**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 kavramları  ve 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | Atatürk ve Milli Eğitim  15 Temmuz ve Demokrasi kazanımları,Pandemi tedbirleri |
| **EYLÜL** | **4** | **2** | Proteinlerin özelliklerini ve  sağlığımız için önemini bilir. | **2.BESİN ÖGELERİ**   * Proteinler | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | 1.ve 2. Dönem içerisinde planda belirtilen tarihlerde ölçme-değerlendirme (klasik-test) yapılacaktır. |
| **EYLÜL-EKİM** | **4-5** | **2** | Proteinlerin özelliklerini ve  sağlığımız için önemini bilir.  Karbonhidratların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir | * Proteinler * Karbonhidratlar (CH2O) | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **EKİM** | **1-2** | **2** | Karbonhidratların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir. | * Karbonhidratlar (CH2O) | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **EKİM** | **3** | **2** | Yağların özelliklerini ve sağlığımız için önemini bilir. | * Yağlar | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **EKİM** | **4** | **2** | Vitaminleri ve sağlığımız için önemini bilir. | * Vitaminler * Yağda eriyen vitaminler | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | Cumhuriyetin önemi  Ödevlerin verilmesi |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **EKİM** | **5** | **2** | Vitaminleri ve sağlığımız için önemini bilir. | **ÜNİTE 1 :****BESİN ÖGELERİ VE BESİN GRUPLARI** | * Vitaminler * Suda eriyen vitaminler | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **KASIM** | **1** | **2** | Mineralleri ve vucudumuz için önemini bilir. | * Mineraller | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **ARALIK** | **4-5** | **2** | Kansızlık,diş çürükleri ve beslenme ilkelerini bilir. | * Kansızlık (anemi) * Diş çürükleri | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | CUMHURİYETÇİLİK |
| **OCAK** | **2** | **2** | Sinir sistemi hastalıklarında beslenme ilkelerini bilir. | 2.sinir sistemi hastalıklarında beslenme   * Nöritis ve Polinöritis | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | **MİLLİYETÇİLİK** |
| **ŞUBAT** | **3** | **2** | Sindirim sistemi hastalıklarında(bağırsak) beslenme ilkelerini bilir. | * Bağırsak hastalıklarında beslenme * Mide hastalıklarında beslenme | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **ŞUBAT** | **4** | **2** | Mide hastalıklarını ve  beslenme ilkelerini bilir  Sindirim sistemi hastalıklarında(kolon)beslen  me ilkelerini bilir. | * Kolon hastalıklarında beslenme | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | **I. YAZILI** |
| **MART** | **5** | **2** | Gebelikte ve emziklilikte beslenme ilkelerini bilir. | * Emzikli kadınların beslenmesi | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA | LAİKLİK |
| **NİSAN** | **1-2** | **2** | Süt çocukların beslenme İlkelerini bilir. | **2.Bebek ve Çocuklarda beslenme**   * Süt çocuğunun beslenmesi | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **NİSAN** | **4-5** | **2** | Okul öncesi döneminde çocukların beslenme ilkelerini bilir. | * Okul öncesi çocukların beslenmesi | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı tahta ,video,  EBA |  |
| **HAZİRAN** | **3** | **2** | Alerji durumunda beslenme ilkelerini bilir. | * Alerjide beslenme ilkeleri * Genel değerlendirme | Anlatım,  soru-cevap  Sunu gösterimi | Ders Kitabı  MEB.Modüller  Akıllı 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