ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN
DINH DƯỠNG NGƯỜI

1. THÔNG TIN TỔNG QUÁT

Tên học phần (tiếng Việt): **Dinh dưỡng người**

Tên học phần (tiếng Anh): **Human Nutrition**

Trình độ: Đại học

Mã học phần: 0101102026 **Mã tự quản:** 07200104

Thuộc khối kiến thức: Cơ sở ngành **Loại học phần:** Bắt buộc

Đơn vị phụ trách: Bộ môn Khoa học dinh dưỡng – Khoa Du lịch và ẩm thực

Số tín chỉ: 2 (2,0)

Phân bố thời gian:

- Số tiết lý thuyết : 30 tiết
- Số tiết thí nghiệm/thực hành (TN/TH) : 00 tiết
- Số giờ tự học : 60 giờ

Điều kiện tham gia học tập học phần:

- Học phần tiên quyết: không
- Học phần học trước: Hoá học thực phẩm (0101001863), Khoa học thực phẩm (0101101600)
- Học phần song hành: không

Hình thức giảng dạy: ☐ Trực tiếp ☐Trực tuyến (online) ☒Thay đổi theo HK

2. THÔNG TIN GIẢNG VIÊN

STT	Họ và tên	Email	Đơn vị công tác
1	ThS. Trần Thị Minh Hà	hattm@huit.edu.vn	Khoa DLAT – HUIT
2	TS. Nguyễn Văn Chung	chungnv@huit.edu.vn	Khoa DLAT – HUIT
3	ThS.Nguyễn Thị Thu Sang	sangntt@huit.edu.vn	Khoa DLAT – HUIT
4	ThS.Lê Phan Thùy Hạnh	hanh@huit.edu.vn	Khoa DLAT – HUIT
5	ThS.Nguyễn Thủy Hà	hant@huit.edu.vn	Khoa DLAT – HUIT

3. MÔ TẢ HỌC PHẦN

Học phần này trang bị cho người học kiến thức cơ bản về thành phần cấu tạo cơ thể người; đánh giá sức khỏe cá nhân và khái niệm cân bằng năng lượng, cách thức ăn chuyển đổi thành năng lượng và quá trình tiêu hao năng lượng, kiến thức về quá trình tiêu hoá, hấp thu và chuyển hoá các chất dinh dưỡng. Học phần đề cập đến các loại carbohydrate và chức

năng của chúng; các loại và vai trò của lipid, các dạng cholesterol trong máu; vai trò của protein và tìm hiểu hậu quả của việc ăn thiếu hoặc thừa protein; sự cân bằng chất điện giải, vai trò của các chất dinh dưỡng vi lượng với sức khỏe. Học phần này cung cấp cho người học kiến thức nhận biết tình trạng rối loạn chuyển hóa và các bệnh liên quan đến dinh dưỡng.

4. CHUẨN ĐẦU RA HỌC PHẦN

Chuẩn đầu ra (CĐR) chi tiết của học phần như sau:

CĐR của CTĐT	**CĐR học phần**	**Mô tả CĐR** *(Sau khi học xong học phần này, người học có khả năng)*	**Mức độ năng lực**
PLO1.3	CLO1	Giải thích cách thức thức ăn được chuyển đổi thành năng lượng và quá trình tiêu hao năng lượng ở người, thành phần cơ thể và sức khỏe con người	C2
PLO2.1	CLO2	Áp dụng các quá trình tiêu hóa, hấp thụ và chuyển hóa ở người, vai trò của việc thiếu, thừa các chất dinh dưỡng đối với sức khỏe con người	C3

5. NỘI DUNG HỌC PHẦN

5.1. Phân bố thời gian tổng quát

STT	**Tên chương/bài**	**Chuẩn đầu ra của học phần**	**Phân bố thời gian** *(tiết/giờ)*		
			Lý thuyết	**TN/TH**	**Tự học**
1	Giới thiệu về dinh dưỡng người	CLO1	6	0	12
2	Vai trò và nhu cầu các chất dinh dưỡng của cơ thể người	CLO2	15	0	30
3	Các bệnh liên quan đến dinh dưỡng	CLO2	9	0	18
Tổng			**30**	**00**	**60**

5.2. Nội dung chi tiết

Chương 1 Giới thiệu về dinh dưỡng người

1.2 Thành phần cơ thể

1.3 Cân bằng năng lượng

Chương 2 Vai trò và nhu cầu các chất dinh dưỡng của cơ thể người

2.1 Quá trình tiêu hóa và hấp thu

2.2 Carbohydrate

2.3 Lipid

2.4 Protein

2.5 Nước và chất điện giải

2.6 Chất khoáng

2.7 Vitamin

Chương 3 Các bệnh liên quan đến dinh dưỡng

3.1 Các bệnh liên quan đến thiếu dinh dưỡng

3.2. Các bệnh liên quan đến thừa dinh dưỡng

6. PHƯƠNG PHÁP DẠY VÀ HỌC

Phương pháp giảng dạy	**Phương pháp học tập**	**Nhóm CĐR của học phần**			
		Kiến thức	**Kỹ năng cá nhân**	**Kỹ năng tương tác/nhóm**	**Năng lực thực hành nghề nghiệp**
		CLO1 CLO2			
Diễn giảng	Lắng nghe, ghi chép, ghi nhớ và đặt câu hỏi	x			
Đàm thoại	Trả lời/đặt câu hỏi	x			
Bài tập tính huống	Làm bài tập	x			
Bài tập kiểm tra cá nhân	Làm bài tập				
Giải quyết vấn đề (nhóm/cá nhân)	Tìm kiếm và sử dụng các bài báo nghiên cứu khoa học được được công bố trên các tạp chí chuyên ngành để viết bài đánh giá tài liệu.	x			

