

	<p style="text-align: center;">T.C. HARRAN ÜNİVERSİTESİ DERS İZLENCE FORMU</p>	Doküman No: FRM-0052
		Revizyon No: 01
		Yayın Tarihi: 05.11.2021
		Revizyon Tarihi: 18.07.2022
		Sayfa No: 1 / 2

DERS İZLENESİ		
Dersin Adı	Sağlıklı Beslenme	
Dersin AKTS'si	2	
Dersin Yürütücüsü	Öğr. Gör. Dr. Tuğba GÜL DİKME	
Dersin Gün ve Saati	Birim web sayfasında ilan edilecektir.	
Dersin Görüşme Gün ve Saati	Birim web sayfasında ilan edilecektir.	
Öğretim Yöntemi ve Ders Hazırlık	Uzaktan 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 öğeleri: karbonhidratlar
	5.Hafta	Besin öğeleri: proteinler
	6.Hafta	Besin öğeleri: proteinler
	7.Hafta	Besin öğeleri: yağlar
	8.Hafta	Enerji dengesi: şişmanlık-zayıflık
	9.Hafta	Besin öğeleri: vitaminler-mineraller
	10.Hafta	Besin öğeleri: vitaminler-mineraller
	11.Hafta	Besin öğeleri: su
	12.Hafta	Besinler ve besin grupları
	13.Hafta	Sağlıklı beslenme modelleri
	14.Hafta	Sağlıklı, yeterli ve dengeli menü planlama
Ölçme ve Değerlendirme	Bu ders kapsamında 1 (bir) kısa sınav, 1 (bir) ara sınav ve ders konularını kapsayan 1 (bir) yarıyıl sonu sınavı yapılacaktır. Her bir değerlendirme kriterinin başarı puanına etkisi yüzdelik olarak aşağıda verilmiştir. Kısa Sınav: %10 Ara Sınav: %40 Yarıyıl Sonu Sınav: %50 Kısa Sınav tarihi dersi veren öğretim elemanı tarafından duyurulacak, Ara Sınav ve Yarıyıl Sonu Sınav tarihi ve saati ise birim yönetim kurulu tarafından sayfasında ilan edilecektir. Sınavlar yüz yüze yapılacaktır.	

	T.C. HARRAN ÜNİVERSİTESİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No: FRM-0052
		Revizyon No: 01
		Yayın Tarihi: 05.11.2021
		Revizyon Tarihi: 18.07.2022
		Sayfa No: 2 / 2

Kaynaklar	Demirci, M. (2003). Beslenme. Rebel Yayıncılık. Tayar, M., Korkmaz, N. H., Özkeleş, E. (2011). Beslenme İlkeleri. Dora Yayıncılık.
Değerlendirme Sistemi	
Öğrenci İşleri Bağlı Değerlendirme Yönergesine göre değerlendirilecektir.	

	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