

کد درس: ۱۹

نام درس: کارآموزی

پیش‌نیاز یا همزمان: تغذیه ورزشی پیشرفته

تعداد واحد: ۴ واحد

نوع واحد: کارآموزی

هدف کلی درس:

با گذراندن این درس دانشجو بتواند مسائل و مشکلات حوزه تغذیه ورزشی را در ابعاد فردی، تیمی و یا باشگاهی شناسایی و جهت رفع آنها برنامه‌های مناسب طراحی و اجرا نماید.

هدف کلی درس:

آشنایی با خدمات تغذیه‌ای در عرصه ورزشی

شناسایی مشکلات تغذیه‌ای فردی و گروهی ورزشکاران رشته‌های مختلف

آگاهی از نحوه مدیریت تغذیه ورزشی در سطح مجموعه‌های ورزشی و یا اردوهای کوچک و بزرگ ورزشی

برنامه‌ریزی مناسب جهت پیشگیری و حل مشکلات تغذیه‌ای ورزشکاران

اهداف مهارتی:

- قادر به ارزیابی و کنترل وضعیت موجود و ترسیم اهداف ایده آل برای تغذیه ورزشی با هدف ارتقای عملکرد ورزشکاران باشد.
- بتواند چالش‌های مدیریت و نحوه راهبری در عرصه تغذیه ورزشی را در سطح مرکز یا مجموعه کارآموزی مشاهده، تعیین و ثبت نموده و برای حل آن‌ها راهکار مناسب ارائه دهد.
- شرایط موجود در مرکز یا مراکز مورد مراجعه خویش را با استانداردها و شرایط مناسب مقایسه کند.
- یک الگوی صحیح برنامه غذایی و برنامه برای کنترل شرایط و مدیریت اردوها با توجه به نوع رشته ورزشی، تعداد ورزشکاران و سایر عوامل تاثیرگذار نظیر شرایط مالی مجموعه ورزشی ارائه دهد.

شرح درس:

در این کارآموزی، دانشجویان از نزدیک با مجموعه‌های ورزشی تعامل کرده و طی بازدید و حضور در آن مجموعه‌ها مهارت‌های علمی و عملی لازم را جهت راهبری تغذیه ورزشی در یک واحد ورزشی فراخواهند گرفت.

رئوس مطالب: (۲۰۴ ساعت کارآموزی)

یکی از نقش‌ها و وظایف اصلی کارشناسان ارشد تغذیه ورزشی توانایی ارزیابی و شناسایی مشکلات تغذیه‌ای ورزشکاران در سنین مختلف و گروه‌های خاص می‌باشد. همچنین پیشگیری و تدوین برنامه‌های فردی و گروهی برای رفع این مشکلات نیازمند کسب مهارت‌های لازم می‌باشد که طول این واحد درسی بدست می‌آید. اولویت بدنی و ارزشیابی برنامه‌های تدوین و اجرا شده از دیگر مهارت‌هایی است که انتظار می‌رود که دانشجو پس از گذراندن این درس فراگیرد.

شیوه ارزشیابی دانشجو:

چک لیست

گزارش نهایی مطالعه موردی

