

| DERS                       | KODU   | YARIYIL | T+U<br>SAAT | KREDİ | AKTS |
|----------------------------|--|---------|-------------|-------|------|
| BESLENMENİN TEMEL İLKELERİ | ASP1003  | 1       | 3           | 3     | 4    |
|                            |  |         |             |       |      |
| ÖN KOŞUL DERSLERİ          | -  |         |             |       |      |
| ÖNERİLEN SEÇMELİ DERSLER   | -  |         |             |       |      |
|                            |  |         |             |       |      |
| DERSİN DİLİ                | TÜRKÇE   |         |             |       |      |
| DERSİN SEVİYESİ            | ÖNLİSANS   |         |             |       |      |
| DERSİN TÜRÜ                | ZORUNLU  |         |             |       |      |
| DERSİN KOORDİNA TÖRÜ       | ÖĞR. GÖR. ÖZNUR HAŞİN  |         |             |       |      |
| DERSİ VERENLER             | ÖĞR. GÖR. ÖZNUR HAŞİN  |         |             |       |      |
| DERSİN YARDIMCILARI        | BESLENME ÜLKELERİ MUSTAFA TAYAR  |         |             |       |      |
| DERSİN AMACI               | İçerik Beslenmenin temel kavramları, besin öğeleri(karbonhidratlar, proteinler, yağlar, vitaminler, mineraller ve su), enerji metabolizması, besin grupları (et,süt,yumurta,bakliyatlar,tahıllar), yemek planlama konularından oluşmaktadır. |         |             |       |      |
|                            |  |         |             |       |      |
| DERSİN ÖĞRENME ÇIKTILARI   |  | ÖĞRETİM |             | ÖLÇME |      |

|   | <b>YÖNTEMLERİ</b>    | <b>YÖNTEMLERİ</b> |
|---|----------------------|-------------------|
| 1) Beslenme İlkelerini ve Temel Kavramlarını Kavrayabilme                         | 1, 2, 5, 12, 14, 15  | A, B,C            |
| 2) Besinlerin Gruplara Ayrılması Konusunu Detaylı Öğrenme                         | 1, 2, 12, 14, 15     | A, B, C           |
| 3) Besinleri Gruplara Ayırarak Özelliklerini ve Saklama Koşullarını Bilme         | 1, 2, 5, 12, ,14, 15 | A, B, C           |
| 4) Sağlıklı ve Dengeli Beslenme İçin Alınması Gereken Besin Gruplarını Bilme      | 1, 2, 5, 12, 14,15   | A, B, C           |
| 5) Doğru Beslenme Kurallarını Kavrar  | 1, 2, 12, 14, 15     | A, B, C           |
| 6) Besin Bileşenlerinin Sindirimi, Emilimi ve Bunları Etkileyen Faktörleri Kavrar | 1, 2, 12, 14, 15     | A, B, C           |
| 7) Beslenme ve Sağlık İlişkinin Kurarak Analiz Eder                               | 1, 2, 5, 12, 14, 15  | A, B, C           |
|   |                      |                   |

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>ÖĞRETİM YÖNTEMLERİ</b> | 1.Sözel Anlatım, 2.Tartışma, 3.Problem Çözme, 4.Deney, 5.Örnek Olay, 6.Drama, 7.Buluş Yoluyla, 8. Proje, 9.Bilgisayar Destekli, 10.Labaratuvar, 11.Gösterip Yaptırma, 12.Soru-Cevap, 13.Beyin Fırtınası, 14.Grup Çalışması, 15.Bireysel Çalışma, 16.Sunum |
| <b>ÖLÇME YÖNTEMLERİ</b>   | A: Sınav, B: Sözlü Sınav, C: Ödev, D: Proje/Tasarım, E: Portfolyo, F:Performans Görevi, G: Uygulama , I: Sunum  |

### **DERS AKIŞI**

| <b>HAFTA</b> | <b>KONULAR</b>      | <b>ÖN HAZIRLIK</b> |
|--------------|---------------------|--------------------|
| 1            | Beslenmeye Giriş    | Yok                |
| 2            | Beslenme İlkeleri I | Yok                |
| 3            | Karbonhidratlar I   | Yok                |
| 4            | Karbonhidratlar II  | Yok                |
| 5            | Proteinler          | Yok                |

|    |                          |              |
|----|--------------------------|--------------|
| 6  | Yağlar                   | Yok          |
| 7  | Ara Sınav                | Ders notları |
| 8  | Enerji Metabolizması     | Yok          |
| 9  | Vitaminler I             | Yok          |
| 10 | Vitaminler II            | Yok          |
| 11 | Mineraller               | Yok          |
| 12 | Su ve Mineraller         | Yok          |
| 13 | Gebe ve Emzikli Beslenme | Yok          |
| 14 | Beslenme Bozuklukları    | Yok          |
| 15 | Final Sınavı             | Ders Notları |
| 16 | Final Sınavı             |              |

