**NENE HATUN MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ**

**2021 - 2022 ÖĞRETİM YILI 10. SINIF GENEL BESLENME BESLENME DERSİ YILLIK PLANI**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AY** | **HAFTA** | **SAAT** | **KAZANIMLAR(HEDEF VE DAVRANIŞLAR)** | **KONULAR** | **ÖĞRENME ÖĞRETME YÖNTEM VE TEKNİKLERİ** | **EĞİTİM TEKNOLOJİLERİ, ARAÇ VE GEREÇLER** | **ATATÜRKÇÜLÜK/** **DEĞERLENDİRME**  |
| **EYLÜL**  | **3** | **2** | Beslenme ile ilgili kavramlarıve beslenmenin sağlık ile ilişkilerini bilir. | **ÜNİTE 1:** **BESİN ÖGELERİ VE BESİN GRUPLARI** |  **1. BESLENME İLE İLGİLİ KAVRAMLAR** (Besin,beslenme,besin güvenliği,besin değişimi, enerji,sindirim,metabolizma) | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | Atatürk ve Milli Eğitim15 Temmuz ve Demokrasi kazanımları,Pandemi tedbirleri |
| **EYLÜL** | **4** | **2** | Proteinlerin özelliklerini vesağlığımız için önemini bilir. |  **2.BESİN ÖGELERİ*** Proteinler
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | 1.ve 2. Dönem içerisinde planda belirtilen tarihlerde ölçme-değerlendirme (klasik-test) yapılacaktır. |
|  **EYLÜL-EKİM** | **4-5** | **2** | Proteinlerin özelliklerini vesağlığımız için önemini bilir.Karbonhidratların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir | * Proteinler
* Karbonhidratlar (CH2O)
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **EKİM** | **1-2** | **2** | Karbonhidratların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir. | * Karbonhidratlar (CH2O)
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **EKİM** | **3** | **2** | Yağların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir. | * Yağlar
 | Anlatım,soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **EKİM** | **4** | **2** | Vitaminleri ve sağlığımız için önemini bilir. | * Vitaminler
* Yağda eriyen vitaminler
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | Cumhuriyetin önemiÖdevlerin verilmesi |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **EKİM**  | **5** | **2** | Vitaminleri ve sağlığımız için önemini bilir. | **ÜNİTE 1 :****BESİN ÖGELERİ VE BESİN GRUPLARI** | * Vitaminler
* Suda eriyen vitaminler
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **KASIM** | **1** | **2** | Mineralleri ve vucudumuz için önemini bilir. | * Mineraller
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | 10 Kasım Atatürk’ü Anma ve Atatürk’ün kişiliği |
| **KASIM** | **2** | **2** | Etlerinin Beslenmedeki Önemini, Besin Değerlerini. Etleri Satın Alırken ve Saklarken Dikkat Edilmesi Gereken Noktaları bilir. |  **3.BESİN GRUPLARI*** Etler
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | **I. YAZILI** |
| **KASIM** | **4** | **2** | Yumurta,kurubaklagiller ve yağlı tohumların beslenmedeki Önemi ve Besin değerlerini bilir. | * Yumurta
* Kuru Baklagiller
* Yağlı Tohumlar (kuru yemişler)
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | 24 Kasım Öğretmenler günü  |
| **KASIM/ARALIK** | **5-1** | **2** | Süt ve Süt ürünlerini,besin değerlerini,Tahılların önemi ve besin değerlerini ve saklama usullerini bilir. | * Süt/Süt Ürünleri
* Tahıllar
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | **HALKÇILIK**  |
| **ARALIK** |  | **2** | Sebze ve Meyvelerin Beslenmedeki Önemini, Çeşitlerini, Pişirilme Esaslarını, Saklama usullerini bilir.Yağları ve beslenmedeki önemini bilir. | * Sebze ve Meyveler
* Yağlar
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **ARALIK**  | **2** | **2** | Ülkemizdeki beslenme sorunları ve nedenlerini,protein enerji yetersizliğinin olumsuz etkilerini bilir. | **ÜNİTE 2**  | **1.Beslenme yetersizliğine bağlı sorunlar*** Protein enerji yetersizlikleri
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ARALIK** | **3** | **2** | İyot yetersizliği ve raşitizm hastalığını ve beslenme ilkelerini bilir. |  **ÜNİTE 2 : HASTALIKLARA ÖZEL BESLENME** | * İyot yetersizlikleri
* Raşitizm
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **ARALIK** | **4-5** | **2** | Kansızlık,diş çürükleri ve beslenme ilkelerini bilir. | * Kansızlık (anemi)
* Diş çürükleri
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | CUMHURİYETÇİLİK |
| **OCAK** | **2** | **2** | Sinir sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | 2.sinir sistemi hastalıklarında beslenme* Nöritis ve Polinöritis
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | **II. YAZILI** |
| **OCAK** | **3** | **2** | Sereprovasküler hastalıklar,Epilepsi(sara),Parkinson,alzheimer hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | * Sereprovasküler hastalıklar
* Epilepsi(sara),Parkinson,alzheimer
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **ŞUBAT** | **2** | **2** | Ağız ve Özofagus hastalıklarını ve beslenme ilkelerini bilir. | **3.sindirim sistemi hastalıklarında beslenme*** Ağız ve Özofagus hastalıklarında

