

راهنمای مطالعاتی دانشجویان

(Study guide)

عنوان درس: تغذیه گروه های ویژه

گروه : تغذیه جامعه

تاریخ : آذر ماه ۱۴۰۳

- عنوان درس : تغذیه گروه های ویژه

تعداد واحد : ۲ واحد

- هماهنگ کننده: دکتر معصومه اخلاقی

- گروه مدرسین: دکتر معصومه اخلاقی، دکتر شیوا فقیه

- پیش نیاز: فیزیولوژی، تغذیه اساسی ۱ و ۲

- اهمیت این درس را در یک پاراگراف توضیح دهید:

یکی از مسئولیت های شغلی دانشجویان بررسی، نظارت و مشاوره در جهت بهبود وضعیت تغذیه گروه هایی از افراد است که شرایط مشترک دارند. به عنوان مثال سالمندان یکی از گروه های بزرگ و قابل اهمیت در جامعه هستند. یا افراد دارای ناتوانی جسمی و ذهنی یکی از دغدغه های خانواده های درگیر و جامعه می باشند. ورزشکاران و معتادین نیز از گروه هایی هستند که در حوزه وظایف و مسئولیت های کارشناسان تغذیه می گنجند. در این درس دانشجویان به صورت خاص با مشکلات تغذیه ای و نیازهای غذایی سالمندان، ورزشکاران، افراد دارای معلولیت جسمی و ذهنی، گیاهخواران و معتادین به الکل آشنا خواهند شد

-

اهداف کلی و میانی:

دانشجو باید بتواند:

- (۱) بیماری های مرتبط با تغذیه دوران سالمندی و نیازمندی های غذایی سالمندان را بیان کند.
- (۲) اصول تغذیه و نیازهای غذایی ورزشکاران را توضیح دهد.
- (۳) اصول تغذیه و نیازهای غذایی در ناتوانی های جسمی و ذهنی را بیان کند.
- (۴) انواع تغذیه گیاهخواران را ذکر کرده و فواید و خطرات احتمالی این رژیم ها را بیان کند.
- (۵) نقش تغذیه در سلامت استخوان و دندان را تبیین کند.
- (۶) مشکلات تغذیه ای و نیازهای غذایی در مصرف زیاد الکل را شرح دهد.

- روش تدریس :

در شرایط عادی این درس با رویکرد آموزشی یادگیری ترکیبی تدریس می شود. حدود ۷۰ درصد در صورت حضوری و ۳۰ درصد با استفاده از شیوه های الکترونیکی به صورت آفلاین ارائه می شود. محتوای آموزشی با استفاده از Ocam و Camtasia تهیه شده و در سامانه نوید بارگذاری خواهد شد. تکالیف داده شده نیز توسط دانشجویان در سامانه نوید بارگذاری خواهد شد.

- 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

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

- Mahan LK, Scott-Stump S, Raymond JL. (2012) Krause's Food & Nutrition Care Process, 13th edition, Missouri: Saunders.
- McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Sports & Exercise Nutrition, 3rd edition, Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- Watson RR. Handbook of Nutrition in the Aged. 4th Edition
- Marriott B, Birt D, Stalling V, Bates A. Present Knowledge in Nutrition. Basic Nutrition and Metabolism. 11th. Edition.

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

- 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.