

Dersin Adı	Sağlıklı beslenme (319109) Diş Protez Teknolojisi
Dersin AKTS'si	2
Dersin Yürütücüsü	Öğr.Gör. Tuğba GÜL DİKME
Dersin Gün ve Saati	Çarşamba 10:00-12:00
Ders Görüşme Gün ve Saatleri	Çarşamba 10:00-12:00
İletişim Bilgileri	t.gul@harran.edu.tr 414.3183000-2092
Öğretim Yöntemi ve Ders Hazırlık	Yüz yüze 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 yapılacaktır.
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. Beslenme ve sağlık arasındaki ilişki 2. Sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenmenin tanımı 3. Sağlıklı beslenme ilkeleri 4. Besin ögeleri: karbonhidratlar 5. Kısa sınav 6. Besin ögeleri: proteinler 7. Besin ögeleri: yağlar 8. Enerji dengesi: şişmanlık-zayıflık 9. Ara Sınav 10. Besin ögeleri: vitaminler-mineraller 11. Besin ögeleri: su 12. Besinler ve besin grupları 13. Sağlıklı beslenme modelleri 14. Sağlıklı, yeterli ve dengeli menü planlama Genel Yeterli
Ölçme-Değerlendirme	Bu ders kapsamında 1 (bir) Ara Sınav, Deney çalışmalarını kapsayan 1 (bir) Kısa Sınav yapılacaktır. Her bir değerlendirme kriterinin başarı puanına etkisi yüzdelik olarak aşağıda verilmiştir. Kısa Sınav: 20% Ara Sınav: 30 % Yarıyıl Sonu Sınav: 50 % Kısa Sınav Tarih ve Saati: 16.10.2019 (Ders Saatinde) Ara Sınav Tarih ve Saati: Birim tarafından ilan edilecek tarih ve saatlerde
Kaynaklar	Demirci, M. (2003). Beslenme. Rebel Yayıncılık. Tayar, M., Korkmaz, N. H., Özkeleş, E. (2011). Beslenme İlkeleri. Dora Yayıncılık.