7. ĐÁNH GIÁ HỌC PHẦN

- Thang điểm đánh giá: 10/10
- Kế hoạch đánh giá học phần cụ thể như sau:

Hoạt động đánh giá	Thời điểm	Chuẩn đầu ra	Tỉ lệ (%)	Thang điểm/Rubrics
QUÁ TRÌNH			**50**	
Chuyên cần	Suốt quá trình học	Không đánh giá chuẩn đầu ra	10	Rubric I.7.7
Bài tập cá nhân 1	Sau khi hoàn thành chương 1	Không đánh giá chuẩn đầu ra	10	Theo thang điểm của đề bài
Bài tập cá nhân 2	Sau khi hoàn thành chương 2	Không đánh giá chuẩn đầu ra	10	Theo thang điểm của câu hỏi
Bài tập nhóm/cá nhân: Tìm kiếm và sử dụng các bài báo nghiên cứu khoa học dinh dưỡng được được công bố trên các tạp chí chuyên ngành để viết bài đánh giá tài liệu theo một chủ đề.	Sau khi hoàn thành chương 2	CLO2,	20	Theo thang điểm của đề bài
Thi cuối kỳ			**50**	
Nội dung bao quát tất cả các chương của học phần: - Chương 1: 30% câu hỏi - Chương 2: 50% câu hỏi - Chương 3: 20% câu hỏi	Sau khi kết thúc học phần	CLO1, CLO2		Theo thang điểm của đề thi

8. NGUỒN HỌC LIỆU

8.1. Sách, giáo trình chính

[1] Cao Xuân Thủy (chủ biên), Trần Thị Minh Hà, Nguyễn Thuỷ Hà, Lê Phan Thùy Hạnh, Nguyễn Thị Thu Sang, *Giáo trình dinh dưỡng người*. NXB ĐH Quốc Gia TP.HCM, 2024.

8.2. Tài liệu tham khảo

[1] Đào Thị Yến Phi (chủ biên). *Dinh Dưỡng Học (Tái bản lần thứ 5),* NXB Y học, 2022.

[2] Bộ Y tế, Viện Dinh Dưỡng. *Dinh dưỡng lâm sàng*. NXB Y học, 2018.

[3] Bộ Y tế, Viện Dinh Dưỡng. *Bảng thành phần thực phẩm Việt Nam,* NXB Y học, 2017.

[4] Bộ Y tế, Viện Dinh Dưỡng. *Nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam*. NXB Y học, 2016.

8.3 Phần mềm: không

9. QUY ĐỊNH CỦA HỌC PHẦN

Người học có nhiệm vụ:

- Tham dự trên 75% giờ học lý thuyết;
- Chủ động lên kế hoạch học tập:

  + Tích cực khai thác các tài nguyên trong thư viện của trường và trên mạng để phục vụ cho việc tự học, tự nghiên cứu và các hoạt động thảo luận;

  + Đọc trước tài liệu do giảng viên cung cấp hoặc yêu cầu;

  + Ôn tập các nội dung đã học; tự kiểm tra kiến thức bằng cách làm các bài trắc nghiệm kiểm tra hoặc bài tập được giảng viên cung cấp.
- Tích cực tham gia các hoạt động thảo luận, trình bày, vấn đáp trên lớp và hoạt động nhóm;
- Chủ động hoàn thành đầy đủ, trung thực các bài tập cá nhân, bài tập nhóm theo yêu cầu;
- Dự kiểm tra trên lớp và thi cuối kỳ.

10. HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN

- Phạm vi áp dụng: Đề cương này được áp dụng cho chương trình đại học, ngành Quản trị kinh doanh thực phẩm, từ Khóa 15ĐH, năm học 2024-2025;
- Giảng viên: sử dụng đề cương này để làm cơ sở cho việc chuẩn bị bài giảng, lên kế hoạch giảng dạy và đánh giá kết quả học tập của người học;
- Lưu ý: Trước khi giảng dạy, giảng viên cần nêu rõ các nội dung chính của đề cương học phần cho người học – bao gồm chuẩn đầu ra, nội dung, phương pháp dạy và học chủ yếu, phương pháp đánh giá và tài liệu tham khảo dùng cho học phần;
- Người học: sử dụng đề cương này làm cơ sở để nắm được các thông tin chi tiết về học phần, từ đó xác định được phương pháp học tập phù hợp để đạt được kết quả mong đợi.

.11. PHÊ DUYỆT

☒ Phê duyệt lần đầu ☐ Bản cập nhật lần thứ:

Ngày phê duyệt: 12/08/2024 **Ngày cập nhật:**

Trưởng khoa	*Trưởng bộ môn*	*Chủ nhiệm học phần*
Cao Xuân Thuỷ	Lê Phan Thùy Hạnh	Trần Thị Minh Hà