

خطة تدريسيه لمقرر غدت 211

1. معلومات عن عضوية التدريس:

اسم عضوية التدريس المسؤول عن المقرر الدراسي

د.نوره بنت عبدالله الفارس

الساعات المكتبية

الاثنين من 12:30-1:20

رقم المكتب وتحويلته

كلية الاقتصاد المنزلي / الدور الارضي / 0.501.51 تحويلة 37437

البريد الالكتروني

naalfaris@pnu.edu.sa

2. التعريف بالمقرر الدراسي ومعلومات عامة عنه:

الكلية / القسم

كلية الاقتصاد المنزلي / قسم : التغذية وعلوم الأطعمة

اسم ورمز المقرر الدراسي

مبادئ التغذية غدت 211

عدد الساعات المعتمدة

3 وحدة دراسية (عدد ساعات الاتصال: 3 نظري)

البرنامج أو البرامج الذي يقدم ضمنه المقرر الدراسي (في حال وجود مقرر اختياري عام في عدة برامج ، يبين بدلاً من إعداد قائمة بهذه البرامج)

بكالوريوس

السنة أو المستوى الأكاديمي الذي يعطى فيه المقرر الدراسي

بدءاً من المستوى الاول

المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

المتطلبات الآتية لهذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

موقع تقديم المقرر إن لم يكن داخل المبنى الرئيسي للمؤسسة التعليمية

لا يوجد

3. أهداف المقرر:

وسوف يتم دراسة الاغذية من حيث الهضم والامتصاص والتمثيل الغذائي، وظائف ومصادر واحتياجات الجسم من الكربوهيدرات، والدهون، والبروتينات والماء والفيتامينات والمعادن. وسوف يتم مناقشة الايض الغذائي وتوازن الطاقة والاحتياجات الغذائية خلال دورة الحياة وكما سيتم دراسة العوامل المؤثرة على السلوك الغذائي . بالاضافة سلامة الغذاء والصرف الصحي وتخطيط وجبات غذائية متوازنة .

الاسبوع	التاريخ	الموضوع	النشاط
1	12/27	مقدمة في علم التغذية	الفصل 1-3
2	1/5	الكربوهيدرات	الفصل:5
		نشاط (1) حسابات الطاقة نشاط (2) مؤشر السكري	
3	1/12	الليبيدات	الفصل :6
4	1/19	البروتينات	الفصل:7
5	1/26	امتحان اعمال السنه (1)	المحاضرات من 1: 4 (مقدمة في علم التغذية ، الكربوهيدرات ، البروتين ، الليبيدات)
		الهضم والامتصاص	الفصل :12
6	2/3	الفيتامينات الذائبة في الماء	الفصل : 13
7	2/10	الفيتامينات الذائبة في الدهن	الفصل : 14
8	2/17	امتحان أعمال الستة الثاني	المحاضرات (الهضم والامتصاص ، الفيتامينات الذائبة في الماء والفيتامينات الذائبة في الدهن)
		المعادن الكبرى	الفصل: 19
9	2/24	المعادن الصغرى (النادرة)	الفصل : 15
10	3/2	السوائل	الفصل :4
11	3 /9	تخطيط الوجبات : الادله الغذائية الجديدة طبقي	الفصل الثاني من الكتاب
15-12	-3/ 16 4/7	انشطة ومراجعة عامة	
16-17	-4/ 13 4 /24	الامتحانات النهائية	

4. الكتب والمراجع:

✍ عويضة ، عصام حسن . ١٤١٨ . أساسيات تغذية الإنسان . النشر العلمي والمطابع ، جامعة الملك سعود، الرياض ، المملكة العربية السعودية.

✍ **Text book: Nutrition: Concepts and Controversies, eleventh edition. FrancesSizer and Ellie Whitney**

✍ * التكروري ، حامد والمصري ، خضر . ١٩٨٩ . علم التغذية العامة " أساسيات في التغذية المقارنة "،الدار العربية للنشر والتوزيع ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.

5. طرق التقييم وتقسيم الدرجات:

طريقة التقييم (كتابة مقال - اختبار - مشروع جماعي - اختبار نهائي ...)	الأسبوع المحدد له	الدرجة	نسبته من التقييم النهائي	ملاحظات
امتحان اعمال السنة (1)	6	20	20%	
نشاط (1) و (2)	2	5	5%	
امتحان اعمال السنة (2)		20	20%	
اختبار قصير (1)	11	5	5%	
مشروع	13-4	10	10%	
امتحان نهائي	بعد 15	40	40%	

6. إرشادات (إن وجدت):

- ✍ يرجى إيقاف جميع الهواتف المحمولة وأجهزة الاتصال أو أي أجهزة إلكترونية أخرى، والامتناع عن الحديث أثناء المحاضرة و استخدام جهاز كمبيوتر شخصي لتحقيق من البريد الإلكتروني، أو الفيسبوك، أو تويتر .
- ✍ سوف يتم احتساب غياب للطالبة في حاله عدم حضور المحاضرات ، وفي حاله تجاوز نسبة الغياب المحددة من قبل الجامعة سوف تحرم الطالبة ما لم تحضر عذر مقبول خلال اسبوع من الغياب على الاقل
- ✍ التخلف عن الامتحان غير مسموح البته الا لظروف طارئة خارجة عن اردتكم . وفي حاله الغياب سوف يعقد امتحان بديل .مع ملاحظه ان النماذج والدرجات تختلف عن الامتحان الاول ما لم يقدم عذر مقبول حسب لوائح وأنظمة الجامعة .
- ✍ لابد من احضار قلم الرصاص والإله الحاسبة اثناء الامتحان ويمنع منع بات ادخال اجهزة الجوال الحاسب الالى والمحمولة او اي اجهزة الكترونية اخرى بالإضافة للكتب والأوراق وخلافه .
- ✍ تسلم جميع الواجبات في وقتها المحدد وفي حاله التأخر يوم واحد يخصم 10% من الدرجة . وفي حاله التأخر أكثر من ذلك يخصم 25% من الدرجة عن كل يوم تأخير ويتم استلام الواجبات في المكتب بعد المحاضرة مباشرة .
- ✍ الرجاء الاحتفاظ بنسخة ورقية أو الكترونية من الواجبات والمشاريع في حاله الفقد . والتأكد من وضع أشاره على تم استلام الواجب قبل مغادرة المكتب .
- ✍ يمنع الغش بتاتا في الامتحانات والواجبات والمشاريع وفي حاله اكتشاف ذلك سوف تخضع الطالبة للقوانين المتبعة في الجامعة حيال مثل هذه الحالات .