### **DOKÜMAN PAYLAŞIMI**

### **DERSİN PROGRAM ÇIKTILARINA KATKISI**

| NO | PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI   | KATKI DÜZEYİ |   |   |   |   |
|----|---|--------------|---|---|---|---|
|    |   | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1  | Mesleği ile ilgili temel bilimsel bilgiye ulaşma, değerlendirme ve uygulayabilme becerisi   |              |   |   | X |   |
| 2  | Alanında edindiği temel düzeydeki bilgi ve becerileri kullanarak verileri yorumlama ve değerlendirme, sorunları tanımlama, analiz etme ve çözüm için planlanan çalışmalarda yer alma/sorumluluk alma becerisi |              |   |   | X |   |
| 3  | Alanı ile ilgili uygulamalarda karşılaşılan ve öngörülemeyen faaliyetlerin yürütülmesinde bireysel veya ekip üyesi olarak sorumluluk alma   |              |   |   | X |   |
| 4  | Kişisel, mesleki ve/veya çalışma alanı ile ilgili risk ve fırsatları değerlendirerek bilgi ve becerilerinin sosyal/kültürel/ekonomik katma değeri yüksek düşünceye/yaklaşım/teknolojiye/ürüne                 |              |   |   | X |   |

|   |  |  |  |  |   |  |
|---|--|--|--|--|---|--|
|   | dönüştürülmesinde sorumluluk alma; bireysel veya ekip üyesi olarak girişimci yetkinlik geliştirme  |  |  |  |   |  |
| 5 | Düşüncelerini ve sorunlara ilişkin çözüm önerilerini yazılı ve sözlü olarak aktararak alanı ile ilgili konularda ilgili kişi ve kurumları bilgilendirir.                   |  |  |  | X |  |
| 6 | Kalite yönetimi ve süreçlerine uygun davranabilme ve katılma becerisi  |  |  |  | X |  |
| 7 | Toplumsal sorumluluk bilinci ile yaşadığı sosyal çevre içinde proje ve etkinliklere katkı verme ve toplumun yaşlı bakımına katılması yönünde bireyleri destekleme becerisi |  |  |  | X |  |
| 8 | Gerek meslektaşları gerekse toplumun diğer kesimleriyle sözlü ve yazılı iletişim olanaklarını kullanarak iletişim kurma becerisi   |  |  |  | X |  |
| 9 | Bilgiye ulaşma yollarını etkin bir şekilde kullanma ve yaşam boyu öğrenme bilincini kazanma becerisi   |  |  |  | X |  |

### DEĞERLENDİRME SİSTEMİ

| YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARI          | KATKI YÜZDESİ |
|----------------------------------|---------------|
| 1.Ara Sınav                      | 60            |
| 2.Ara Sınav                      | -             |
| Proje                            | -             |
| Ödev                             | 40            |
| Sunum                            | -             |
| Uygulama/Laboratuvar             | -             |
| Derse Katılım                    |               |
| Stüdyo Kritiği                   | -             |
| <b>TOPLAM</b>                    | 100           |
| <b>Yıl içinin Başarıya Oranı</b> | 40            |
| <b>Finalin Başarıya Oranı</b>    | 60            |
| <b>TOPLAM</b>                    | 100           |

| <b>AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU</b>                                |               |                          |                                |
|--|---------------|--------------------------|--------------------------------|
| <b>ETKİNLİK</b>  | <b>SAYISI</b> | <b>SÜRESİ<br/>(SAAT)</b> | <b>TOPLAM İŞ<br/>YÜKÜ SAAT</b> |
| Ders Süresi (Sınav haftası dahildir: 16 x toplam ders saati) | 16            | 3                        | 48                             |
| Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)      | 15            | 2                        | 30                             |
| 1.Ara Sınav (Hazırlık süresi dahil)                          | 1             | 14                       | 14                             |
| 2.Ara Sınav (Hazırlık süresi dahil)                          |               |                          |                                |
| Ödev (Hazırlık ve varsa sunum süresi dahil)                  | 2             | 5                        | 10                             |
| Proje (Hazırlık ve varsa sunum süresi dahil)                 |               |                          |                                |
| Rapor (Hazırlık ve varsa sunum süresi dahil)                 |               |                          |                                |
| Sunum (Hazırlık süresi dahil)                                | 2             | 2                        | 4                              |
| Final (Hazırlık süresi dahil)                                | 1             | 14                       | 14                             |
| Toplam İş Yüğü   |               |                          |                                |
| Toplam İş Yüğü / 30 s  |               |                          | 120/30                         |
| Dersin AKTS Kredisi  |               |                          | 4                              |