### 

| AY | HAFTA | SAAT | KAZANIMLAR VE HEDEFDAVRANIŞLAR | KONULAR | ÖĞR. ÖĞRT. YÖN. VE TEKNİKLERİ | | KUL. EĞT. TEK. ARAÇ VE GEREÇLERİ | **Değerlendirme Ödev Açıklama** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| EYLÜL | 3 | 2 | Beslenme ile ilgili kavramları ve beslenmenin sağlık ile ilişkilerini bilir. | **ÜNİTE 1:BESİN ÖGELERİ VE BESİN GRUPLARI**  **1. BESLENME İLE İLGİLİ KAVRAMLAR**  (Besin, Güvenli besin,besin öğesi,beslenmenin önemi,yeterli ve dengeli beslenme,enerji) | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| EYLÜL | 4 | 2 | Proteinlerin özelliklerini ve  sağlığımız için önemini bilir | **2.BESİN ÖGELERİ**  **(ORGANİK BESİN ÖGELERİ)**  **PROTEİNLER** | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| EKİM | 1 | 2 | Karbonhidratların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir | * **KARBONHİDRATLAR (CH2O)** | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| EKİM | 2 | 2 | Yağların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir. | * **YAĞLAR** | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| EKİM | 3 | 2 | Yağda ve suda eriyen vitaminleri ve sağlığımız için önemini bilir | * **VİTAMİNLER** * Yağda eriyen vitaminler * Suda eriyen vitaminler | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| EKİM | 4 | 2 | İnorganik besin öğelerini(mineraller) ve vücudumuz için önemini bilir. | **(İNORGANİK BESİN ÖGELERİ)**   * **MİNERALLER** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **Cumhuriyet Bayramı ve Cumhuriyetin önemi** |
| KASIM | 1 | 2 | Etlerinin Beslenmedeki Önemi ve Besin Değerlerini bilme.  Etleri Satın Alırken ve Saklarken Dikkat Edilmesi Gereken Noktaları bilir. | **3.BESİN GRUPLARI**   * **ETLER** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | ÖDEVLERİN VERİLMESİ |
| KASIM | 2 | 2 | Yumurtanın Beslenmedeki Önemi ve Besin değerini bilme.  Yumurta Satın Alırken ve Saklarken Dikkat Edilmesi Gereken Noktaları bilme.  kuru baklagillerin beslenmedeki Önemi, Besin Değerlerini ve saklama usullerini bilir. | * **YUMURTA** * **KURU BAKLAGİLLER** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | 10 KASIM Atatürk’ü anma |
| KASIM | 3 | 2 | Yağlı tohumlar ve besin değerlerini, Saklama Yöntemlerini, bozuk Tohumların Sağlığa Etkilerini bilme.  Sütler ve Beslenmedeki Önemi ve Besin Değerlerini bilme.  Süt ve Sütten Yapılan Yiyecekleri Satın Alırken ve Saklarken Dikkat Edilmesi Gereken Noktaları bilir. | * **YAĞLI TOHUMLAR (KURU YEMİŞLER)**   **SÜT/SÜT ÜRÜNLERİ** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **I. DONEM I. SINAV** |
| KASIM | 4 | 2 | Tahılların beslenmedeki Önemi ve Besin Değerlerini,saklama usüllerini bilir. | **• TAHILLAR** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| KASIM | 5 | 2 | Sebze ve Meyvelerin Beslenmedeki Önemi ve Çeşitlerini, Pişirilme Esaslarını, Saklanma Yöntemlerini bilir. | * **SEBZE VE MEYVELER** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| ARALIK | 1 | 2 | Beslenmenin Önemini, ülkemizdeki beslenme sorunları ve nedenlerini,protein enerji yetersizliğinin olumsuz etkilerini bilir. | **ÜNİTE 2 HASTALIKLARA ÖZEL BESLENME**  **1.Ülkemizde Beslenme Sorunları ve Nedenleri** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| ARALIK | 2 | 2 | Sinir sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **2.Sinir Sistemi Hastalıklarında**  **Beslenme**  Sinir sisteminin görevi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| ARALIK | 3 | 2 | Sinir sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | * 1. Sinir sistemi gelişiminde beslenmenin önemi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| ARALIK | 4 | 2 | Sinir sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **2.Sinir Sistemi Hastalıklarında**  **Beslenme**   * Nöritis ve Polinöritis * Serebrovasküler hastalıklar(SVO),Epilepsi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **I. DONEM II. SINAV** |
