

راهنمای واحد درسی تغذیه گروههای ویژه در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳

مدرسی / مدرسین: دکتر بیت اله علیپور (یک واحد)، دکتر بهرام پورقاسم گرگری (یک واحد)

پیش نیاز یا واحد همزمان: اصول تنظیم برنامه های غذایی - ارزیابی وضعیت تغذیه

تعداد واحد: ۲ واحد نوع واحد: ۲ واحد نظری مقطع: کارشناسی علوم تغذیه

تعداد جلسات: ۱۷ جلسه

تاریخ شروع و پایان جلسات: ۱ مهرماه لغایت ۲۷ دیماه

زمان برگزاری جلسات در هفته: روزهای شنبه ساعت ۸ تا ۱۰

مکان برگزاری جلسات حضوری: دانشکده تغذیه و علوم غذایی، کلاس ۵

هدف کلی و معرفی واحد درسی:

در پایان دوره انتظار می رود دانشجو با اصول تغذیه در گروههای ویژه شامل: ورزشکاران و کارگران، تغذیه معلولان، معتادان، نظامیان، گیاهخواران و تغذیه در شرایط اضطراری و ضوابط ارائه خدمات تغذیه اتی به این گروهها آشنا گردد.

اهداف آموزشی واحد درسی

انتظار می رود فراگیران بعد از گذراندن این دوره بتوانند :

- متابولیسم انرژی و عوامل شرکت کننده در جابجایی آنرا بدانند.
- مهمترین مسیرهای تامین انرژی در ورزشکاران را بیان کنند.
- نیاز به مایعات در ورزشکاران را بیان کنند.
- نیاز به انرژی و کربوهیدرات در ورزشکاران را بیان کرده و محاسبه نمایند.
- نیاز به پروتئین و چربی و عوامل موثر در آنرا در ورزشکاران بیان کرده و محاسبه نمایند.
- نیاز به میکرو نوترینتها (مواد معدنی و ویتامین ها) و عوامل موثر در آنرا در ورزشکاران بیان کنند.
- اصول تغذیه در نیروهای انتظامی را بیان کنند.
- اصول تغذیه در معتادان را بیان کنند.
- اصول تغذیه در معلولان را بیان کنند.
- اصول تغذیه در گیاهخواران را بیان کنند.
- اصول تغذیه در شرایط اضطراری را بیان کنند.
- بررسی وضع تغذیه در شرایط اضطراری را بیان کنند.
- کمک های غذایی و انواع تغذیه در شرایط اضطراری را بیان کنند.
- مشکلات تغذیه ای شایع در بحرانها و نحوه شناخت آنها و درمان تغذیه ای آنها را بیان کرده و تشخیص دهند.

شیوه ارائه آموزش

سخنرانی، مباحثه، تشویق دانشجویان برای مشارکت، سوال و جواب، ارائه تمرین کلاسی، و ارائه های کلاسی توسط دانشجویان.

شیوه ارزیابی دانشجو

الف) در طول دوره (کونیز، تکالیف، امتحان، میان ترم و): انجام تکالیف کلاسی، شرکت در بحث های کلاسی و ارائه های کلاسی

بارم: ۴ نمره.

بارم: ۱۶

ب) پایان دوره: آزمون چند گزینه ای (MCQ)، جای خالی و سوالات تشریحی

نمره

حداقل نمره قبولی برای این درس: بر اساس کوریکولوم ۱۰

تعداد ساعات مجاز غیبت برای این واحد درسی: ۴ جلسه از ۱۷ جلسه نظری

منابع آموزشی

- ۱) کتاب مدرن - آخرین چاپ -
- ۲) کتاب کراس - آخرین چاپ -
- ۳) کتاب تغذیه در شرایط اضطراری (ترجمه امنیت غذا و تغذیه استان آذربایجان شرقی).
- 4) Lee RD, and Nieman DC. Nutritional Assessment. MvCrow-Hill, Bopston.
- 5) Rawson ES, Volpe SL. Nutrition for elite athletes. CRC Press.
- 6) Hill N, Fallowfield J,.... Military nutrition: maintaining health and rebuilding injured tissue.
- 7) Melina V, Davis B. The new Becoming vegetarian: the essential guide to a Healthy vegetarian diet. Book Publishing Company.

منابع آموزشی برای مطالعه بیشتر

مقالات مرتبط در ارتباط با مباحث طرح شده کلاسی

-) Sports and Exercise Nutrition (William. D. MacArdel)

فرصت های یادگیری

-) کلاس آموزشی

-) آزمایشگاه

-) کتابخانه

-) اینترنت

-) ارائه های کلاسی

اطلاعات تماس

مدرس / مدرسین دوره (تلفن ، ایمیل و ...):

دکتر بیت اله علیپور، دکتر بهرام پورقاسم گرگری

-تلفن: ۰۴۱۳۳۳۷۶۲۳۱ و ۰۴۱-۳۳۳۴۱۱۱۳ و ۳۳۳۵۷۵۸۲ داخلی: ۲۰۳ و ۲۱۶

-ای میل دانشگاهی:

pourghassemb@tbzmed.ac.ir

alipourb@tbzmed.ac.ir

کارشناس آموزشی (تلفن ، ایمیل و ...):

آقای حسینی -خانم سلیمانی - آقای چیلان.

-شماره تماس: ۰۴۱۳۳۳۷۹۰۰۳

-ای میل:

nutritionfaculty@tbzmed.ac.ir