

2024

TP-153



هيئة تقويم التعليم والتدريب
Education & Training Evaluation Commission



توصيف المقرر الدراسي

دبلوم

اسم المقرر: أسس التغذية
رمز المقرر: APFP1301
البرنامج: دبلوم انتاج الطعام
القسم العلمي: الكلية التطبيقية
الكلية: الكلية التطبيقية
المؤسسة: جامعة أم القرى
نسخة التوصيف: 2
تاريخ آخر مراجعة: 2024-12-11



جدول المحتويات

- أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:.....3
- ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:.....4
- ج. موضوعات المقرر.....5
- د. أنشطة تقييم الطلبة.....5
- هـ. مصادر التعلم والمرافق:.....5
- و. تقويم جودة المقرر:.....6
- ز. اعتماد التوصيف:.....6



أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:

1. التعريف بالمقرر الدراسي

1. الساعات المعتمدة: (2 ساعة)

2 نظري

2. نوع المقرر

أ	☐ متطلب جامعة	☐ متطلب كلية	☒ متطلب تخصص	☐ متطلب مسار	☐ أخرى
ب	☒ إجباري	☐ اختياري			

3. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: (السنة الأولى \ المستوى الأول)

4. الوصف العام للمقرر

- التعريف بالعناصر الغذائية من حيث المكونات، والمصادر، والوظائف والاحتياجات.
- التعريف بعمليات الهضم والامتصاص والأيض.
- التزود بالمعلومات الأساسية عن المجموعات الغذائية وبدائلها

5- المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

6- المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

7. الهدف الرئيس للمقرر

- الإلمام بالأساسيات والمبادئ في أساسيات التغذية .

2. نمط التعليم (اختر كل ما ينطبق)

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
1	تعليم التقليدي	20	66.66%
2	التعليم الإلكتروني	10	33.33%
3	التعليم المدمج	-	-

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
	- التعليم التقليدي - التعليم الإلكتروني		
4	التعليم عن بعد	-	-

3. الساعات التدريسية (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم	النسبة
1	محاضرات	30	100%
2	معمل أو إستوديو	-	-
3	ميداني	-	-
4	دروس إضافية	-	-
5	أخرى	-	-
	الإجمالي	30	100%

ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:

الرمز	نواتج التعلم	رمز نتائج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم			
1.1	تمييز بين المغذيات الستة من حيث التعريف ، الأقسام ، الوظائف ، المصادر المقررات اليومية	1ع	المحاضرة باستخدام العروض التقديمية	المشاركة في النقاش الجماعي أثناء المحاضرات. التقويم التكويني من خلال الاختبارات التحريرية الشهرية. التقويم النهائي في نهاية الفصل الدراسي. التقييم خلال إستراتيجية التغذية الراجعة خلال المحاضرات
1.2	تقدير أهمية تكوين الهرم الغذائي و My Plate .	2ع	المحاضرة باستخدام العروض التقديمية. بحوث مكتبية فردية وجماعية	المشاركة في النقاش الجماعي أثناء المحاضرات. تقييم البحوث المكتبية والمقالات. التقويم التكويني من خلال الاختبارات التحريرية الشهرية.

الرمز	نواتج التعلم	رمز نتائج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
			كتابة تقارير عن بعض الموضوعات العلمية من خلال تفعيل شبكة الانترنت. إستراتيجية العصف الذهني	التقويم النهائي في نهاية الفصل الدراسي. التقييم خلال إستراتيجية التغذية الراجعة خلال المحاضرات
1.3	تستنتج أهمية عملية الهضم والامتصاص والأيض.	ع2 - ع3	المحاضرة باستخدام العروض التقديمية. كتابة تقارير عن بعض الموضوعات العلمية من خلال تفعيل شبكة الانترنت. إستراتيجية العصف الذهني	المشاركة في النقاش الجماعي أثناء المحاضرات. التقويم التكويني من خلال الاختبارات التحريرية الشهرية. التقويم النهائي في نهاية الفصل الدراسي. التقييم خلال إستراتيجية التغذية الراجعة خلال المحاضرات
1.4	ان تعرف المشكلات التغذوية المرتبطة بنقص الغذاء	ع3	المحاضرة باستخدام العروض التقديمية. بحوث مكتبية فردية وجماعية كتابة ملخصات للمقرر. كتابة تقارير عن بعض الموضوعات العلمية من خلال تفعيل شبكة الانترنت.	المشاركة في النقاش الجماعي أثناء المحاضرات. تقييم البحوث المكتبية والمقالات. التقويم التكويني من خلال الاختبارات التحريرية الشهرية. التقويم النهائي في نهاية الفصل الدراسي. التقييم خلال إستراتيجية التغذية الراجعة خلال المحاضرات
2.0	المهارات			
2.1	تقارن بين العناصر الغذائية وتوضح أهميتها للفرد.	م1	• المحاضرات والواجبات • التعلم التعاوني استخدام الإنترنت للحصول على المعرفة عن طريق البحث والاستقصاء	تقييم الاختبارات تقييم الواجبات. وضع الطالبة في مواقف (مشاكل) تغذوية وإيجاد الحلول0