 beslenme | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | **MİLLİYETÇİLİK** |
| **ŞUBAT** | **3** | **2** | Sindirim sistemi hastalıklarında(bağırsak) beslenme ilkelerini bilir. | * Bağırsak hastalıklarında beslenme
* Mide hastalıklarında beslenme
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |   |
| **ŞUBAT** | **4** | **2** | Mide hastalıklarını ve beslenme ilkelerini bilirSindirim sistemi hastalıklarında(kolon)beslenme ilkelerini bilir. | * Kolon hastalıklarında beslenme
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |   |
| **ŞUBAT** | **4** | **2** | Kalp-Damar hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **ÜNİTE 2 : HASTALIKLARA ÖZEL BESLENME** | **4.Kalp-Damar hastalıklarında beslenme*** Beslenmenin kalp-damar

 hastalıklarına etkisi* Kalp-damar hastalıklarında diyet
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | DEVLETÇİLİK |
| **ŞUBAT/MART** | **5-1** | **2** | Böbrek hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **5.Böbrek hastalıklarında beslenme*** Glomerulonefrit
* Nefrotik sendrom
* Akut ve kronik böbrek yetmezliği
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **MART** | **2** | 2 | Onkolojik hastalıklardan korunmada beslenmenin öneminin farkında olarak Onkolojik hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | **6.Onkolojik Hastalıklarda Beslenme*** Beslenmenin kanser oluşumuna etkisi
* Kanserli hastalarda diyet ilkesi
* Kanserden korunmada beslenme ilkeleri
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **MART** | **3** | **2** | Diyabetli hastalara özel beslenme ilkeleri doğrultusunda diyetli kişilerde beslenme ilkelerini bilir. | **7.Diyabetli Kişilerde beslenme*** Beslenmenin dyb.mellitus oluşumuna

etkileri* Dyb.hastalığında diyet ilkeleri
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | 18 Mart Çanakkale Zaferi ve önemi |
| **MART** | **4** | **2** | Gebelikte ve emziklilikte beslenme ilkelerini bilir. | **ÜNİTE 3 ÖZEL DURUMLARDA BESLENME** | **1.Gebe ve emziklilikte beslenme*** Gebelikte beslenme
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  **I. YAZILI** |
| **MART** | **5** | **2** | Gebelikte ve emziklilikte beslenme ilkelerini bilir. | * Emzikli kadınların beslenmesi
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | LAİKLİK |
| **NİSAN** | **1-2** | **2** | Süt çocukların beslenme İlkelerini bilir. | **2.Bebek ve Çocuklarda beslenme*** Süt çocuğunun beslenmesi
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **NİSAN** | **4-5** | **2** | Okul öncesi döneminde çocukların beslenme ilkelerini bilir. | * Okul öncesi çocukların beslenmesi
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA | Ödevlerin Teslim Alınması |

