

نموذج رقم (12)

جامعة / أكاديمية : المنوفية

كلية / معهد : الاقتصاد المنزلى

قسم : إدارة منزل ومؤسسات

توصيف مقرر دراسي

1- بيانات المقرر		
الرمز الكودى : HE M HM(22)1	اسم المقرر :تخطيط وجبات	الفرقة / المستوى : الثانية ماجستير
التخصص :	عدد الوحدات الدراسية : نظرى	عملى
	3	4

2- 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
3- المستهدف من تدريس المقرر:		
طلاب الفرقة /الثانية ماجستير		
أ - المعلومات والمفاهيم:		1 : التعرف على المصطلحات العلمية لتخطيط الوجبات - المرشد الغذائى - الوجبات المتوازنة . 2 : التعرف على أهداف تخطيط الوجبات . 3 : التعرف على الوسائل التى تحقق التنوع فى تخطيط الوجبات . 4 : التعرف على اقتصاديات تخطيط الوجبات .



	1- القدرة على ربط المعلومات وتوظيفها في تخطيط الوجبات . 2- ابتكار وسائل مناسبة تسهم في تحقيق التنوع في تخطيط الوجبات. 3- اكتساب القدرة على ترشيد الوقت والجهد عند تخطيط وتنفيذ الوجبات. 4- ابتكار طرق متعددة في تقديم الوجبات.	ب -المهارات الذهنية :																					
	1- الاستفادة من المعلومات والإمكانات المتاحة في تخطيط وجبات متوازنة 2- اكتساب مهارة القدرة على إعادة الطهي بأساليب مبتكرة . 3- القدرة على تخطيط الوجبات باستخدام الطبق الرئيسى.	ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر :																					
	1- تقديم نماذج لوجبات متوازنة . 2- تحقيق التنوع في تخطيط الوجبات . 3- ترشيد استهلاك الوقت والجهد عند تخطيط وتنفيذ الوجبات . 4- الاستفادة من استخدام مرشد غذائى لتخطيط وجبات متوازنة 5- القدرة على التنوع بطرق متعددة (منها الاستفادة من ألوان الخضر والفواكه - التعبير في أدوات التقديم - التعبير في أماكن تناول الوجبات. 6- ابتكار أصناف غذائية تصلح لإعادة طهي	د - المهارات العامة :																					
عدد الساعات نظري ؛ عملي	<table> <tr> <th>المحاضرات</th><th>الموضوع</th><th>عدد الساعات</th></tr> <tr> <td>الأسبوع الأول والثاني</td><td>أهمية تخطيط الوجبات - أهداف تخطيط الوجبات - طرق تخطيط الوجبات - شروط الوجبات المتوازنة - الغذاء الصحى</td><td>4 8</td></tr> <tr> <td>الثالث والرابع</td><td>مجموعات الغذاء - شروط الغذاء الصحى المتوازن - تناسب الغذاء مع الحالة الصحية والجسم والسن لأفراد الأسرة - اقتصاديات الغذاء .</td><td>4 8</td></tr> <tr> <td>الخامس والسادس</td><td>إدارة الوقت والجهد عند تخطيط الوجبات - مكان إعداد الطعام طرق الطهي - التلوث الغذائى .</td><td>4 8</td></tr> <tr> <td>السابع والثامن</td><td>تحقيق التنوع - الخضر والفواكه - السلطات - طرق الطهي - طرق التقديم - مكان تناول الطعام .</td><td>4 8</td></tr> <tr> <td>التاسع و العاشر</td><td>العادات الغذائية وعلاقتها بتخطيط الوجبات .</td><td>4 8</td></tr> <tr> <td>الحادى عشر والثانى عشر</td><td>إعادة الطهي - تخطيط الوجبات فى مختلف المناسبات : حفلات الشاى - أعياد - ولاءم .</td><td>4 8</td></tr> </table>	المحاضرات	الموضوع	عدد الساعات	الأسبوع الأول والثاني	أهمية تخطيط الوجبات - أهداف تخطيط الوجبات - طرق تخطيط الوجبات - شروط الوجبات المتوازنة - الغذاء الصحى	4 8	الثالث والرابع	مجموعات الغذاء - شروط الغذاء الصحى المتوازن - تناسب الغذاء مع الحالة الصحية والجسم والسن لأفراد الأسرة - اقتصاديات الغذاء .	4 8	الخامس والسادس	إدارة الوقت والجهد عند تخطيط الوجبات - مكان إعداد الطعام طرق الطهي - التلوث الغذائى .	4 8	السابع والثامن	تحقيق التنوع - الخضر والفواكه - السلطات - طرق الطهي - طرق التقديم - مكان تناول الطعام .	4 8	التاسع و العاشر	العادات الغذائية وعلاقتها بتخطيط الوجبات .	4 8	الحادى عشر والثانى عشر	إعادة الطهي - تخطيط الوجبات فى مختلف المناسبات : حفلات الشاى - أعياد - ولاءم .	4 8	4- محتوى المقرر:
المحاضرات	الموضوع	عدد الساعات																					
الأسبوع الأول والثاني	أهمية تخطيط الوجبات - أهداف تخطيط الوجبات - طرق تخطيط الوجبات - شروط الوجبات المتوازنة - الغذاء الصحى	4 8																					
الثالث والرابع	مجموعات الغذاء - شروط الغذاء الصحى المتوازن - تناسب الغذاء مع الحالة الصحية والجسم والسن لأفراد الأسرة - اقتصاديات الغذاء .	4 8																					
الخامس والسادس	إدارة الوقت والجهد عند تخطيط الوجبات - مكان إعداد الطعام طرق الطهي - التلوث الغذائى .	4 8																					
السابع والثامن	تحقيق التنوع - الخضر والفواكه - السلطات - طرق الطهي - طرق التقديم - مكان تناول الطعام .	4 8																					
التاسع و العاشر	العادات الغذائية وعلاقتها بتخطيط الوجبات .	4 8																					
الحادى عشر والثانى عشر	إعادة الطهي - تخطيط الوجبات فى مختلف المناسبات : حفلات الشاى - أعياد - ولاءم .	4 8																					

