

AKTS DERS TANITIM FORMU

I. BÖLÜM (Senato Onayı)

Dersi Açan Fakülte /YO	Antalya Bilim Üniversitesi - Sağlık Bilimleri Fakültesi		Dersi Açan Bölüm	Beslenme ve Diyetetik Bölümü		
Dersi Alan Program/lar	Beslenme ve Diyetetik Bölümü	<input checked="" type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
		<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
		<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
Ders Adı	Sağlıklı Beslenme ve Fiziksel Aktivite		Ders Kodu	SBF101		
Ders Seviyesi	Lisans		Ders Türü	Seçmeli		
Öğretim Dili	Türkçe		AKTS Kredisi	3		
Haftalık Ders Saati	Ders:	2	Uygulama:	0	Stüdyo:	-
	Lab:	0	Sunum-Anlatım:		Diğer:	-
Ön koşul/lar	Yok		Yan koşul/lar	Yok		
Kayıt Kısıtlaması			Notlandırma	Harf Notu		
Dersin Amacı	Besin öğeleri, öğenimleri, türlerini sağlık açısından önemini, egzersiz, sağlık ve beslenme arasındaki ilişkiyi, farklı egzersiz türlerinde beslenme uygulamalarını açıklamak ve öğretmektir.					
Ders İçeriği	Bu ders; 'beslenme nedir, sağlıklı beslenmenin önemi, yeterli ve dengeli beslenmenin önemi, fiziksel aktivite ve egzersiz tanımları, egzersiz, sağlık ve beslenme ilişkisi, çocuklarda ve yetişkinlerde farklı egzersiz türlerinde beslenme' konularını içerir.					
Öğrenim Çıktıları	ÖÇ1	Bu ders alan öğrenciler; sağlıklı beslenme nedir, besin öğeleri, özellikleri, türlerinin sağlık açısından önemini bilir ve açıklar.				
	ÖÇ2	Fiziksel aktivite, egzersiz ve spor tanımlarının arasındaki farkı bilir ve açıklar.				
	ÖÇ3	Egzersiz, sağlık ve beslenme arasındaki ilişkiyi açıklar.				
	ÖÇ4	Farklı gruplarda egzersizde beslenme uygulamalarını bilir ve açıklar.				
	ÖÇ5					
	ÖÇ6					
	ÖÇ7					

II. BÖLÜM (Fakülte Kurulu Onayı)

No	Program Çıktıları	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5	ÖÇ6	ÖÇ7
Temel Çıktılar	PC1	Türkçe ve İngilizce sözlü, yazılı ve görsel yöntemlerle etkin iletişim kurma rapor yazma ve sunum yapma becerisi.	✓	✓	✓	✓		
	PC2	Hem bireysel hem de disiplin içi ve çok disiplinli takımlarda etkin biçimde çalışabilme becerisi.	✓	✓	✓	✓		
	PC3	Yaşam boyu öğrenmenin gerekliliği bilinci ve bilgiye erişebilme, bilim ve teknolojideki gelişmeleri izleme ve kendini sürekli yenileme becerisi.	✓	✓	✓	✓		
	PC4	Proje yönetimi , risk yönetimi, yenilikçilik ve değişiklik yönetimi, girişimcilik, ve sürdürülebilir kalkınma hakkında bilgi.	✓	✓	✓	✓		
	PC5	Sektörler hakkında farkındalık ve iş planı hazırlama becerisi .	✓			✓		
	PC6	Mesleki ve etik sorumluluk bilinci ve etik ilkelerine uygun davranma.		✓	✓			
Fakülte/YO Çıktıları	PC7	Evrensel düşünce ve değerlere sahip olmak,	✓	✓	✓	✓		
	PC8	Akademik ve etik değerlere bağlı olmak,	✓		✓	✓		
	PC9	Evrensel bilgi ve teknoloji standartlarında nitelikli eğitim-öğretim, araştırma ve danışmanlık hizmetleri sağlamak,	✓		✓			
	PC10	Lisans ve lisansüstü eğitim /öğretim programlarını ve bilimsel çalışmalarını, daha ileriyeye götürecek yeni hedeflere, stratejilere ve eylem planlarına açık olmak,	✓	✓	✓	✓		
	PC11	Verilen hizmetlerde interdisipliner/multidisipliner çalışmaları desteklemek, sürdürmek ve arttırmak.	✓	✓	✓	✓		
	PC12	Ülke yararına sağlık politikalarına katkıda bulunmak ve geliştirmek.	✓			✓		
Program Özel Çıktıları	PC13	Temel tıp ve klinik bilimler ile ilgili teorik bilgiyi, ana hatları ile açıklar ve bunları Beslenme ve Diyetetik ile ilişkilendirir	✓					
	PC14	Beslenme ve Diyetetik değerlendirme yöntemlerini uygular, analiz eder ve kuramsal bilgiyi ilişkilendirerek yorumlar	✓	✓	✓	✓		
	PC15	Bireye özgü beslenme ve diyetetik programını planlar ve uygular		✓	✓	✓		
	PC16	Değerlendirme ve tedavi verilerinin kaydını tutar ve arşivler		✓	✓			
	PC17	Bilimsel bir araştırmayı planlar, yürütür ve sunar	✓	✓	✓			
	PC18	Etkili iletişim becerisine sahiptir						
	PC19	Mesleki görev ve sorumluluklarını hukuksal boyutta tanımlar ve etik prensipler çerçevesinde uygular	✓	✓	✓	✓		
	PC20	Meslekle ilgili yaşam boyu öğrenme becerisine sahiptir				✓		
	PC21	Mesleki gelişmeleri takip edebilmek için yabancı dili etkin kullanabilir	✓	✓	✓	✓		
	PC22	Mesleği ile ilgili kalite, iş sağlığı ve güvenliği konularını bilir ve uygular						

