



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Beslenme ve Sağlık							
Ders Kodu		EFS153		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	3	İş Yüğü	75 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Beslenmenin önemini kavrama, Sağlıklı beslenebilmek için yapılması gerekenleri öğrenmek, Beslenme yetersizliği sorunlarının farkına varabilmek ve uygun besinlerin seçimini yapabilmek							
Özet İçeriği		Doğal ve sağlıklı beslenme; obezite ile mücadele; gıda katkı maddeleri; sağlıklı yaşam ve egzersiz; büyüme ve gelişme; sağlıklı cinsel yaşam; bağımlılıkla mücadele (tütün, alkol, madde bağımlılığı vb.); trafik, afet ve ilkyardım.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Tartışma, Örnek Olay							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)			Prof. Dr. Hatice ÖZENOĞLU						

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	64

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Şanlıer, N. ve Ersoy, Y. 2001; Çocuk ve Beslenme, Anı yayıncılık, Ankara.
2	AOF, 1998; Anne-Çocuk Sağlığı ve Beslenmesi-Açıköğretim Yayınları.
3	Kutluay Merdol, T., Beslenme Eğitimi Rehberi, Hatiboğlu Yayınları.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Dersin içeriği ve tanımı
2	Teorik	Beslenme ile ilgili temel tanımlar, beslenmenin önemi
3	Teorik	Besin öğeleri ve vücuttaki görevleri
4	Teorik	Besinlerin hazırlanmasında sağlık ve temizlik kuralları
5	Teorik	Günlük alması gereken besin öğelerini belirleyebilme
6	Teorik	Büyüme ve gelişme, büyüme ve gelişmenin izlenmesi
7	Teorik	Büyüme ve gelişme dönemleri ve beslenme ilişkisi
8	Ara Sınav (Vize)	Vize Sınavı
9	Teorik	Ergenlikte (Adölesan) beslenme
10	Teorik	Yetersiz ve dengesiz beslenmeye bağlı sağlık sorunları
11	Teorik	Obezite ile mücadele
12	Teorik	Sağlıklı yaşam ve egzersiz
13	Teorik	Bağımlılıkla mücadele (tütün, alkol, madde bağımlılığı vb.)
14	Teorik	Sağlıklı cinsel yaşam
15	Teorik	Trafik, afet ve ilkyardım
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	YARIYIL SONU SINAV

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	0	2	28
Ödev	12	0	2	24
Okuma	9	0	1	9
Ara Sınav	1	0	6	6



Dönem Sonu Sınavı	1	0	8	8
Toplam İş Yüğü (Saat)				75
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				3
*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Beslenme ile ilgili temel kavramları tanımlar
2	Günlük alması gereken besin öğelerini belirler
3	İnsanın gelişim dönemlerine göre beslenme özelliklerini bilir
4	Yetersiz ve dengesiz beslenmeye bağlı sağlık sorunlarını bilir
5	Sağlıkla ilgili haberleri takip eder.

Program Çıktıları (Müzik Öğretmenliği Programı)

1	Enstrüman (piyano, keman, viyola, çello, yan flüt, şan, bağlama, ney, okul çalgıları) çalma, öğretebilme ve koruyabilme, bakımını yapabilme becerisi
2	Konuşma ve şarkı söylemede sesini doğru kullanma, ses eğitiminin müzik eğitimi içerisinde gelişmesine yardımcı olacak teknikleri ve öğretim yöntemlerini anlayabilme
3	Okul müzik repertuarına hakim olma, çeşitli çalgılarla eşlik edebilme, eşlik yazabilme ve eğitim müziği besteleyebilme becerisi
4	Klasik Batı Müziği ve Türk Müziği teorisine hakim olma, tonal, makamsal (modal) duyma ve seslendirme becerisi.
5	Klasik Batı Müziği, Türk Müziği, Popüler Müzik kültürüne hakim olma.
6	Farklı müzik topluluklarında çalabilme, söyleyebilme ve yönetebilme becerisine sahip olma.
7	Atatürk İlke ve İnkılâplarına bağlı, çağdaş, demokratik, laik, ülkesini koruyan ve geliştiren, milletine sahip çıkan, insan haklarına saygılı, doğayı koruyan, ayrımcı olmayan, gelenek ve göreneklerine bağlı, değerlerine sahip çıkan bireyler olma.
8	Ses ve hareket bütünlüğünün oluşturulmasında bedeni müzikal bir ifade aracı olarak kullanma becerilerine ve müzik öğretim yöntemlerine hakim olma.
9	Okul öncesi döneme ait bilişsel, duyuşsal ve psikomotor alanları geliştirmeye yönelik gerekli şarkı dağarcığı yöntem ve tekniklerine hakim olma.
10	Sosyal, ekonomik, teknolojik ve bilimsel alanlardaki gelişmeleri takip eden, Dünya sorunlarının temel nedenlerini anlayarak bu sorunların çözümlerine katkıda bulunmaya çalışan bireyler yetiştirebilme.

Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi 1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek

	ÖÇ2
PÇ10	5