| OCAK | 1 | 2 | Sindirim sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **3.Sindirim Sistemi Hastalıklarında Beslenme**   * Malabsorbsiyon hastalıklarında   Beslenme. | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| OCAK | 2 | 2 | Sindirim sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | * Çölyak hastalığında diyet ilkeleri * Laktoz İntoleransı * Galaktozemi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | Ortak sınav |
| OCAK | 3 | 2 | Sindirim sistemi hastalıklarında(bağırsak) beslenme ilkelerini bilir. | İshal ve kabızlıkta beslenme.  Dönem sonu değerlendirmesi  YARIYIL TATİLİ | |  |  | **I. DONEMİN SONA ERMESİ**  **(20.01. 2017)** |
| ŞUBAT | 2 | 2 | Sindirim sistemi hastalıklarında(kolon)beslenme ilkelerini bilir. | * **FENİLKETONÜRİ.** | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **II. DONEMİN BAŞLANGICI** |
| ŞUBAT | 3 | 2 | Kalp-Damar hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | * Kalp-Damar hastalıklarında   Beslenme   * Kolestrolün Kalp ve Damar Hastalıklarının Oluşumuna etkisi * Beslenmenin Kalp ve Damar Hastalıklarına Etkisi * Kalp Damar Hastalıklarında Diyet İlkeleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| ŞUBAT | 4 | 2 | Böbrek hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | * Böbrek hastalıklarında beslenme * Glomerülünefritte Diyet İlkeleri * Nefrotik Sendromda Diyet İlkeleri * Akut ve Kronik Böbrek Yetmezliğinde diyet ilkeleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| MART | 1 | 2 | Onkolojik hastalıklardan korunmada beslenmenin öneminin farkında olarak Onkolojik hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir | * Onkolojik Hastalıklarda Beslenme * Beslenmenin Kanser Oluşumuna Etkisi * Kanserli Hastalarda Diyet İlkeleri   Kanserden Korunma Beslenme İlkeleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| MART | 2 | 2 | Diyabetli hastalara özel beslenme ilkeleri doğrultusunda diyetli kişilerde beslenme ilkelerini bilir. | * Diyabetli Hastaların beslenmesi * Diyabet Tipleri * Hipoglisemi ve Hipergliseminin nedenleri, belirti ve bulguları * Hipergliseminin komplikasyonları   Diyabette diyet ilkeleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| MART | 3 | 2 | Gebelikte beslenme ilkelerini bilir. | **ÜNİTE 3 ÖZEL DURUMLARDA BESLENME**  **1.Gebe ve emziklilikte beslenme**  Gebelikte beslenme | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **18 Mart Çanakkale Zaferi ve önemi** |
| MART | 4 | 2 | Emziklilikte beslenme ilkelerini bilir. | * Emzikli kadınların beslenmesi. | | Aktif Anlatım,  Soru-Cevap,  Sunum, tartışma | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| MART | 5 | 2 | Yeterli ve dengeli beslenmenin sağlıklı büyüme ve gelişmeye etkisini,Bebek ve Çocuklarda beslenme İlkelerini bilir | **2. Çocukların gelişim dönemlerine göre beslenme**  Süt çocuğunun beslenmesi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **II. DONEM I. SINAV** |
