

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### (1) ΓΕΝΙΚΑ

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>		<b>ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	4 <sup>ο</sup>
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΓΩΓΗ		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b> <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b>	
Διαλέξεις	3	6	
Εργαστηριακές Ασκήσεις	1		
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο (δ).</i>			
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΟΥ ΥΠΟΒΑΘΡΟΥ		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>	ΟΧΙ		
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	ΕΛΛΗΝΙΚΑ		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>	ΟΧΙ		
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>	<a href="http://www.fns.aegean.gr/index.php/27-undergraduates-studies/program-spoudon-2014-15/73-syllabus-agogi">http://www.fns.aegean.gr/index.php/27-undergraduates-studies/program-spoudon-2014-15/73-syllabus-agogi</a>  <a href="https://eclass.aegean.gr/courses/FNS135/">https://eclass.aegean.gr/courses/FNS135/</a>		

### (2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

#### Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

#### ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

**Μετά το πέρας του μαθήματος οι φοιτητές δύνανται να:**

- Έχουν αποδεδειγμένη γνώση και κατανόηση θεμάτων σε θέματα προγραμμάτων διατροφικής αγωγής, η οποία υποστηρίζεται από επιστημονικά εγχειρίδια προχωρημένου επιπέδου, περιλαμβάνει και απόψεις που προκύπτουν από σύγχρονες εξελίξεις στην αιχμή του γνωστικού πεδίου της διατροφικής αγωγής.
- Είναι σε θέση να χρησιμοποιούν τη γνώση που απέκτησαν με τρόπο κατάλληλο για την άσκηση του επαγγέλματος του Επιστήμονα Τροφίμων και Διατροφής και να διαθέτουν ικανότητες που κατά κανόνα αποδεικνύονται με την επίλυση θεμάτων και την παροχή συμβουλών διατροφής σε ατομικό και πληθυσμιακό επίπεδο.
- Είναι σε θέση να κοινοποιούν πληροφορίες, ιδέες, προβλήματα και λύσεις τόσο σε ειδικευμένο όσο και σε μη-εξειδικευμένο κοινό σχετικά με τη διατροφή του ανθρώπου και την προαγωγή της δημόσιας υγείας.
- Έχουν αναπτύξει εκείνες τις δεξιότητες απόκτησης γνώσεων διατροφικής αγωγής, που τους χρειάζονται για να συνεχίσουν σε περαιτέρω σπουδές με μεγάλο βαθμό αυτονομίας, μελετώντας και άλλες πτυχές της επιστήμης της

διατροφής.

### **ΓΝΩΣΕΙΣ-ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ-ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ**

**Μετά το πέρας του μαθήματος ο φοιτητής δύναται να:**

- Διαθέτει προχωρημένες γνώσεις σε θέματα διατροφικής αγωγής, οι οποίες συνεπάγονται κριτική κατανόηση θεωριών και αρχών.
- Κατέχει προχωρημένες δεξιότητες και έχει τη δυνατότητα να αποδείξει την απαιτούμενη δεξιοτεχνία και καινοτομία για την επίλυση σύνθετων και απρόβλεπτων προβλημάτων στον τομέα της παροχής συμβουλών διατροφής σε ατομικό και πληθυσμιακό επίπεδο.
- Αναλαμβάνει την ευθύνη για τη διαχείριση της επαγγελματικής ανάπτυξης ατόμων και ομάδων, παρέχοντας συμβουλές διατροφής.