Öğretilen Konular, Konuların Öğrenim Çıktılarına Katkıları, ve Öğrenim Değerlendirme Metodları	No	Hafta	Konu Açıklaması	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5	ÖÇ6	ÖÇ7
	K1	1		Sağlıklı beslenme tanımı	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4		
K2	2		Fiziksel aktivite, egzersiz, spor tanımları	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K3	3		Türk toplumunun fiziksel aktivite düzeyi, egzersiz alışkanlıkları	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K4	4		Vücut kompozisyonu	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K5	5		Fiziksel aktivite, sağlık ve beslenme ilişkisi	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K6	6		Enerji ihtiyacı hesaplaması uygulamaları	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K7	7		makro ve mikro besin öğelerini fiziksel performans etkileri	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K8	8		Arasınav	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K9	9		Egzersiz yapanlara genel beslenme önerileri	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K10	10		Çocuklara yönelik egzersizlerde beslenme uygulamaları	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K11	11		Yetişkinlere yönelik egzersizlerde beslenme uygulamaları	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K12	12		Sıvı ihtiyacı ve sıvı tüketiminin önemi	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K13	13		Ergojenik destekler	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			
K14	14		Genel tekrar	D1-D4	D1-D4	D1-D4	D1-D4			

Öğrenim Değerlendirme Metodları, Ders Notuna Etki Ağırkları, Uygulama ve Telif Kuralları	No	Tür	Ağırlık	Uygulama Kuralı	Telif Kuralı
	D1	Sınav		60.0%	Yarıyıl Sonu Sınavı olarak uygulanacak olan sınav dönem boyunca işlenen tüm konular ve kaynakları kapsayacaktır.
D2	Kısa Sınav (Quiz)				
D3	Ödev				
D4	Ara Sınav		40.00%	Ara Sınav dönem ortasında uygulanacak olup sınav tarihine kadar ele alınan konuları ve kaynakları kapsayacaktır.	Sınav mazereti sebebiyle giremeyen Birim Kurulunca kabul edilen öğrenciler Birimin belirlediği tarihte mazeret sınavına girerler.
D5	Proje				
D6	Sunum				
D7	Katılım/Etkileşim				
D8	Sınıf/Lab./Saha Çalışması				
D9	Diğer				
		TOPLAM	100%		

Öğrenim Çıktılarının Kazanılmasının Kanıtı
Her ders konusu en az bir sınav sorusu ile test edilir. Her öğrenim değerlendirme metoduna verilen ağırlıkla, her öğrencinin ağırlıklı not ortalaması hesaplanır. Dersi geçmek için, bir öğrenci 100 puan üzerinden, dersi veren öğretim üyesi tarafından belirlenen bir hedef yüzdesini toplamak zorundadır ve bu hedef yüzdesini bulurken sınıf ortalaması dikkate alınır.