| NİSAN | 1 | 2 | Okul öncesi çocukların beslenme İlkelerini bilir. | * Okul öncesi çocukların beslenmesi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| NİSAN | 2 | 2 | Okul döneminde beslenme ilkelerini bilir. | * Okul döneminde beslenme | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **Ödevlerin Teslimi** |
| NİSAN | 3 | 2 | Adölesan dönemde beslenme ilkelerini bilir ve kendi hayatında uygular. | * Adölesan dönemde beslenme | | Aktif Anlatım,  Soru-Cevap,  Sunum, tartışma | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| NİSAN | 4 | 2 | Yaşlılıkta ortaya çıkan sağlık sorunlarının beslenme ile ilişkisinin bilincinde olarak yaşlılıkta beslenme ilkelerini bilir. | **3.Yaşlılıkta Ortaya Çıkan Sağlık Sorunları ve Beslenme**   * Yaşlılık * Yaşlılıkta beslenmenin özellikleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı** |
| MAYIS | 1 | 2 | Yaşlılıkta beslenme ilkelerini bilir. | * Yaşlılık döneminde görülen bazı hastalıklarda beslenme * Menepoz * Andropoz   Osteoporozis | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| MAYIS | 2 | 2 | Şişmanlığın sağlık üzerine etkilerini ve Sağlıklı kilo vermenin yollarını bilir | **4.Zayıf ve Şişman kişilerin beslenmesi**   * Beden Kitle İndeksinin(BKİ) Hesaplanması * Şişmanlık * Şişmanlığın nedenleri * Şişmanlığın yol açtığı sağlık sorunları | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **12- 18 Mayıs Hemşireler Haftası** |
| MAYIS | 3 | 2 | Zayıf kişilerde beslenme ilkelerini bilir.  Yeme bozuklukları ve zararlarını bilir. | * Sağlıklı kilo vermenin yolları * Zayıf kişilerin beslenmesi * Sağlıklı kilo almanın yolları * Beden Algısı ve Yeme Bozuklukları | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **19 Mayıs Atatürk’ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı** |
| MAYIS | 4 | 2 | Yanık tedavisinde beslenmenin önemini ve yanıkta Diyet tedavisini bilir. | **5.Yanık yarası olan hastalarda beslenme**   * Yanık tedavisinde beslenmenin önemi   Diyet tedavisi | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | **II. DONEM II. SINAV** |
| MAYIS | 5 | 2 | Besin alerjisi ve alerjiye neden olan besinleri bilir. | **6.Besin alerjisi olan kişilerde beslenme**  Besin alerjisi ve alerjiye neden olan besinler | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet |  |
| HAZİRAN | 1 | 2 | Alerji durumunda beslenme ilkelerini bilir. | * Alerjide diyet ilkeleri. | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. | Ders kitabı  Ders notları  Projeksiyon  İnternet | Ortak sınav |
| HAZİRAN | 2 |  | Alerji durumunda beslenme ilkelerini bilir. | * Alerjide diyet ilkeleri | | Aktif katılımlı  anlatım,Soru- Cevap,  Sunum Beyin fırtınası. |  |  |

**Bu plan, Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 02/06/2014 tarihli 51 sayılı Ortaöğretim BESLENME DERSİ dersi öğretim programına uygun olarak, 2104 ve 2488 sayılı Tebliğler Dergisindeki Atatürk ilke ve İnkılâplarının yansıtılmasıyla, 2551 ve değişiklikleri içeren 2575 sayılı Tebliğler Dergisindeki ve TTKB 11/09/2011 tarih ve 151 sayılı karara ve ünitelendirilmiş yıllık plan normlarına uygun olarak, 07.09.2013 tarih 28758 sayılı resmi gazetedeki MEB Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliğiyle, 2016 yılı Megep sayfasında bildirilen son değişiklikleri ile beraber sene başı zümre öğretmenler kurulu toplantısı doğrultusunda hazırlanmıştır. Yazılı veya uygulama sınavları, okul zümre başkanları toplantısında belirlenecek olan tarihlere göre öğrencilere duyurulması sağlanıp uygulanacaktır.**

Ders öğretmeni OKUL MÜDÜRÜ.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | UYGUNDUR  19/09/2016 |  |  |