Ders Kitabı

MEB.Modüller

Akıllı tahta ,video,

Ders Kitabı

MEB.Modüller

Akıllı tahta ,video,

Ders Kitabı

MEB.Modüller

Akıllı tahta ,video,

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***NİSAN*** |  | ***2*** | *Yaşlılıkta ortaya çıkan sağlık**Sorunlarını ve vudutta meydana gelen değişmeleri bilir.* |  | ***3.Yaşlılarda beslenme**** *Yaşlılıkta vücudun yapı ve*

 *İşlevlerinde oluşan değişiklikler* | *Anlatım,* *soru-cevap**Sunu gösterimi* |  | *23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***MAYIS*** | ***2*** | ***2*** | *Yaşlılıkta beslenmenin önemi ve ilkelerini bilir.* | * *Yaşlılıkta beslenmenin önemi*
 | *Anlatım,* *soru-cevap**Sunu gösterimi* |  *Ders Kitabı* *MEB.Modüller**Akıllı tahta ,video,**EBA* |  |
| ***MAYIS*** | ***3*** | ***2*** | *Bulimia ve Anoreksiya da beslenme durumlarını bilir.* | *Bulimia ve Anoreksiya tanımları* | *Anlatım,* *soru-cevap**Sunu gösterimi* |  *Ders Kitabı* *MEB.Modüller**Akıllı tahta ,video,**EBA* |  |
| ***MAYIS*** | ***4*** | ***2*** | *Zayıf kişilerde beslenme ilkelerini bilir.**Yeme bozuklukları ve zararlarını bilir.* | ***4.Zayıf ve Şişman kişilerde beslenme**** *Zayıflık*
* *Yeme bozuklukları*
 | *Anlatım,* *soru-cevap**Sunu gösterimi* | *Ders Kitabı* *MEB.Modüller**Akıllı tahta ,video,**EBA* |  |
| ***MAYIS*** | ***5*** | ***2*** | *Şişmanlığın sağlık üzerine etkilerini ve Sağlıklı kilo vermenin yollarını bilir.* | * *Şişman kişilerin beslenmesi*
 | *Anlatım,**soru-cevap**Sunu gösterimi* | *Ders Kitabı* *MEB.Modüller**Akıllı tahta ,video,**EBA* | *19 Mayıs Atatürk’ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı* |
| ***HAZİRAN***  | ***1*** | ***2*** | *Yanık tedavisinde beslenmenin önemini ve yanıkta Diyet tedavisini bilir.* | ***5.Yanıklarda beslenme**** *Yanık tedavisinde*

 *beslenmenin önemi** *Yanıklarda beslenme ilkeleri*
 | *Anlatım,* *soru-cevap**Sunu gösterimi* |  *Ders Kitabı* *MEB.Modüller**Akıllı tahta ,video,**EBA* | ***II. YAZILI*** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HAZİRAN** | **2** | 2 | Alerji durumunda beslenme ilkelerini bilir. | **ÜNİTE 3** | * Besin alerjisi
* Allerjiye neden olan besinler
 | Anlatım,soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |
| **HAZİRAN** | **3** | **2** | Alerji durumunda beslenme ilkelerini bilir. | * Alerjide beslenme ilkeleri
* Genel değerlendirme
 | Anlatım, soru-cevapSunu gösterimi | Ders Kitabı MEB.ModüllerAkıllı tahta ,video,EBA |  |

*Milli Eğitim Bakanlığı Orta Öğretim Kurumları Yönetmeliğinde değişik yapılmasına dair yönetmelik* 13 Eylül 2013 *Resmi Gazete Sayı:29118 ve 2551 sayılı T.D.'de yayımlanan eğitim ve öğretim çalışmalarının planlı yürütülmesine ilişkin yönerge hükümlerine göre, 2104 ve 2488 sayılı Tebliğler Dergisinde yer alan “ Atatürkçülükle İlgili Konular ” esas alınarak hazırlanmıştır.*

 ……./09/2021

 Uygundur

 Zeynep HACIBEKTAŞOĞLU

 Okul Müdürü