شرح دهد.

٦- دانشجو بتواند اهمیت تغذیه در گروههای آسیب پذیر را شرح دهد و کاربرد تغذیه در سلامت جامعه را بیان نماید.

***منابع اصلی درس:**

١- Krause, M. and Mahan, L.K., ٢٠١٤ Food, Nutrition and Diet Therapy. Saunders, Canada .

٢-اصول تغذیه رابینسون- ترجمه دکتر ناهید خلدی-انتشارات جامعه نگر

٣-اصول تغذیه کراوس- ویرایش ١۴- ترجمه دکتر محمد خلیلی- انتشارات خسروی

منابع فرعی درس:

روش تدریس: سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، حل مسئله

مسوولیت های فراگیران: حضور منظم و فعال در کلاس+ شرکت در بحث های گروهی+ پاسخگویی به سوالات و حل تمرین +شرکت در امتحانات میان ترم و پایانی

***نحوه ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی:**

الف) در طول دوره (کوئیز، تکالیف، حل تمرین های مرتبط با آموزش و مشاوره تغذیه، امتحان میان ترم...):

بارم: ٤ نمره

ب) پایان دوره: **بارم: ١٦ نمره**

***سیاست مسوول دوره در مورد برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو در کلاس درس:**

مشاوره با دانشجو جهت حل مشکل و علت غیبت، تذکر، کسر نمره، در صورت لزوم محروم کردن از امتحان نهایی

جدول زمان بندی ارائه برنامه درس اصول تغذیه **نیمسال اول/دوم:** نیمسال دوم ۰۳-۱۴۰۲					
ردیف	**تاریخ**	**ساعت**	**عنوان**	**مدرس**	**آمادگی لازم دانشجویان قبل از شروع کلاس**
۱	۱۴۰۳/۱۱/۲۸	۱۲-۱۴	آشنایی با مفهوم تغذیه، تاریخچه تغذیه و انرژی و نحوه محاسبه آن- درشت مغذی	دکتر پهلوانی	معرفی خود و معارفه با دانشجویان، معرفی کلی درس- آزمونهای آغازین- شروع تدریس

			ها- کربوهیدرات ها، انواع آن، فیبر ها و کاربرد و فواید آن		
۲	جلسه دوم	۱۲-۱۴	درشت مغذی ها- چربی ها- انواع چربی ها- اسیدهای چرب ضروری-منابع غذایی آن- پروتئین و اسیدهای آمینه	دکتر پهلوانی	آمادگی جهت پاسخ به سوالات (کوئیز از جلسه قبل) و پاسخ به تمرینات داده شده
۳	جلسه سوم	۱۲-۱۴	ریزمغذی ها (ویتامین ها-ویتامین های محلول در چربی-ویتامین آ – دی – ایی- و کا)	دکتر پهلوانی	مروری بر مطالب جلسه گذشته، مرور کلی منابع معرفی شده جهت آمادگی در درک مطالب جدید
۴	جلسه چهارم	۱۲-۱۴	ریزمغذی ها (ویتامین ها-ویتامین های محلول در آب- B1, B2, B3 ، ب۶، ب ۹، ب ۱۲)	دکتر پهلوانی	آمادگی جهت پاسخ به سوالات (کوئیز از جلسه قبل) و پاسخ به تمرینات داده شده
۵	جلسه پنجم	۱۲-۱۴	هرم غذایی و گروههای غذایی	دکتر پهلوانی	مروری بر مطالب جلسه گذشته، مرور کلی منابع معرفی شده

					جهت آمادگی در درک مطالب جدید
۶	جلسه ششم	۱۲-۱۴	کلیات ارزیابی وضعیت تغذیه و سوء تغذیه و روشهای تشخیص آن	دکتر پهلوانی	مروری بر مطالب جلسه گذشته، مرور کلی منابع معرفی شده جهت آمادگی در درک مطالب جدید
۷	جلسه هفتم	۱۲-۱۴	اهمیت تغذیه در دوره های زندگی	دکتر پهلوانی	مروری بر مطالب جلسه گذشته، مرور کلی منابع معرفی شده جهت آمادگی در درک مطالب جدید
۸	جلسه هشتم	۱۲-۱۴	تغذیه در گروههای آسیب پذیر و برنامه های تغذیه برای حمایت از این گروهها	دکتر پهلوانی	مروری بر مطالب جلسه گذشته، توضیحات در مورد کلیات امتحان

***تاریخ امتحان میان ترم:** پس از هماهنگی با دانشجویان به نماینده کلاس اعلام خواهد شد.

تاریخ امتحان پایان ترم: ۹ تیرماه ۱۴۰۴ ساعت ۱۰ صبح

***سایر تذکرهای مهم برای دانشجویان:**