الرمز	نواتج التعلم	رمز نتائج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
2.2	تقدر الاحتياجات الغذائية للأفراد.	م1-م2-م7	- المحاضرات والواجبات - التعلم التعاوني - استخدام الإنترنت للحصول على المعرفة عن طريق البحث والاستقصاء	تقييم الاختبارات تقييم الواجبات. وضع الطالبة في مواقف (مشاكل) تغذوية وإيجاد الحلول0
2.3	تحلل المصادر الغذائية عند تحديدها.	م2-م3-م9	- المحاضرات والواجبات - التعلم التعاوني - استخدام الإنترنت للحصول على المعرفة عن طريق البحث والاستقصاء	تقييم الاختبارات تقييم الواجبات. وضع الطالبة في مواقف (مشاكل) تغذوية وإيجاد الحلول0
2.4	تطبق الأسس العلمية في مجال التغذية.	م4	- المحاضرات والواجبات - التعلم التعاوني - استخدام الإنترنت للحصول على المعرفة عن طريق البحث والاستقصاء	تقييم الاختبارات تقييم الواجبات. وضع الطالبة في مواقف (مشاكل) تغذوية وإيجاد الحلول0
2.5	تقدر الاحتياجات اليومية من الطاقة	م4	- المحاضرات والواجبات - التعلم التعاوني - استخدام الإنترنت للحصول على المعرفة عن طريق البحث والاستقصاء	تقييم الاختبارات تقييم الواجبات. وضع الطالبة في مواقف (مشاكل) تغذوية وإيجاد الحلول0
3.0	القيم والاستقلالية والمسؤولية			
3.1	تتواصل مع الآخرين عن طريق الأعمال الجماعية.	ق3		- تقييم أنواع العمل الجماعي. - تقييم علاقة الطالبة بالآخرين.
3.2	تشارك في المناقشة أثناء المحاضرة.	ق2	- إستراتيجية التعليم التعاوني0 - إستراتيجية التعليم بالنشاط والمشاركة0	- تقييم أنواع العمل الجماعي. - تقييم الواجبات الجماعية والفردية. - تقييم علاقة الطالبة بالآخرين.

الرمز	نواتج التعلم	رمز نتائج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
3.3	تفاعل في التعليم التعاوني.	ق3	• إستراتيجية التعليم التعاوني0 • إستراتيجية التعليم بالنشاط والمشاركة0	• تقييم أنواع العمل الجماعي. • تقييم الواجبات الجماعية والفردية. • تقييم علاقة الطلبة بالآخرين.
3.4	تجيد حسن الإنصات مع الآخرين.	ق1	• إستراتيجية التعليم التعاوني0 • إستراتيجية التعليم بالنشاط والمشاركة0	• تقييم أنواع العمل الجماعي. • تقييم الواجبات الجماعية والفردية. • تقييم علاقة الطلبة بالآخرين.
3.5	تكون علاقات ايجابية مع الآخرين.	ق1	• إستراتيجية التعليم التعاوني0 • إستراتيجية التعليم بالنشاط والمشاركة0	• تقييم أنواع العمل الجماعي. • تقييم الواجبات الجماعية والفردية. • تقييم علاقة الطلبة بالآخرين.
3.6	تدرب على مهارة إدارة الوقت بشكل جيد.	ق2	• إستراتيجية التعليم التعاوني0 • إستراتيجية التعليم بالنشاط والمشاركة0	• تقييم أنواع العمل الجماعي. • تقييم الواجبات الجماعية والفردية. • تقييم علاقة الطلبة بالآخرين.

