

راهنمای مطالعاتی دانشجویان

(Study guide)

عنوان درس: تغذیه در دوران های مختلف زندگی

گروه : تغذیه جامعه

تاریخ : مهر ۱۴۰۳

- عنوان درس: تغذیه در دوران های مختلف زندگی

تعداد واحد: ۲

- هماهنگ کننده: دکتر زهرا سهرابی

- گروه مدرسین: دکتر زهرا سهرابی، دکتر مرضیه اکبرزاده

- پیش نیاز: تغذیه اساسی ۱ و ۲

- اهمیت این درس را در یک پاراگراف توضیح دهید:

آشنایی دانشجویان تغذیه با تغذیه در دوران های مختلف زندگی اعم از دوران بارداری و شیردهی، نوزادی، نوزادان نارس، کودکی و نوجوانی، نکات مهم و چالش های تغذیه ای هر یک از این دوران ها با توجه به تغییرات فیزیولوژیک بدن در هر دوره.

- اهداف کلی و میانی:

- آگاهی از نیازهای تغذیه ای افراد در دوران های مختلف زندگی
- پیشگیری از کمبودهای تغذیه ای
- ارائه راهکارهای تغذیه ای مناسب برای مشکلات هر دوره

- روش تدریس :

- آموزش به روش ارائه سخنرانی توسط استاد با استفاده از اورهد، اسلاید و پاورپونیت.
- روش پرسش و پاسخ

- روش ارزشیابی :

- امتحان میان ترم به صورت چهار جوابی، جور کردنی، جای خالی و تشریحی
- امتحان پایان ترم به صورت چهار جوابی، جور کردنی، جای خالی و تشریحی
- حضور فعال دانشجو در کلاس

- نکات کلیدی در یادگیری بهتر این درس عبارتند از:
با توجه به حجم زیاد مطالب ارائه شده در هر جلسه مطالعه تدریجی و
تکرار مداوم آنها به جهت یادگیری بهتر و عمیق تر ضروری است.

- مراجع: (کتاب ژورنال یا سایت اینترنتی مرتبط را بطور
دقیق معرفی نمائید.

- 1- Krause's Food & Nutrition therapy 2016.
- 2- Modern Nutrition in Health and Disease,

- اشتباهات رایج دانشجویان در این درس عبارتند از:
عدم توانایی تلفیق تئوری بحث با کاربرد عملی آن