**Ankara Üniversitesi  
Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı**

**Açık Ders Malzemeleri**

Ders izlence Formu

|  |  |
| --- | --- |
| Dersin Kodu ve İsmi | **BAE 006 Çocuklarda Beslenme** |
| Dersin Sorumlusu | Doç. Dr. Nevin Gündüz |
| Dersin Düzeyi | Lisans |
| Dersin Kredisi | 2 0 2 |
| Dersin Türü | Teorik |
| Dersin İçeriği | Bu derste; beslenmenin tanımı, çocuklar açısından önemi, çocuklarda temel beslenme ilkeleri, Besin grupları; karbonhidratlar, yağlar, proteinler, vitaminler, mineraller ve suyun organizmadaki görevleri ve çocuklarda önerilen tüketim miktarları, yetersiz ve dengesiz beslenmenin çocuk sağlığı üzerine olumsuz etkileri, Dünya sağlık örgütü ve Naspe' nin çocuklarda fiziksel aktivite ve beslenme önerileri, okul çocukların beslenmesinde aile, okul ve öğretmene düşen görevler, cocuklarda obesite ve beslenme bozuklukları ve bu konularda yapılmış makale ve literatür incelenecektir. |
| Dersin Amacı-Öğrenme Çıktıları | Bu ders sonunda öğrenci;  1-Farklı yaş gruplarında temel besiin öğelerini çocuklar açısından önemini bilir ve açıklar.  2- Çocuklarda besiin öğelerini yeterli ve dengeli tüketmenin önemini bilir ve açıklar.  3- Çocuklarda beslenme ve düzenli fiziksel aktivitenin sağlıklı büyüme ve gelişimleri açısından önemini bilir.  4- Sporcu çocuklarda yeterli ve dengeli beslenmenin önemini bilir ve tartışır. |
| Dersin Süresi | 2 |
| Eğitim Dili | Türkçe |
| Ön Koşul | - |
| Önerilen Kaynaklar | 1- Exercise Physiology, Mcardle,W.D., KatchF.I., Katch,V.L.,Lea and Febiger, Philadelphia  2- Foods, Nutrition and Sports Performance,Williams, C and Devlin ,J.T.E., and FN Spon  3- Sporda Beslenme, H. Sündüs Paker ,Gen Matbaacılık  4- Spor ve Beslenme, Antrenör ve Sporcu El Kitabı, Güneş, Z., Bağırgan Yayınevi,Ankara  5- Sporcu beslenmesi konusunda yapılmış yurt içi ve dışı araştırmalar  6- Egzersiz ve Spor Yapanlar İçin Beslenme,Gülgün Ersoy,Nobel Yayınevi,2004 |
| Dersin Kredisi | 2 0 2 |
| Laboratuvar | - |
| Diğer-1 | - |