

HARRAN ÜNİVERSİTESİ

Sağlık Hizmetleri MYO

Odyometri Programı Ders İzlenesi

Dersin Adı	Sağlıklı beslenme	
Dersin Kodu	322106	
Dersin Kredisi	2 (2 saat teorik)	
Dersin AKTS'si	2	
Dersin Öğretim Elemanı	Öğr.Gör. Tuğba GÜL DİKME	
Dersin Gün ve Saati	Web Sayfasında İlan Edilecektir.	
Öğretim Elemanının İletişim Bilgileri	t.gul@harran.edu.tr 414.3183000-2092	
Dersin Yürütülme Şekli	Yüz Yüze	
Öğretim Yöntemi ve Ders Hazırlık	Yüz yüze eğitimle konu anlatımı, Soru-yanıt, doküman incelemesi. Derse hazırlık aşamasında, öğrenciler ders kaynaklarından her haftanın konusunu derse gelmeden önce inceleyerek gelecekler. Haftalık ders konuları ile ilgili tarama yapılacak.	
Dersin Amacı	Öğrencileri yetersiz ve dengesiz beslenmenin sağlık üzerine olumsuz etkisi, besinler, besin grupları, sağlıklı beslenme modelleri, sağlıklı beslenmenin temel ilkeleri konularında bilgilendirmek, sağlıklı ve dengeli menü planlama konusunda beceri kazandırmaktır.	
Dersin Öğrenme Çıktıları	Bu dersin sonunda öğrenci; 1.Yetersiz ve dengesiz beslenmenin sağlık üzerine olumsuz etkilerini açıklar. 2.Yeterli ve dengeli beslenmeyi tanımlar. 3.Yetersiz beslenmenin sağlık üzerine olumsuz etkilerini açıklar. 4.Besinler, besin grupları, beslenme modellerini tanımlayabilir. 5.Yeterli ve dengeli menü/menüler planlar.	
Haftalık Ders Konuları	1. Hafta	Beslenme ve sağlık arasındaki ilişki
	2. Hafta	Sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenmenin tanımı
	3. Hafta	Sağlıklı beslenme ilkeleri
	4. Hafta	Besin ögeleri: karbonhidratlar
	5. Hafta	Besin ögeleri: proteinler
	6. Hafta	Besin ögeleri: proteinler
	7. Hafta	Besin ögeleri: yağlar
	8. Hafta	Enerji dengesi: şişmanlık-zayıflık
	9. Hafta	Besin ögeleri: vitaminler-mineraller
	10. Hafta	Besin ögeleri: vitaminler-mineraller
	11. Hafta	Besin ögeleri: su
	12. Hafta	Besinler ve besin grupları
	13. Hafta	Sağlıklı beslenme modelleri
	14. Hafta	14. Sağlıklı, yeterli ve dengeli menü planlama
Ölçme- Değerlendirme	Bu ders kapsamında 1(bir) kısa sınav,1 (bir) ara sınav, ders konularını kapsayan 1 (bir) yarıyıl sonu sınavı yapılacaktır. Her	

	<p>bir değerlendirme kriterinin başarı puanına etkisi yüzdelik olarak aşağıda verilmiştir.</p> <p>Kısa Sınav: %10</p> <p>Ara Sınav : %40</p> <p>Yarıyıl sonu Sınavı: % 50</p> <p>Kısa Sınav, Ara Sınav ve Yarıyıl Sonu Sınav Tarih ve Saati: Birim yönetim kurulu tarafından tarihler belirlenerek web sayfasında ilan edilecektir. Sınavlar yüz yüze yapılacaktır.</p>
Kaynaklar	<p>Demirci, M. (2003). Beslenme. Rebel Yayıncılık. Tayar, M., Korkmaz, N. H., Özkeleş, E. (2011). Beslenme İlkeleri. Dora Yayıncılık.</p>

PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU											
	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11
ÖÇ1	5	3	3	1	4	4	1	3	2	4	3
ÖÇ2	3	3	2	1	2	4	4	3	3	4	4
ÖÇ3	3	4	2	1	4	3	2	3	4	3	3
ÖÇ4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	4	4
ÖÇ5	3	2	2	1	2	4	3	3	1	4	4
ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PÇ: Program Çıktıları											
Katkı Düzeyi	1 Çok Düşük		2 Düşük		3 Orta		4 Yüksek		5 Çok Yüksek		

Program Çıktıları ve İlgili Dersin İlişkisi

Dersin Adı	PÇ1	PÇ2	PÇ3	PÇ4	PÇ5	PÇ6	PÇ7	PÇ8	PÇ9	PÇ10	PÇ11
Sağlıklı Beslenme	3	3	2	1	4	4	4	3	5	4	4