### **Γενικές Ικανότητες**

*Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα,:*

*Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*

*Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*

*Λήψη αποφάσεων*

*Αυτόνομη εργασία*

*Ομαδική εργασία*

*Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*

*Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*

*Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών*

*Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*

*Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*

*Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*

*Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*

*Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*

*Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*

*.....*

*Άλλες...*

*.....*

Το μάθημα αποσκοπεί στις εξής ικανότητες των φοιτητών:

- Δυνατότητα εξατομίκευσης για την παροχή κατάλληλων συμβουλών
- Δυνατότητα κατανόησης των διαφορετικών αναγκών διαφορετικών ομάδων
- Κατανόηση της ανάγκης συνεχούς παρακολούθησης των επιστημονικών μελετών
- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών που άπτονται θεμάτων αιχμής στη διατροφική αγωγή
- Λήψη αποφάσεων σχετικά με διατροφική διαχείριση ατόμων ή ομάδων
- Ομαδική εργασία
- Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών που άπτονται της διατροφής
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
- Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, με στόχο τη συνεχή επιστημονική και ηθική αυτοβελτίωση
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

### **(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

#### **Περιγραφή Ύλης Μαθήματος:**

**Θεωρία:** Διατροφική αξιολόγηση σε ατομικό και πληθυσμιακό επίπεδο και αξιολόγηση της διαιτητικής πρόσληψης. Μέθοδοι διατροφικής Αξιολόγησης (ερωτηματολόγια συχνότητας κατανάλωσης τροφίμων, καταγραφή διαιτητικής πρόσληψης, διαιτητικό ιστορικό κ.α.). Μεθοδολογία έρευνας στην επιδημιολογία της διατροφής. Κατηγορίες και στόχοι μελετών (επιδημιολογικές μελέτες, κλινικές δοκιμές, μετα-αναλύσεις, ανασκοπήσεις). Διατροφή και δημόσια υγεία: αξιολόγηση, σχεδιασμός παρεμβάσεων και εκτίμηση της αποτελεσματικότητάς τους. Προγράμματα δημόσιας υγείας σχετιζόμενα με τη διατροφή ανά τον κόσμο. Θεωρίες αλλαγής συμπεριφοράς υγείας ως προς τη διατροφή. Σχεδιασμός και εφαρμογή προγραμμάτων διατροφικής αγωγής στην κοινότητα (σχολεία, υπηρεσίες, ΚΑΠΗ κ.α.). Επιδημιολογία βασικών νοσημάτων φθοράς που σχετίζονται με τη διατροφή και προγράμματα πρόληψης και αντιμετώπισής τους (διαβήτης, καρδιαγγειακές παθήσεις, υπέρταση, μεταβολικό σύνδρομο, οστεοπόρωση, καρκίνος).

**Εργαστήριο:** Τεχνικές διαιτητικής αξιολόγησης και αγωγής. Διαδικασία λήψης διαιτητικού ιστορικού, συνέντευξη, μεθοδολογία σύνταξης ερωτηματολογίων, αξιολόγηση βιοχημικών δεικτών. Αξιολόγηση των επιπέδων φυσικής δραστηριότητας. Διαδικασία επιτέλεσης ανθρωπομετρήσεων (βάρος, ύψος, δερματικές πτυχές). Προσδιορισμός σύστασης σώματος (βιοηλεκτρική εμπέδιση, προσδιορισμός πάχους δερματικών πτυχών). Εφαρμογή προγράμματος εκτίμησης της διαιτητικής πρόσληψης στον Η/Υ (Diet Analysis). Ισοδύναμα Τροφίμων. Σχεδιασμός διαιτολογίου για φυσιολογικές καταστάσεις.

