

أسس تغذية الإنسان

Principles of human nutrition

• توصيف المقرر

- ٠ يهدف مقرر أسس تغذية الإنسان إلى منح الطالب/ الطالبة الأسس التعليمية ذات العلاقة بالتعرف على التفاصيل الأساسية في تغذية الإنسان ومنح الطالب/ الطالبة المصطلحات الأساسية التي تساعده في فهم أعمق لماهية التغذية وأهمية الوزن الصحي وتوزيع الحصص الغذائية وحساب الطاقة.

• اهداف المقرر

- ٠ تدرس الطالب / الطالبة المبادئ الأساسية المتعلقة بالتعرف على المفاهيم التي سوف تستقر في الذاكرة التغذوية كتعريف التغذية والسعرات الحرارية.
- ٠ دراسة الجهاز الهضمي بالتفصيل ومعرفة العمليات الهضمية .
- ٠ حساب الطاقة وتوزيع الحصص الغذائية وحساب الطاقة.

• المخرجات المتوقعة

- ٠ معرفة المفاهيم الأساسية في تغذية الإنسان كتعريف التغذية والاطعمة الوظيفية.
- ٠ التعرف على الجهاز الهضمي والعمليات الهضمية التي تتم ورحلة الطعام من الفم حتى يتم امتصاصه والإخراج.
- ٠ التعرف على كيفية حساب الطاقة والوزن المثالي وتوزيع الحصص الغذائية.