



KİLİS 7 ARALIK ÜNİVERSİTESİ

REKTÖRLÜK
ORTAK SEÇMELİ DERSLER
2025-2026 BAHAR YARIYILI

0100177 Yaşam Boyu Beslenme					
Yarıyıl	Kodu	Adı	T+U	Kredi	AKTS
2	0100177	Yaşam Boyu Beslenme	2	2	3

Dersin Dili:

Türkçe

Dersin Düzeyi:

Fakülte

Dersin Staj Durumu:

Yok

Bölümü/Programı:

ORTAK SEÇMELİ DERSLER

Dersin Türü:

Seçmeli

Dersin Amacı:

Yaşam sürecinde beslenmenin öğrenilmesi

Ders İçeriği:

Genel Beslenme, Gebelik ve emziliklik döneminde beslenme, Büyümenin izlenmesi, Anne sütü, Bebeklik döneminde beslenme, Okul öncesi dönemde beslenme, Okul çağı ve adölesan dönemde beslenme, Yetişkin dönemde beslenme, Yaşlılık döneminde beslenme

Ön Koşulları:**Dersin Koordinatörü:**

Yok

Dersi Veren:Dr. Öğr. Üyesi Saadet ÖZEN saadet.ozen@kilis.edu.tr**Dersin Yardımcıları:**

Yok

Dersin Kaynakları**Ders Notları**

: World Health Organization. Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü

Kaynakları

: Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç

Dökümanlar

: raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.

Ödevler

: World Health Organization.

Sınavlar

: Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi
Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu,
Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.

Ders Yapısı**Matematik ve Temel Bilimler**

:

Mühendislik Bilimleri

:

Mühendislik Tasarımı

:

Sosyal Bilimler

:

Eğitim Bilimleri

:

Fen Bilimleri

:

Sağlık Bilimleri

: 100

Alan Bilgisi

:

Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
1	Genel Beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
2	Gebelik ve emziliklik döneminde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
3	Gebelik ve emziliklik döneminde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
4	Büyümenin izlenmesi	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
5	Anne sütü	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
6	Bebeklik döneminde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
7	Okul öncesi dönemde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
8	Ara Sınav	Ders Çalışma	Ders Notları
9	Okul çağı ve adölesan dönemde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
10	Okul çağı ve adölesan dönemde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
11	Yetişkin dönemde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.

Ders Konuları

Hafta	Konu	Ön Hazırlık	Dökümanlar
12	Yetişkin dönemde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
13	Yaşlılık döneminde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.
14	Yaşlılık döneminde beslenme	Ön araştırma-Beyin Fırtınası	World Health Organization.Mahan, L. Kathleen., Escott-Stump, Sylvia., Raymond, Janice L.Krause, Marie V. (Eds.) (©2019) Çeviri Editörü Gamze Akbulut, Krause, Besin ve Beslenme Bakım Süreci, Ankara Nobel Tıp Kitabevi, Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2018 sonuç raporu, Türkiye Besin ve Sağlık Araştırması 2017 sonuç raporu.

Dersin Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
Ö01	Yaşamın farklı dönemlerinde beslenme gereksinimlerini açıklar.
Ö02	Gebelik ve emzilikte beslenme ilkelerini tanımlar.
Ö03	Büyümenin izlenmesi ve değerlendirme yöntemlerini açıklar.
Ö04	Anne sütü ve bebek beslenmesinin önemini açıklar.
Ö05	Çocuk, adölesan, yetişkin ve yaşlılarda beslenme özelliklerini tanımlar.
Ö06	Her yaş dönemine uygun beslenme önerileri hazırlar.

Programın Öğrenme Çıktıları

Sıra No	Açıklama
P02	Öğrenciler, farklı disiplinlere ait bilgi ve yaklaşımları ilişkilendirerek disiplinler arası bakış açısı kazanır ve bu yaklaşımı akademik, mesleki ve toplumsal uygulamalara yansıtır.
P03	Öğrenciler, kendi program derslerine ek olarak sunulan ortak seçmeli dersler aracılığıyla ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda bilgi, beceri ve yetkinliklerini geliştirir.
P05	Öğrenciler, ortak seçmeli ders etkinlikleri aracılığıyla iletişim, ekip çalışması ve iş birliği becerileri geliştirir; toplumsal ve etik sorumluluk bilinci kazanır.
P06	Öğrenciler, ortak seçmeli dersler sayesinde kişisel ve mesleki gelişimlerini destekleyen çok yönlü bir öğrenme profili oluşturur ve yaşam boyu öğrenme bilinci geliştirir.
P04	Öğrenciler, disiplinler arası bilgi ve deneyimleri bütünleştirerek problemlere eleştirel ve yaratıcı çözümler üretir.
P01	Öğrenciler, kendi alanları dışındaki disiplinlere ait temel kavram, kuram ve yöntemleri tanımlar ve çok yönlü düşünme becerisi geliştirir.

Değerlendirme Ölçütleri		
Yarıyıl Çalışmaları	Sayısı	Katkı
Ara Sınav	1	%40
Kısa Sınav	0	%0
Ödev	0	%0
Devam	0	%0
Uygulama	0	%0
Proje	0	%0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	%60
Toplam		%100

AKTS Hesaplama İçeriği			
Etkinlik	Sayısı	Süresi	Toplam İş Yükü Saati
Ders Süresi	14	2	28
Sınıf Dışı Ç. Süresi	14	3	42
Ödevler	0	0	0
Sunum/Seminer Hazırlama	0	0	0
Ara Sınavlar	1	7	7
Uygulama	0	0	0
Laboratuvar	0	0	0
Proje	0	0	0
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	13	13
Toplam İş Yükü			90
AKTS Kredisi			3

Dersin Öğrenme Çıktılarının Programın Öğrenme Çıktılarına Katkıları
Katkı Düzeyi: 1: Çok Düşük 2: Düşük 3: Orta 4: Yüksek 5: Çok yüksek

