



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Beslenme							
Ders Kodu		HEM156		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	2	İş Yüklü	50 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Beslenme, gıda bileşenleri ve görevleri, beslenme şekilleri ve toplu beslenme konularında yeterli bilgi sahibi olmak.							
Özet İçeriği		Beslenme durumu ve önemi, gıda bileşenleri ve besinlerin görevleri, metabolizma, enerji gereksinimi, gıda maddelerinin kalitesi, insanların durumuna uygun beslenme ve beslenme şekilleri, toplu beslenme endüstrisi hakkında bilgilenmeyi sağlamak.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Tartışma, Bireysel Çalışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ders Koşulları

Denk Ders	HF104
-----------	-------

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010
2	Baysal A., Beslenme. 2009.
3	Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008.
4	Prof.Dr. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
5	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Beslenme durumu ve önemi
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
2	Teorik	Gıdaların bileşenleri ve besinlerin görevleri
	Ön Hazırlık	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007
3	Teorik	Karbonhidratlar
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
4	Teorik	Proteinler
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
5	Teorik	Yağlar
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
6	Teorik	Vitaminler ve mineral maddeler
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.



7	Teorik	Vitaminler ve mineral maddeler
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
8	Teorik	Su ve besleyici olmayan gıdalar
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
9	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
	Ara Sınav (Vize)	Ara sınav
10	Teorik	Metabolizma ve enerji gereksinimi
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
11	Teorik	Gıda maddelerinin kalitesi
	Ön Hazırlık	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007
12	Teorik	İnsanların durumuna uygun beslenme
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
13	Teorik	Beslenme şekilleri; Günlük yemek planları
	Ön Hazırlık	Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.
14	Teorik	Toplu beslenme endüstrisi
	Ön Hazırlık	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007
15	Teorik	Toplu beslenme endüstrisi
	Ön Hazırlık	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007
16	Teorik	Yarı yıl sonu sınavı
	Ön Hazırlık	İrfan Erol, Gıda Hijyeni ve Mikrobiyolojisi. 2007 Sefa Saygılı; İbrahim Balcıoğlu. Dengeli Beslenme, Sağlıklı Zayıflama. 2010 Baysal A., Beslenme. 2009. Metin Özata. Sağlıklı ve Dengeli Beslenme. 2008. Mehmet Demirci. Beslenme. Tekirdağ. 2007.

Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yükü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yükü
Kuramsal Ders	14	1	2	42
Ödev	1	2	1	3
Ara Sınav	1	1	1	2
Dönem Sonu Sınavı	1	2	1	3
Toplam İş Yükü (Saat)				50
Yuvarla [Toplam İş Yükü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				2

*25 saatlik iş yükü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Besinlerin içinde bulunan karbonhidrat, protein, yağ, vitamin ve minerallerin kimyasını öğrenir.
2	Besinlerin özellikleri ve kaynaklarını belirler
3	Sindirimi, emilimi ve metabolizmayı öğrenir.
4	Gereksinimleri, aşırı ve dengesiz alım sorunlarını açıklayabilir.
5	Besinlerin enerji değeri, enerji harcaması, enerji dengesi ve dengesizliğini öğrenir
6	Beslenme sorunlarını saptayabilir



7	Beslenme ve sağlık etkileşimi boyutundaki konuları öğrenerek mesleki alt yapılarını oluşturur
---	---

Program Çıktıları (Hemşirelik Programı)

1	Hemşirelik alanındaki temel ve güncel bilgileri içeren ders kitapları, uygulama araç gereçleri ve multimedya eğitim araç gereçleri ile diğer kaynaklarla desteklenen ileri düzeydeki kuramsal ve uygulamalı bilgilere sahiptir.
2	Hemşirelik alanındaki bilimsel bilgiye ulaşma, güncel literatürü izleme, değerlendirme ve uygulayabilme becerisine sahiptir.
3	Birey, aile ve toplumun sağlık bakım gereksinimlerini bütüncül yaklaşımla hemşirelik süreci doğrultusunda karşılar.
4	Toplumsal, bilimsel ve mesleki etik değerleri benimser
5	Görev, hak ve sorumlulukları ile ilgili yasa, yönetmelik ve mesleki etik kurallarına uygun davranır.
6	Hemşirelik alanı ile ilgili sahip olduğu bilgi birikimini kullanarak bu alanda çalışan diğer meslek grupları ile işbirliği içinde sağlık ekibi üyesi olarak sorumluluk alır.
7	Kalite yönetimi ve süreçlerine uygun davranır ve bu süreçlere katılır.
8	Hemşirelik alanında edindiği ileri düzeydeki bilgi ve becerilere eleştirel yaklaşır.
9	Yaşam boyu öğrenmeye ilişkin olumlu tutum geliştirir ve davranışa dönüştürür.
10	Hemşirelik alanında edindiği ileri düzeydeki kuramsal ve uygulamalı bilgilerini ve temel eğitim becerilerini kullanarak sağlık eğitimi, meslektaş eğitimi ve meslek adayı eğitimi yapar.
11	Hemşirelik alanına özgü bilimsel bilgi birikimine katkıda bulunma sorumluluğunu yerine getirir/tanımlayıcı düzeyde araştırma yapar.
12	Profesyonel kimliği ile meslektaşlarına rol model ve topluma örnek olur.
13	Sözlü ve yazılı olarak etkili iletişim kurar.
14	Bir yabancı dili en az Avrupa portföyü B1 genel düzeyinde kullanabilir.
15	Alanın gerektirdiği düzeyde istatistik, bilgisayar, bilişim ve iletişim teknolojilerini kullanabilir.
16	Diğer meslek grupları ile işbirliği içinde proje ve etkinlikler düzenler ve bunları uygular.

Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi 1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek

	ÖÇ1	ÖÇ2	ÖÇ3	ÖÇ4	ÖÇ5	ÖÇ6	ÖÇ7
PÇ1	4	4	4	5	5	4	5
PÇ2	4	4	4	5	5	4	5
PÇ3	3	3	3	5	5	5	4
PÇ4	2	2	2	3	3	3	4
PÇ5	2	2	2	3	3	3	4
PÇ6	3	3	3	4	4	4	5
PÇ7	3	3	3	3	3	3	4
PÇ8	2	2	2	3	3	3	4
PÇ9	4	4	4	4	4	4	5
PÇ10	3	3	3	3	3	3	4
PÇ11	3	4	4	4	4	5	5
PÇ12	3	3	3	3	3	3	4
PÇ13	3	3	3	3	3	4	4
PÇ14	2	2	2	2	2	2	3
PÇ15	3	3	3	3	3	3	4
PÇ16	3	3	3	4	4	5	5