ج. موضوعات المقرر

م	قائمة الموضوعات	الساعات التدريسية المتوقعة
1	التعريفات: علم التغذية ، العناصر الغذائية، الاحتياجات الغذائية، التمثيل الغذائي.	2
2	البروتينات: تعريفها، أقسامها، مصادرها، وظائفها، الاحتياجات اليومية منها.	2
3	الكربوهيدرات: تعريفها، الأقسام، مصادرها، وظائفها، الاحتياجات اليومية منها	2
4	الدهون: تعريفها، الأقسام، وظائفها، مصادرها، الاحتياجات اليومية منها.	2
5	الفيتامينات الذائبة في الدهون: التعريف، العوامل التي تؤثر على استفادة الجسم من الفيتامينات، و اقسامها	4

6	الفيتامينات الذائبة في الماء : التعريف، العوامل التي تؤثر على استفادة الجسم من الفيتامينات، واقسمها	2
7	الأملاح المعدنية (الكبرى): تعريفها، مصادرها، وظائفها، الاحتياجات اليومية منها.	2
8	الأملاح المعدنية (الصغرى): تعريفها، مصادرها، وظائفها، الاحتياجات اليومية منها + الاختبار النصفى	2
9	الماء: أهمية الماء، الوظائف الحيوية له بالجسم، الاحتياجات اليومية من الماء، فقد الماء.	2
10	عمليات الهضم، الامتصاص والأيض	4
11	الطاقة (تعريفها – إنتاج BMR - ATP – الاحتياجات اليومية من الطاقة)	2
12	المجموعات الغذائية وبدائلها - الهرم الغذائي	2
	المشكلات التغذوية المرتبطة بنقص الغذاء	2
30	المجموع	

د. أنشطة تقييم الطلبة

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
1	الاختبار النصفى النظري	8	20%
2	الاختبار النهائي النظري	17	50%
3	مشروع جماعي	14	15%
4	أنشطة (حلقة النقاش، مقالات، عرض تقديمي ..)	مستمر	15%

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل وغيره).

هـ. مصادر التعلم والمرافق:

1. قائمة المراجع ومصادر التعلم:

المرجع الرئيس للمقرر	صباحي، عفاف (2019): التربية الغذائية والصحية. مجموعة النيل العربية القاهرة، مصر.
المراجع المساندة	استخدام الشبكة العنكبوتية للحصول على أحدث ما ستجد في التخصص. مزاخرة، أيمن (2015): تغذية الانسان الفرد والمجتمع. دار الخليج للنشر والتوزيع، عمان، الأردن. مصيقر، عبد الرحمن (2015): الغذاء والتغذية. (منظمة الصحة العالمية المكتب الإقليمي، للشرق الأوسط) أكاديميا انترناشونال، بيروت، لبنان. عويضة، عصام (2004): أساسيات تغذية الإنسان. مكتبة العبيكان، المملكة العربية السعودية. المدني، خالد ؛ وقسماني، طه (2003): تغذية الإنسان . معهد السباعي، المملكة العربية السعودية.



المصادر الإلكترونية	مواقع الجامعات في الداخل والخارج
أخرى	-

2. المرافق والتجهيزات المطلوبة:

العناصر	متطلبات المقرر
المرافق النوعية (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)	- لا يزيد عدد الطلبة في القاعة الدراسية عن (30) طالب - يكون الحد الأدنى من المساحة المخصصة لكل طالب في القاعة الدراسية (1.5) م² . - يكون الحد الأدنى لمساحة القاعة الدراسية (40) م²
التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)	- البرامج المضادة للفيروسات - السبورة الذكية - جهاز عرض البيانات بالحاسوب
تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)	_____

و. تقويم جودة المقرر:

مجالات التقويم	المقيمون	طرق التقويم
فاعلية التدريس	الطلاب، أعضاء هيئة التدريس، المراجع النظير	مباشر (ملاحظات الفصل، استطلاعات رضا الطلاب)، غير مباشر (تحليل النتائج الأكاديمية)
فاعلية طرق تقييم الطلاب	الطلاب، أعضاء هيئة التدريس	مباشر (استبيانات تقييم الاختبارات)، غير مباشر (تحليل نتائج الاختبارات)
مصادر التعلم	أعضاء هيئة التدريس، الطلاب، مدير المكتبة	مباشر (استطلاعات رأي الطلاب)، غير مباشر (إحصائيات استخدام الموارد)
مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر	أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج	مباشر (مقابلات مع الطلاب)، غير مباشر (تحليل أداء الخريجين)
أخرى	أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج	مباشر (جلسات عصف ذهني)، غير مباشر (تحليل التغذية الراجعة السنوية)



المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها).
طرق التقييم (مباشر وغير مباشر).

ز. اعتماد التوصيف:

مجلس جامعة أم القرى	جهة الاعتماد
851141114462/190389	رقم الجلسة
1446/11/22 هـ	تاريخ الجلسة

