

بسمه تعالی

طرح درس

عنوان درس: تغذیه اساسی ۲
گروه هدف: دانشجویان کارشناسی تغذیه
پیشناز: بیوشیمی-تغذیه اساسی ۱

هدف کلی: آشنایی دانشجویان با وظایف حیاتی ، جذب ، انتقال و متابولیسم ویتامین ها

اهداف اختصاصی :

در پایان دوره دانشجویان قادر خواهند بود :

- ۱- با تاریخچه شناسایی ویتامین ها و عوامل موثر در بروز کمبود ها آشنا شوند.
- ۲- وظایف حیاتی ویتامین های محلول در آب و محلول در چربی را فهرست کنند.
- ۳- جذب ، انتقال و متابولیسم ویتامین های محلول در آب و محلول در چربی را بازگو کنند.
- ۴- هیپو ویتامینوز ویتامین های محلول در چربی و عوارض ناشی از آن را شرح دهند.
- ۵- هیپو ویتامینوز ویتامین های محلول در آب و عوارض ناشی از آن را شرح دهند.
- ۶- هیپر ویتامینوز ویتامین های محلول در چربی و عوارض ناشی از آن را شرح دهند.
- ۷- هیپر ویتامینوز ویتامین های محلول در آب و عوارض احتمالی ناشی از آن را شرح دهند.
- ۸- مقادیر مورد نیاز روزانه نسبت به ویتامین ها را فهرست کنند.
- ۹- ارزیابی وضعیت تغذیه ای ویتامینها را بازگو کنند.

منابع :

- 1)Mahan LK,Escott-stump S: Kraus,s Food and Nutrition Therapy.12th ed.WB, Saunders company,2008.
- 2)Garrow JS,James WPT,and Ralph A. Human Nutrition and Dietetics.11th ed.,churchil living stone,2004.

نحوه ارائه

- سخنرانی-وایت برد
سخنرانی-وایت برد- اسلامید-کنفرانس توسطدانشجو
سخنرانی- وایت برد- کنفرانس توسط دانشجو
سخنرانی- وایت برد -کنفرانس توسطدانشجو

عناوین جلسات :

- جلسه ۱: تاریخچه ویتامین ها
جلسه ۲ : مبحث ویتامین A
جلسه ۳: مبحث ویتامین A
جلسه ۴ : مبحث ویتامین D

سخنرانی - وايت برد - كنفرانس توسط دانشجو	جلسه ۵: مبحث ویتامین E
- power point سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point دانشجو	جلسه ۶: مبحث ویتامین K كنفرانس توسط
- power point سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point دانشجو	جلسه ۷: مبحث ویتامین B1 كنفرانس توسط
- power point سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point دانشجو	جلسه ۸: مبحث ویتامین B2 كنفرانس توسط
سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point - كنفرانس توسط	جلسه ۹: (امتحان ميان ترم) - مبحث ویتامين B3 دانشجو
سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point - كنفرانس	جلسه ۱۰: مبحث ویتامين B6 توسط دانشجو
سخنرانی - وايت برد - نرم افزار power point - كنفرانس توسط	جلسه ۱۱: مبحث ویتامين بيوتين دانشجو
سخنرانی - نرم افزار power point - كنفرانس توسط	جلسه ۱۲: مبحث ویتامين اسيد پانتوتنيك دانشجو
سخنرانی - نرم افزار power point - كنفرانس توسط	جلسه ۱۳: مبحث ویتامين اسيد فوليك دانشجو
سخنرانی - نرم افزار power point - كنفرانس	جلسه ۱۴ : مبحث ویتامين B12 توسط دانشجو
سخنرانی - نرم افزار power point - كنفرانس	جلسه ۱۵: مبحث ویتامين C توسط دانشجو