

BESLENME VE SAĞLIK

1	Ders Adı:	BESLENME VE SAĞLIK
2	Ders Kodu:	GKS0002
3	Ders Türü:	Seçmeli
4	Ders Seviyesi	Lisans
5	Dersin Verildiği Yıl:	2
6	Dersin Verildiği Yarıyıl	3
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. YETER ŞİMŞEKLİ
15	Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:	Doç.Dr. YETER ŞİMŞEKLİ
16	Koordinatör İletişim Bilgileri:	Doç.Dr. YETER ŞİMŞEKLİ ysimsekli@uludag.edu.tr, 2942290, B.U.Ü.Eğ.Fak.FBE ABD
17	Dersin WEB adresi:	
18	Dersin Amacı:	Bu dersin amacı öğrencilerin, beslenme ve sağlık konusunda bilgi edinmelerini sağlamaktır.
19	Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:	Beslenme ve sağlık ile ilgili konu ve kavramları analiz eder
20	Dersin Öğrenme Kazanımları:	
	1	Temel besin öğelerinin (karbonhidrat, yağ, protein, minarel, vitamin ve su) özelliklerini, organizmadaki fonksiyonlarını açıklayabilme.
	2	Besin güvenliğinin önemini açıklayabilme
	3	Obezite ve sağlıklı yaşam için dengeli beslenme ve egzersizin önemini bilme açıklayabilme
	4	İlk yardım temel uygulamalarını açıklayabilme
	5	
	6	
	7	
	8	
	9	
	10	
21	Dersin İçeriği:	
Hafta	DERS İÇERİKLERİ	
	Teorik	Uygulama
1	Beslenme, besinler ve sağlık	
2	Yeterli ve dengeli beslenme	
3	Besin grupları	

4	Besin çeşitliliği	
5	Sıvı tüketimi ve anne sütünün önemi	
6	Şeker, tuz, alkol tüketimi ve sağlık	
7	Obezite	
8	Sık görülen beslenme yetersizliği hastalıkları	
9	Besin güvenliği ve hijyen	
10	İnsan vücudu ve işleyişi	
11	İnsan vücudu ve işleyişi	
12	İlk yardım temel uygulamaları	
13	İlk yardım temel uygulamaları	
14	İlk yardım temel uygulamaları	

22	Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:	1- İlk Yardım El Kitabı, Türk Kızılayı, Ankara, 2017. 2-Temel İlk Yardım Uygulamaları eğitim kitabı, T.C. Sağlık Bakanlığı, Ankara, 2011. 3-Kindersley, D. İnsan Vücudu. Tübitak Popüler Bilim Kitapları. 4-Aktümsek, A., Anatomi ve Fizyoloji, Nobel yayınları, Ankara, 2006. 5.Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi, T.C. Sağlık Bakanlığı, Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara 2004. 6.Türkiye'ye Özgü Besin Ve Beslenme Rehberi, Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara 2015.
----	---	---

23	Değerlendirme	
----	---------------	--

YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALAR	SAYISI	KATKI YÜZDESİ
Ara Sınav	1	40.00
Kısa Sınav	0	0.00
Ödev	0	0.00
Yıl Sonu Sınavı	1	60.00
Toplam	2	100.00
Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı		40.00
Finalin Başarıya Oranı		60.00
Toplam		100.00
Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları		Değerlendirme için ara sınav ve bitirme sınavı uygulanmakta ve bağlı sistem kullanılmaktadır.

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	2.00	28.00
Ödevler	0	0.00	0.00
Projeler	0	0.00	0.00
Arazi Çalışmaları	0	0.00	0.00
Arasınaylar	1	15.00	15.00
Diğer	0	0.00	0.00
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	20.00	20.00
Toplam İş Yüğü			91.00
Toplam İş Yüğü / 30 saat			3.03
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	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0
ÖK2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0
ÖK3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0
ÖK4	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0
ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri																
Katkı Düzeyi:	1 çok düşük			2 Düşük			3 Orta			4 Yüksek			5 Çok Yüksek			