

DERS TANIMLAMA FORMU	
Dersin Kodu ve Adı	Karbonhidratlar ve Sağlık
Dersin Yarıyılı	
Dersin Katalog Tanım (İçeriği)	Karbonhidratların kaynakları, türleri ve sağlık ile ilişkisi, sağlıklı karbonhidrat tüketim önerileri
Temel Ders Kitabı	Ayşe Baysal (2018). Genel Beslenme. Hatipoğlu Yayınevi.
Yardımcı Ders Kitapları	-
Dersin Kredisi (AKTS)	2
Dersin Önkoşulları (Ders devam zorunlulukları, bu maddede belirtilmelidir.)	Bu dersin ön koşulu ya da eş koşulu bulunmamaktadır. Derse devam sorunludur.
Dersin Türü	Seçmeli
Öğretim Dili	Türkçe
Dersin Amacı ve Hedefi	Karbonhidratların kaynakları, türleri ve sağlık ile ilişkisinin öğrenilmesi
Dersin Öğrenim Çıktıları	Karbonhidratların tanımını, besin kaynaklarını öğrenme Basit şeker tüketimi-sağlık ilişkisini kavrayabilme Posa tüketimi ve sağlık ilişkisini kavrayabilme Sağlıklı beslenmede karbonhidrat kaynaklarının seçimini kavrayabilme
Dersin Veriliş Biçimi	Bu ders sadece yüz yüze eğitim şeklinde yürütülmektedir.
Dersin Haftalık Dağılımı	1. Hafta Beslenme ile ilgili temel kavramlar 2. Hafta Besin öğeleri ve besin grupları 3. Hafta Karbonhidratlar 4. hafta Basit Şekerler 5. hafta Basit Şekerler-Obezite 6. Hafta Basit Şekerler-Kan Şekeri 7. Hafta Posa 8. Hafta Posa-Obezite 9. Hafta Posa-Kalp Damar Hastalıkları 10. Hafta Posa-Kan Şekeri 11. Hafta Posa-Sindirim Sistemi 12. Hafta Düşük Karbonhidratlı Beslenme-Sağlık İlişkisi 13. Hafta Karbonhidrat Alım Önerileri 14. Hafta Sağlıklı Besin Seçimi
Öğretim Faaliyetleri (Burada belirtilen faaliyetler için harcanan zaman krediyi belirleyecektir. Dikkatli doldurulması gerekmektedir.)	Haftalık teorik ders saati:2 Haftalık uygulamalı ders saati:0 Okuma Faaliyetleri:2 İnternette tarama, kütüphane çalışması:2 Sunu hazırlama:0 Sunum:0 Ara sınav ve ara sınava hazırlık:8 Final sınavı ve final sınavına hazırlık:10

Değerlendirme Ölçütleri			Sayısı	Toplam Katkısı (%)					
	Ara sınav		1	40					
	Ödev		1	20					
	Uygulama		0	0					
	Projeler		0	0					
	Pratik		0	0					
	Kısa Sınav		1	0					
	Dönemiçi çalışmaların yıl içi başarıya oranı (%)			60					
	Finalin Başarıya Oranı (%)			40					
	Devam Durumu								
Dersin İş Yükü	Etkinlik		Toplam Hafta Sayısı	Süre (Haftalık Saat)					Dönem Sonu Toplam İş Yüğü
	Haftalık teorik ders saati		14	2					28
	Haftalık uygulamalı ders saati		0	0					0
	Okuma Faaliyetleri		2	2					4
	İnternette tarama, kütüphane çalışması		3	2					6
	Materyal tasarlama, uygulama		0	0					0
	Rapor hazırlama		0	0					0
	Sunu hazırlama		0	0					0
	Sunum		0	0					0
	Ara sınav ve ara sınava hazırlık		1	8					8
	Final sınavı ve final sınavına hazırlık		1	10					10
	Diğer		0	0					0
	Toplam iş yükü								56
	Toplam iş yükü/ 25								2.24
	Dersin AKTS Kredisi								2
Ders Çıktıları ile Program Çıktıları Arasındaki Katkı Düzeyi	No	Program Çıktıları	1	2	3	4	5		
	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
Dersi Verecek Öğretim Eleman(lar)ı ve İletişim Bilgiler	Arş. Gör. Dr. Gülşah ŞAHİN gulsahsahin@gazi.edu.tr								