

	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAĞAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	1/8

Ders Kodu	Ders Adı	Zorunlu (Z) / Seçmeli (S)	Yıl	Yarı Yıl	Anabilim Dalı
HEM-208	Beslenme İlkeleri	Z	2026	BAHAR	HEMŞİRELİK
Haftalık Ders Saati, Kredi, AKTS		Teori	Uygulama	Kredi	AKTS
		2		2	2

GENEL BİLGİLER

Dersin Amacı

Dersin amacı, gıda kimyası, besin teknolojileri, toplu beslenme, hijyen ve çevre sağlığı, besin öğeleri, besinlerin bileşimleri konusunda temel bilgileri vererek öğrencilerin bu bilgileri kullanarak yeterli ve dengeli beslenme esaslarını öğrenmek ve mutfakta uygulamalarını sağlamaktır.

Dersin İçeriği

Sağlıklı Beslenme, Toplumda Beslenme Sorunları ve Nedenleri
Besin Öğeleri
Besin Grupları ve Besin Piramidi
İçecekler ve Özellikleri
Yeterli ve Dengeli Beslenme İlkeleri
Beden Kitle indeksi ve Enerji Gereksinimi
Obezite ve Yol Açtığı Hastalıklar
Diabette Beslenme
Kardiyovasküler Hastalığı Olan Bireyde Beslenme
Yaşamın Dönemlerine Göre Beslenme

Dersin Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar

1.Chemoff, R., 2006, Geriatric Nutrition: The Health Professional's Handbook, 3 Edition, Jones and Bartlett Publish, ISBN 0-7637-3181-1, the USA, 575p. • 2.Morley, J.E., Thomas, D.R., 2007, Geriatric Nutrition, Taylor a Francis Group LLC, CRC Press, ISBN 0-8493-3815-8, the USA, 584p. • 3.Baysal, B., Genel Beslenme, ISBN 9789757527077, Ankara,279p. □ 4. Applegate, L., (2011), Beslenme ve Diyet Temel İlkeleri, İstanbul Tıp Kitabevi, İSTANBUL.



T.C.
ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ
2025-2026 AKADEMİK YILI BAĞAR DÖNEMİ
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ
BESLENME İLKELERİ DERSİ
DERS İZLENCE FORMU

Doküman No:	ARÜ.FR.004
İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
Revizyon Tarihi:	-
Revizyon No:	0
Sayfa:	2/8

Planlanan Öğrenme Etkinlikleri ve Öğretim Yöntemleri

Ders kitabı ve ders notlarının takip edilmesi, güncel olaylardan konuşma ve sunum-ödevler ile öğrencilerin derse katılmalarının sağlanması, soru-cevap yöntemiyle interaktif bir işleyiş oluşturma.

Ders İçin Önerilen Diğer Hususlar

Dersi Veren Öğretim Elemanı / Yardımcıları

Dr. Öğretim Üyesi Buket AKCAN ALTINKAYNAK

Dersin Verilişi

Ders programında belirlenen gün ve saatte dersin hocası tarafından verilmektedir.



	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAHAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	3/8

Hafta	Konu
1. Hafta	Sağlıklı Beslenme, Toplumda Beslenme Sorunları ve Nedenleri
2. Hafta	Sağlıklı Beslenme, Toplumda Beslenme Sorunları ve Nedenleri
3. Hafta	Besin Öğeleri (Karbonhidratlar, Proteinler, Yağlar, Vitaminler, Su ve Mineraller)
4. Hafta	Besin Öğeleri (Karbonhidratlar, Proteinler, Yağlar, Vitaminler, Su ve Mineraller) Makro ve mikro nutrientler
5. Hafta	Makro ve mikro nutrientler Besin Grupları ve Besin Piramidi
6. Hafta	İçecekler ve özellikleri
7. Hafta	Yeterli ve Dengeli Beslenme
Ara Sınav	
8. Hafta	Beden Kitle indeksi ve Enerji Gereksinim
9. Hafta	Obezite, Diyabet ve Kardiyovasküler Hastalıklar ve Beslenme İlişkisi
10. Hafta	Obezite, Diyabet ve Kardiyovasküler Hastalıklar ve Beslenme İlişkisi
11. Hafta	Yaşam dönemlerine göre beslenme-Gebelikte ve emzirme döneminde beslenme
12. Hafta	Yenidoğan beslenmesi, Çocukluk çağı beslenmesi

13. Hafta	Okul Çağı ve ergenlik dönemi beslenmesi
14. Hafta	Yetişkinlik ve Yaşlılık Döneminde beslenme
Final Sınavı + Bütünleme Sınavı	

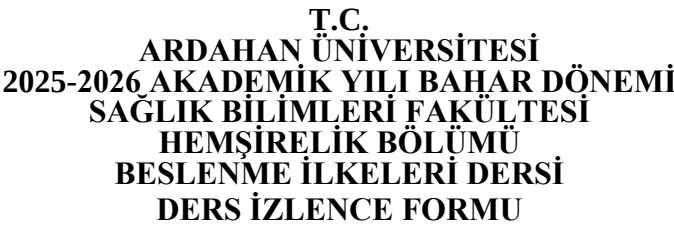
	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAĞAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	4/8

DEĞERLENDİRME		
Etkinlik	Adet	Ağırlık (%)
Vize	1	40
Final	1	60
Diğer (Ödev, Sunum, Sözlü, Derse Katılım, Grup Çalışması, vb.)		
Toplam		%100

ÖĞRENME ÇIKTILARI (ÖÇ)	
ÖÇ 1	Beslenme ilkeleri ve toplu beslenme tekniklerini öğrenir.
ÖÇ 2	Besinlerin görevleri ve vucut açısından önemini öğrenir.
ÖÇ 3	Karbohidratlar, proteinler, lipidler, vitamin ve minerallerin vücut için önemi bilinir
ÖÇ 4	Gebelik, yenidoğan, çocukluk, adölesan, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinde beslenme ve özellikleri öğrenir.
ÖÇ 5	Obezite, Diyabet ve Kardiyovasküler hastalıkların beslenme ile olan ilişkilerini öğrenir.

	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAĞAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	5/8

ÖĞRENME ÇIKTILARI (ÖÇ) – PROGRAM ÖĞRENME ÇIKTILARI (PÖÇ) İLİŞKİSİ																
	PÖÇ 1	PÖÇ 2	PÖÇ 3	PÖÇ 4	PÖÇ 5	PÖÇ 6	PÖÇ 7	PÖÇ 8	PÖÇ 9	PÖÇ 10	PÖÇ 11	PÖÇ 12	PÖÇ 13	PÖÇ 14	PÖÇ 15	PÖÇ 16
ÖÇ 1	5	5		5		5										
ÖÇ 2	5	5		5		5										
ÖÇ 3	5	5		5		5										
ÖÇ 4	5	5		5		5										
ÖÇ 5	5	5		5		5										
0 - Katkı Yok			1 - Çok Düşük Düzeyde Katkı			2 - Düşük Düzeyde Katkı			3 - Orta Düzeyde Katkı			4 - Yüksek Düzeyde Katkı			5 - Çok Yüksek Düzeyde Katkı	



Doküman No:	ARÜ.FR.004
İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
Revizyon Tarihi:	-
Revizyon No:	0
Sayfa:	6/8

DERS-PROGRAM EĞİTİM AMACI (PEA) İLİŞKİSİ

[illegible]

	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAHAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	7/8

DERS-PROGRAM ÖĞRENİM ÇIKTISI (PÖÇ) İLİŞKİSİ

PÖÇ 1. Sağlık ve hastalık süreçlerini disiplinler arası bir yaklaşımla analiz eder ve sağlık hizmetlerinin sunumunda mesleki bilgi ve becerilerini etkili biçimde uygular.	Evet ☒ Hayır ☐
PÖÇ 2. Hemşireliğin temel ve uzmanlık alanlarına ilişkin kuramsal bilgi ve uygulama becerilerini mesleki uygulamalarında kullanır.	Evet ☒ Hayır ☐

	T.C. ARDAHAN ÜNİVERSİTESİ 2025-2026 AKADEMİK YILI BAHAR DÖNEMİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ BESLENME İLKELERİ DERSİ DERS İZLENCE FORMU	Doküman No:	ARÜ.FR.004
		İlk Yayın Tarihi:	24.11.2025
		Revizyon Tarihi:	-
		Revizyon No:	0
		Sayfa:	8/8

DERS-PROGRAMA ÖZGÜ ÖLÇÜT (PÖÖ) İLİŞKİSİ

PÖÖ 1. Sağlık ve hastalık kavramlarını disiplinlerarası bir yaklaşımla analiz eder ve çözüm önerileri geliştirir.	Evet ☒ Hayır ☐
PÖÖ 3. Temel hemşirelik alanlarına ilişkin bilgi ve becerileri bakım sürecinde bütüncül (biyopsikososyal ve spiritüel) yaklaşımla uygular.	Evet ☒ Hayır ☐
PÖÖ 4. Birey, aile ve toplumun sağlık gereksinimlerini biyopsikososyal ve spiritüel yaklaşımla değerlendirir; kanıta dayalı hemşirelik bakımını planlar, uygular ve değerlendirir.	Evet ☒ Hayır ☐

[illegible]