Harf Notu Belirleme Metodu	Doğrudan Dönüşüm Sistemi (DDS)		<input checked="" type="checkbox"/>	Bağlı Değerlendirme Sistemi (BDS)		<input type="checkbox"/>
	Öğretim Üyesi/Görevlisinin belirleyeceği diğer bir yöntem (belirlenen bu yöntem aşağıda açıklanmıştır)					<input type="checkbox"/>
	Başarı Notu Aralığı	Harfli başarı Notu	Başarı Katsayısı	Başarı Değerlendirmesi		
	95-100	A+	4	Başarılı		
	85-94	A	4	Başarılı		
	80-84	A-	3,7	Başarılı		
	75-79	B+	3,3	Başarılı		
	70-74	B	3	Başarılı		
	65-74	B-	2,7	Başarılı		
	60-64	C+	2,3	Başarılı		
55-59	C	2	Başarılı			
50-54	C-	1,7	Geçer			
45-49	D+	1,3	Başarısız			
40-44	D	1	Başarısız			
0-39	F	0	Başarısız			

Öğretim Metodları, Tahmini Öğrenci Yüklü	No	Tür	Açıklama	Toplam Saat			
	Öğretim elemanı tarafından ayrılması planlanan süre						
1	Sınıf Dersi		Ders konuları tahtaya yazarak veya bilgisayarlı sunum ile anlatılır. Ders sırasında örnek sorular çözülür	28			
2	Etkileşimli Ders						
3	Problem Çözümü						
4	Laboratuvar						
5	Uygulama						
6	Saha Çalışması						
Öğrenci tarafından ayrılması planlanan süre							
7	Proje						
8	Ödev			28			
9	Ders Öncesi Hazırlık		Yeni konular sınıftan işlenmeden önce öğrenilir.	14			
10	Ders Tekrarı		Snavlar ve ödevlere hazırlık için konular tekrar edilir.	14			
11	Stüdyo						
12	Ofis Saati		Öğretim üyesi ile birebir görüşme				
	Hesaplanan AKTS Kredisi	En Fazla	3	En Az	2	Genel Toplam	84

IV. PART

Öğretim Elemanı	İsim Soyisim	Dr. Öğr. Üyesi Hale AVŞAR ERDEKLİ	
	E-mail	hale.erdekl@antalya.edu.tr	
	Telefon Numarası		
Ders Materyalleri	Ofis Numarası		
	Ofis Saati		
Diğer	Zorunlu		
	Önerilen		
	Akademik Dürüstlük	Akademik dürüstlüğü ihlal edilmesi, sadece kopya çekmekle sınırlı değildir ayrıca, izinsiz alıntı yapmak, bilgi uydurmak veya atıf yapmak, başkalarının sahteکارlık hareketlerine yardım etmek, eğitmenin haberi olmaksızın daha önce kullanılan bir çalışmanın veya başka bir öğrencinin çalışmasının teslim edilmesi veya diğer öğrencilerin akademik çalışmalarına müdahale etmeyi de içermektedir. Akademik irtibakların herhangi biri ciddi bir akademik ihlaldir ve disiplin işlemi ile sonuçlanır. Antalya Bilim Üniversitesi Ön Lisans ve Lisans Programlarına İlişkin Direktifin 25'inci Maddesinde açıklanmaktadır.	
	Engelli Öğrenciler	Engelliliği doğrulanan öğrenciler için makul düzenlemeler yapılacaktır.	
	Güvenlik Konuları		
	Esneklik	Ders süresince, öğretim programının her bileşeni yerine getirmesini engelleyen durumlar ortaya çıkabilir ve bu nedenle müfredat değişebilir. Öğrenciler herhangi bir değişiklik yapılmadan önce bilgilendirilecektir.	

Başarı Notu Aralığı	Harfli başarı Notu	Başarı Katsayısı	Başarı Değerlendirmesi
	A+	4	Başarılı
95-100	A	4	Başarılı
85-94	A-	3.7	Başarılı
80-84	B+	3.3	Başarılı
75-79	B	3	Başarılı
65-74	B-	2.7	Başarılı
60-64	C +	2.3	Başarılı
55-59	C	2	Başarılı
50-54	C-	1.7	Geçer
45-49	D+	1.3	Başarısız
40-44	D	1	Başarısız
0-39	F	0	Başarısız