

BESLENME

1	Ders Adı:	BESLENME
2	Ders Kodu:	HEM1021
3	Ders Türü:	Zorunlu
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	1
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	1
7	Dersin AKTS Kredisi:	3.00
8	Teorik Ders Saati (saat/Hafta)	2.00
9	Uygulama Ders Saati(saat/Hafta)	0.00
10	Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) :	0
11	Dersin Önkoşulu:	-
12	Dersin Dili:	Türkçe
13	Dersin Veriliş Şekli:	Yüz yüze
14	Dersin Koordinatörü:	Doç. Dr. METİN GÜLDAŞ
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	Doç.Dr. Metin GÜLDAŞ mguldas@uludag.edu.tr 0224 294 24 84 Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Merkez kampüs, Nilüfer, Bursa
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Bu dersin amacı sağlık ve beslenme ilişkisini, beslenmenin önemini ve temel ilkelerini, besin öğelerini, yeterli ve dengeli beslenmeyi, yaş gruplarına göre beslenme ve yaygın görülen kronik hastalıklarda beslenmenin önemini aktararak multidisipliner çalışmaya yatkın, farkındalığı yüksek hemşire yetiştirilmesine katkı sağlamaktır.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	Bu ders yeterli, dengeli ve sağlıklı beslenmenin tanımı, karbonhidratlar, proteinler, yağlar, posa, su ve sıvı dengesi, vitaminler, mineraller, besin grupları, özel durumlarda beslenme, sıklıkla görülen kronik hastalıklarda beslenmenin önemi, besin güvenliği ve hijyeninin beslenmedeki önemini içerir.
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Yeterli, dengeli ve sağlıklı beslenmenin temel ilkelerini sayabilir.
	2	Yeterli, dengeli ve sağlıklı beslenmeyi tanımlayabilir.
	3	Beslenme planının kişiye özgü olduğunu söyleyebilir.
	4	Besin öğeleri ve besin gurupları hakkında bilgi kazanır.
	5	Sağlıklı beslenme için besin hijyeni, yiyecekleri saklama, hazırlama ve pişirme koşullarını bilir ve kavrar.
	6	Malnütrisyon ve metabolik hastalıklarda beslenmenin önemi bilir ve kavrar.
	7	Özel durumlar ve sıklıkla görülen kronik hastalıklarda beslenmenin önemi hakkında bilgi kazanır.
	8	
	9	
	10	

21	Dersin İçeriği:		
Hafta	DERS İÇERİKLERİ		
	Teorik	Uygulama	
1	Beslenme ile ilgili kavramlar, Beslenme ve sağlık		
2	Karbonhidratlar		
3	Proteinler		
4	Yağlar		
5	Su, sıvı dengesi ve posa		
6	Vitaminler		
7	Mineraller		
8	Besin grupları		
9	Besin güvenliği ve hijyeni		
10	Özel durumlarda beslenme		
11	Şişmanlık ve zayıflıkta beslenme		
12	Sık görülen kronik hastalıklar ve beslenme-1		
13	Sık görülen kronik hastalıklar ve beslenme-2		
14	Beslenmede doğru bilinen yanlışlar ve sıkça sorulan sorular		
22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	• Baysal A. Genel Beslenme, Hatiboğlu Yayınevi, 17.Baskı, 2018. • Baysal A. Yüz Soruya Yüz Yanıtla Sağlıklı Beslenme. Hatiboğlu Yayınevi, 4.Baskı, 2020. • Aplegate L., ED Özpınar H, Beslenme ve Diyet Temel İlkeleri, İstanbul Tıp Kitabevi , 20011 • Willet W., Skerrett P. , Yetişkinler için Sağlıklı Beslenme Klavuzu	
23	Değerlendirme		
YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALARİ		SAYISI	KATKI YÜZDESİ
Ara Sınav		1	30.00
Kısa Sınav		0	0.00
Ödev		1	10.00
Yıl Sonu Sınavı		1	60.00
Toplam		3	100.00
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		40.00	
Finalin Başarıya Oranı		60.00	
Toplam		100.00	
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		Çoktan seçmeli test sınavı	
24	AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU		

ETKİNLİK	SAYISI	Süresi (Saat)	Toplam İş Yüğü (Saat)
Teorik Dersler	14	2.00	28.00
Uygulamalı Dersler	0	0.00	0.00
Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	14	1.00	14.00
Ödevler	1	8.00	8.00
Projeler	0	0.00	0.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınaylar	1	10.00	10.00
Diğer	1	10.00	10.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	20.00	20.00
Toplam İş Yüğü			100.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			3.00
Dersin AKTS Kredisi			3.00

25	PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU															
	PY1	PY2	PY3	PY4	PY5	PY6	PY7	PY8	PY9	PY10	PY11	PY12	PY13	PY14	PY15	PY16
ÖK1	2	0	0	4	2	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0
ÖK2	1	0	0	2	2	0	0	1	0	2	1	0	0	0	0	0
ÖK3	1	1	0	0	2	0	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0
ÖK4	1	0	0	4	1	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0
ÖK5	4	1	1	4	2	0	0	0	0	3	4	1	0	0	0	0
ÖK6	2	1	0	4	3	0	0	1	0	0	3	1	0	0	0	0
ÖK7	2	1	0	4	2	0	0	0	0	2	4	2	0	0	0	0
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri																
Katkı Düzeyi:	1 çok düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek			