

نموذج رقم (١٢)

جامعة / أكاديمية : المنوفية

كلية / معهد : الاقتصاد المنزلي

قسم : إدارة منزل ومؤسسات

توصيف مقرر دراسي

١- بيانات المقرر		
الرمز الكودي : HE M HM(22)1	اسم المقرر :تخطيط وجبات	الفرقة / المستوى : الثانية ماجستير
التخصص :	عدد الوحدات الدراسية : نظري	عملي
	٣	4

٢- هدف المقرر :	يهدف إلى تعريف الطلاب إلى تخطيط الوجبات - تحديد أهم طرق تخطيط الوجبات - التعرف على أهمية وأهداف تخطيط الوجبات - تعريف الوجبات المتوازنة (غذائياً وصحياً) - التعرف على اقتصاديات تخطيط الوجبات - التعرف على طرق التقديم المختلفة
٣- المستهدف من تدريس المقرر:	طلاب الفرقة /الثانية ماجستير
أ- المعلومات والمفاهيم:	١ : التعرف على المصطلحات العلمية لتخطيط الوجبات - المرشد الغذائي - الوجبات المتوازنة . ٢ : التعرف على أهداف تخطيط الوجبات . ٣ : التعرف على الوسائل التي تحقق التنوع في تخطيط الوجبات . ٤ : التعرف على اقتصاديات تخطيط الوجبات .

		ب- المهارات الذهنية :	<p>١- القدرة على ربط المعلومات وتوظيفها في تخطيط الوجبات .</p> <p>٢- ابتكار وسائل مناسبة تسهم في تحقيق التنوع في تخطيط الوجبات.</p> <p>٣- اكتساب القدرة على ترشيد الوقت والجهد عند تخطيط وتنفيذ الوجبات.</p> <p>٤- ابتكار طرق متعددة في تقديم الوجبات.</p>
		ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر :	<p>١- الاستفادة من المعلومات والإمكانات المتاحة في تخطيط وجبات متوازنة</p> <p>٢- اكتساب مهارة القدرة على إعادة الطهي بأساليب مبتكرة .٣- القدرة على تخطيط الوجبات باستخدام الطبق الرئيسي.</p>
		د- المهارات العامة :	<p>١- تقديم نماذج لوجبات متوازنة .</p> <p>٢- تحقيق التنوع في تخطيط الوجبات .</p> <p>٣- ترشيد استهلاك الوقت والجهد عند تخطيط وتنفيذ الوجبات.</p> <p>٤- الاستفادة من استخدام مرشد غذائي لتخطيط وجبات متوازنة</p> <p>٥- القدرة على التنوع بطرق متعددة (منها الاستفادة من ألوان الخضر والفواكه - التعبير في أدوات التقديم - التعبير في أماكن تناول الوجبات.</p> <p>٦- ابتكار أصناف غذائية تصلح لإعادة طهي</p>
عدد الساعات	الموضوع	المحاضرات	٤- محتوى المقرر:
نظري ؛ عملي			
٨	٤	أهمية تخطيط الوجبات - أهداف تخطيط الوجبات - طرق تخطيط الوجبات - شروط الوجبات المتوازنة - الغذاء الصحي	الأسبوع الأول والثاني
٨	٤	مجموعات الغذاء - شروط الغذاء الصحي المتوازن - تناسب الغذاء مع الحالة الصحية والجسم والسن لأفراد الأسرة - اقتصاديات الغذاء .	الثالث والرابع
٨	٤	إدارة الوقت والجهد عند تخطيط الوجبات - مكان إعداد الطعام طرق الطهي - التلوث الغذائي .	الخامس والسادس
٨	٤	تحقيق التنوع - الخضر والفواكه - السلطات - طرق الطهي - طرق التقديم - مكان تناول الطعام .	السابع والثامن
٨	٤	العادات الغذائية وعلاقتها بتخطيط الوجبات .	التاسع و العاشر
٨	٤	إعادة الطهي - تخطيط الوجبات في مختلف المناسبات : حفلات الشاي - أعياد - ولاءم .	الحادي عشر والثاني عشر

٥- أساليب التعليم أ- محاضرات نظرية .

<p>ب- بيان عملى ومعمل . ج- العصف الذهنى . د- البحث فى المراجع العلمىة ومواقع النت عن الجديى فى الأىوات الأهىزة الأاصة بإعداد الوجبات .</p>	<p>والتعلم</p>
<p>أ- جذب انبناه الطالب بربط المعلومات الأكادىمىة بمواقف حىاتىة عامة . ب- الأناىل المنطقى لتفسىر المعلومات لىتمكن من أاصىلها . ج- إأاحة الفرصه للتعبىر عن رأىه فىما يعرض علىه . د- الأرص على عدم الأناىل أثناء المأاضرة وإعطاء الفرصه لأطرح الأسئله .</p>	<p>٦- أسالىب الأعلىم والتعلم للطلاب ذوى الأىدرات المأىوذة</p>
<p>٧- أقوم الطلاب :</p>	
<p>- أأبارات دورىه وأأربرىه لأىاس المأرفة والأفهم والأسألال والأىرة على الأسأناج . - الأءاء الأسبوعى (أى المأابعة الأسبوعىة عنى الطلاب) - الأأبار الشفوى لأىاس الأىرة على عرض المأومات وانأقاء ما ىناسب السؤل . - الأأبار الأطبىقى .</p>	<p>أ- الأسالىب المأأأمة</p>
<p>الأسبوع الأاربع : الأأبار الأأربرى . الأسبوع الأامن : أأبار شفوى الأسبوع الأاسع: أأام أأاربر فرأىة أو أأنا عن أأه مأاى من المأهأ) الأسبوع الأانى عشر : أأبار أأبىقى</p>	<p>ب- الأوقىب</p>
<p>الأأبار الأأربرى ١٠% الأأنا أو الأأربرى ٥% نهایة الفصل الأراسى ٦٠% الأأنا الشفوى ٥% الأأنا الأطبىقى ٢٠%</p>	<p>ج- أوزىع الأراجا</p>
<p>٨- أائمة الأاب الأراسىة والأراجع :</p>	
<p>نوة مأاضرا - مأرة عن بعض موضوعات المأرر (سلوى مأا زأول أه)</p>	<p>أ- مأراا</p>

ب- كتب ملزمة	مختصر الإرشادات فى تخطيط الوجبات (سلوى محمد زغلول طه)
ج- كتب مقترحة	الطهى علم وفن (١٩٩٨): نرجس حبيب سابا - عالم الكتب - القاهرة .
د- دوريات علمية أو نشرات ... الخ	

أستاذ المادة : (د/سلوى محمد زغلول

رئيس مجلس القسم العلمى : أ.د/ ربيع محمود نوفل