#### (4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p><b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b> Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>	<p>ΠΡΟΣΩΠΟ ΜΕ ΠΡΟΣΩΠΟ</p>																			
<p><b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b> Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>	<p>ΧΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ, ΧΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗΣ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ E-CLASS, ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕΣΩ E-CLASS ΚΑΙ E-MAIL</p>																			
<p><b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.  Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="632 517 959 566"><b>Δραστηριότητα</b></th> <th data-bbox="965 517 1453 566"><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="632 575 959 629">Διαλέξεις</td> <td data-bbox="965 575 1453 629">39 ώρες (13 διαλέξεις 3 ωρών έκαστη)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 638 959 692">Εργαστηριακές Ασκήσεις</td> <td data-bbox="965 638 1453 692">13 ώρες (1 ώρα ανά εβδομάδα)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 701 959 808">Συγγραφή εργασιών, επίλυση ασκήσεων, διαχείριση πιλοτικών περιστατικών εργαστηρίου</td> <td data-bbox="965 701 1453 808">Περίπου 30 ώρες 1 ομαδική εργασία ανά 3-4 άτομα ανά εργαστήριο.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 817 959 871"></td> <td data-bbox="965 817 1453 871"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 880 959 934"></td> <td data-bbox="965 880 1453 934"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 943 959 996"></td> <td data-bbox="965 943 1453 996"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 1005 959 1059"></td> <td data-bbox="965 1005 1453 1059"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="632 1068 959 1086"><b>Σύνολο Μαθήματος</b></td> <td data-bbox="965 1068 1453 1086"><b>82 ώρες</b></td> </tr> </tbody> </table>	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>	Διαλέξεις	39 ώρες (13 διαλέξεις 3 ωρών έκαστη)	Εργαστηριακές Ασκήσεις	13 ώρες (1 ώρα ανά εβδομάδα)	Συγγραφή εργασιών, επίλυση ασκήσεων, διαχείριση πιλοτικών περιστατικών εργαστηρίου	Περίπου 30 ώρες 1 ομαδική εργασία ανά 3-4 άτομα ανά εργαστήριο.									<b>Σύνολο Μαθήματος</b>	<b>82 ώρες</b>	
<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>																			
Διαλέξεις	39 ώρες (13 διαλέξεις 3 ωρών έκαστη)																			
Εργαστηριακές Ασκήσεις	13 ώρες (1 ώρα ανά εβδομάδα)																			
Συγγραφή εργασιών, επίλυση ασκήσεων, διαχείριση πιλοτικών περιστατικών εργαστηρίου	Περίπου 30 ώρες 1 ομαδική εργασία ανά 3-4 άτομα ανά εργαστήριο.																			
<b>Σύνολο Μαθήματος</b>	<b>82 ώρες</b>																			
<p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b> Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης  Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες  Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<p>Η αξιολόγηση του μαθήματος γίνεται μέσω τελικής εξέτασης στη θεωρία και το εργαστήριο και μέσω αξιολόγησης της παρουσίας του φοιτητή κατά τη διάρκεια των εργαστηριακών ασκήσεων (εργαστηριακές αναφορές-ασκήσεις). Η συμμετοχή της γραπτής εξέτασης στην τελική βαθμολογία είναι 70% και της επίδοσης στα εργαστήρια 30%. Και οι δύο βαθμοί (γραπτή εξέταση και βαθμός εργαστηρίου) θα πρέπει να είναι προβιβάσιμοι (μεγαλύτεροι ή ίσοι του 5.0/10.0).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Γλώσσα αξιολόγησης: Ελληνικά</li> <li>• Διαμορφωτική και Συμπερασματική Αξιολόγηση</li> <li>• Γραπτή εξέταση (ξεχωριστά θεωρίας και εργαστηρίου): Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής κατά 50% του γραπτού και Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης κατά 50%.</li> <li>• Γραπτές Εργασίες εργαστηρίου (αναφορές): 30% του βαθμού εργαστηρίου.</li> </ul>																			

#### (5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<p>- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:</p> <p>Διατροφική Αγωγή, Συγγραφέας: Γ. Μανιός, Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης, Έτος έκδοσης: 2007, (ISBN: 960-399-580-0)</p> <p>Community Nutrition in Action: An Entrepreneurial Approach, M.A. Boyle, D.H. Holben, Brooks Cole, 2009, (ISBN-10: 0495559016).</p> <p>- Συναφή επιστημονικά περιοδικά:</p> <p>European Journal of Nutrition Journal of Nutrition International Journal of Nutrition</p>
---

