



## AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

|                                   |   |                                                                                                                                                                                                           |                               |             |   |          |   |             |   |
|-----------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------|---|----------|---|-------------|---|
| Dersin Adı                        |   | Beslenme                                                                                                                                                                                                  |                               |             |   |          |   |             |   |
| Ders Kodu                         |   | REH233                                                                                                                                                                                                    |                               | Ders Düzeyi |   | Lisans   |   |             |   |
| AKTS Kredi                        | 3 | İş Yüğü                                                                                                                                                                                                   | 77 (Saat)                     | Teori       | 2 | Uygulama | 0 | Laboratuvar | 0 |
| Dersin Amacı                      |   | Beslenme ile ilgili temel kavramların öğretilmesi, besin öğeleri hakkında bilgi verilmesi, sindirim, emilim, taşıma ve metabolizma işlemlerini kavranması, besin gruplarının öğrenilmesi amaçlanmaktadır. |                               |             |   |          |   |             |   |
| Özet İçeriğı                      |   | Dersin amacına uygun olarak, beslenme öğeleri, karbonhidratlar, lipidler, proteinler, enerji metabolizması, su ve mineraller, vitaminler ve besin grupları hakkında genel bilgiler verilecektir.          |                               |             |   |          |   |             |   |
| Staj Durum                        |   | Yok                                                                                                                                                                                                       |                               |             |   |          |   |             |   |
| Öğretim Yöntemleri                |   | Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma, Bireysel Çalışma                                                                                                                                           |                               |             |   |          |   |             |   |
| Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları) |   |                                                                                                                                                                                                           | Arş. Gör. Kağan KARAOSMANOĞLU |             |   |          |   |             |   |

### Ölçme ve Değerlendirme Araçları

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

### Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

|   |                                                                         |
|---|-------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Bulduk, S.(2005), Beslenme İlkeleri ve Menü Planlama, Detay Yayıncılık. |
|---|-------------------------------------------------------------------------|

| Hafta | Haftalara Göre Ders Konuları |                              |
|-------|------------------------------|------------------------------|
| 1     | Teorik                       | Beslenme ve Sağlık           |
| 2     | Teorik                       | Metabolizma ve işleyişi      |
| 3     | Teorik                       | Besin Öğeleri                |
| 4     | Teorik                       | Karbonhidratlar, Lipidler    |
| 5     | Teorik                       | Proteinler, su ve mineraller |
| 6     | Teorik                       | Vitaminler                   |
| 7     | Teorik                       | Besin grupları               |
| 8     | Teorik                       | Besin grupları               |
| 9     | Ara Sınav (Vize)             | Ara Sınav (Vize)             |
| 10    | Teorik                       | Besin piramidi               |
| 11    | Teorik                       | Gıda etiketleri okuma        |
| 12    | Teorik                       | Yetersiz beslenme            |
| 13    | Teorik                       | Aşırı Beslenme               |
| 14    | Teorik                       | Menü ve beslenme ilişkisi    |
| 15    | Teorik                       | Menü ve beslenme ilişkisi    |
| 16    | Dönem Sonu Sınavı (Final)    | Yarıyıl Sonu Sınavı (Final)  |

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

| Etkinlik                                             | Adet | Ön Hazırlık | Etkinlik Süresi | Toplam İş Yüğü |
|------------------------------------------------------|------|-------------|-----------------|----------------|
| Kuramsal Ders                                        | 14   | 1           | 2               | 42             |
| Ödev                                                 | 1    | 3           | 0               | 3              |
| Okuma                                                | 4    | 5           | 0               | 20             |
| Ara Sınav                                            | 1    | 5           | 1               | 6              |
| Dönem Sonu Sınavı                                    | 1    | 5           | 1               | 6              |
| Toplam İş Yüğü (Saat)                                |      |             |                 | 77             |
| Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi |      |             |                 | 3              |

\*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.



**Dersin Öğrenme Çıktıları**

|   |                                                                                                                          |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Beslenme ve besin öğelerini tanımlar.                                                                                    |
| 2 | Karbonhidratlar, yağlar, proteinler, vitaminler, mineraller ve su hakkında bilgi sahibi olur.                            |
| 3 | Canlı fizyolojisinde sindirim, emilim, taşıma, metabolizma ve gıdaların vücuttan atılması işlemlerini tanımlar.          |
| 4 | Diyet referans değerleri, gıda etiketleri için günlük değerler ve gıda planlamada besin piramidini kullanabilir.         |
| 5 | Gıda etiketlerini okur, beslenme biçimi ve kanser, beslenme biçimi ve şeker hastalığı arasındaki ilişki konusunu kavrar. |

**Program Çıktıları (Konaklama İşletmeciliği Programı)**

|    |                                                                                                                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Bilimsel ve mesleki etik değerlere sahip olmak.                                                                                    |
| 2  | Analitik ve eleştirel düşünce yeteneği kazanmak                                                                                    |
| 3  | Yaşam boyu yeni bilgi ve beceriler kazanma gerekliliği bilincine sahip olmak                                                       |
| 4  | Turizm sektörü ile ilgili temel kavramları bilmek.                                                                                 |
| 5  | Turizm ile doğal, kültürel ve sosyal çevre ilişkileri bilincine sahip olmak.                                                       |
| 6  | Alanında güncel konular ve yapılan araştırmaları takip edebilecek ve iletişim kurabilecek düzeyde yabancı dil bilgine sahip olmak. |
| 7  | İkinci bir yabancı dili orta düzeyde kullanabilmek.                                                                                |
| 8  | Ekip çalışması yapma becerisine sahip olmak.                                                                                       |
| 9  | Alanında bilişim teknolojilerini iyi düzeyde kullanabilme becerisine sahip olmak.                                                  |
| 10 | Alanında yönetsel bilgi birikimi ve beceriye sahip olmak.                                                                          |
| 11 | Turizm endüstrisinin gerektirdiği insan ilişkileri ve davranışları konusunda yetkin olmak.                                         |
| 12 | Alanında trendleri takip edebilmek.                                                                                                |
| 13 | Konaklama işletmeciliği alanında girişimcilik ve işletme kuruluş işlemleri konularına hakim olmak.                                 |
| 14 | Mesleğinin gerektirdiği konularda bilgi ve beceri sahibi olmak.                                                                    |
| 15 | Konaklama işletmelerinde kullanılan PC donanım ve ekipman hakkında bilgi sahibi olmak ve kullanabilmek.                            |
| 16 | Konaklama işletmelerinde sorunları saptama, çözümüne yönelik kararlar alma ve uygulama becerisine sahip olmak.                     |

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

|      | ÖÇ1 | ÖÇ2 | ÖÇ3 | ÖÇ4 | ÖÇ5 |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| PÇ1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ2  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   |
| PÇ3  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   |
| PÇ4  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   |
| PÇ5  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   |
| PÇ6  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ7  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ8  | 3   | 3   | 3   | 3   | 3   |
| PÇ9  | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ10 | 4   | 4   | 4   | 4   | 4   |
| PÇ11 | 2   | 2   | 2   | 2   | 2   |
| PÇ12 | 5   | 5   | 5   | 5   | 5   |
| PÇ13 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ14 | 5   | 5   | 5   | 5   | 5   |
| PÇ15 | 1   | 1   | 1   | 1   | 1   |
| PÇ16 | 5   | 5   | 5   | 5   | 5   |