أ- محاضرات نظرية .	5- أساليب التعليم
--------------------	-------------------



ب- بيان عملى ومعمل . ج- العصف ذهنى . د- البحث فى المراجع العلمية ومواقع النت عن الجديد فى الأدوات الأجهزة الخاصة بإعداد الوجبات .	والتعلم
أ- جذب انتباه الطالب بربط المعلومات الأكاديمية بمواقف حياتية عامة . ب- التحليل المنطقى لتفسير المعلومات ليتمكن من تحصيلها . ج- إتاحة الفرصة للتعبير عن رأيه فيما يعرض عليه . د- الحرص على عدم التشتت أثناء المحاضرة وإعطاء الفرصة لطرح الأسئلة .	6- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي القدرات المحدودة
7- تقويم الطلاب :	
أ - الأساليب المستخدمة - اختبارات دوريه وتحليليه لقياس المعرفة والفهم والاستدلال والقدرة على الاستنتاج . - الأداء الأسبوعى (أى المتابعة الأسبوعية عند الطلاب) - الاختبار الشفوى لقياس القدرة على عرض المعلومات وانتقاء ما يناسب السؤال . - الاختبار التطبيقى .	ب -التوقيت الأسبوع الرابع : الاختبار التحليلى . الأسبوع الثامن : اختبار شفوى الأسبوع التاسع: تقديم تقارير فردية أو بحث عن جزء محدد من المنهج) الأسبوع الثانى عشر : اختبار تطبيقى
ج- توزيع الدرجات نهاية الفصل الدراسى 60 % الامتحان الشفوى 5 % الامتحان التطبيقى 20 % الاختبار التحليلى 10 % البحث أو التقرير 5 %	ج- توزيع الدرجات
8- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :	
أ - مذكرات نوتة محاضرات - مذكرة عن بعض موضوعات المقرر (سلوى محمد زغلول طه)	أ - مذكرات



ب- كتب ملزمة	مختصر الإرشادات فى تخطيط الوجبات (سلوى محمد زغلول طه)
ج- كتب مقترحة	الطهى علم وفن (1998): نرجس حبيب سابا - عالم الكتب - القاهرة .
د- دوريات علمية أو نشرات ... الخ	

أستاذ المادة : (د/سلوى محمد زغلول

رئيس مجلس القسم العلمى : أ0د/ ربيع محمود نوفل

