



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Beslenme İlkeleri II							
Ders Kodu		BDB102		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	5	İş Yüğü	120 (Saat)	Teori	2	Uygulama	0	Laboratuvar	2
Dersin Amacı		Vitamin ve minerallerin yapısı, özellikleri, sınıflandırılması, fonksiyonları, kaynakları, günlük alım önerileri, yetersizliği, aşırı alım ve toksisitelerini değerlendirmek, besinlerin vitamin-mineral içeriklerini değerlendirmek							
Özet İçeriğı		Vitamin ve minerallerin sağlıklı beslenmedeki önemi, yapısı, özellikleri, sınıflandırması, fonksiyonları, kaynakları, günlük alım önerileri, yetersizliği, aşırı alım ve toksisiteleri. Besinlerin vitamin ve mineral içerikleri, hazırlama ve pişirme yöntemleri sırasında oluşan besin ögesi kayıpları, bazı temel ve geleneksel yemek tarifelerinin beslenme ilkeleri uygun şekilde laboratuvar ortamında uygulanmasıdır							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Tartışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)		Dr. Öğr. Üyesi Ayçıl ÖZTURAN ŞİRİN							

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	20
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70
Laboratuvar	1	20

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Baysal, A. (2011) Beslenme (13.baskı). Ankara: Hatipoğlu Yayıncılık.
2	Mahan, L.K., Escott-Stump, S., Raymond, J. (2011) Krause's Food & the Nutrition Care Process (13.baskı). Washington: Elsevier.
3	Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi. (2015). T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü ve Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara.
4	Szefer, P., Nriagu JO. (2007). Mineral Components in Foods, (Ed by), CRC Press.
5	Zempleni J., Rucker RB., McCormick DB., Suttie JW. (2007). Handbook of Vitamins, (Ed by), Fourth Edition, CRC Press.
6	Berdarier, CD., Dwyer JT., Heber D. (2013). Handbook of Nutrition and Food (Ed by), Third Edition, CRC Press.
7	Wiseman G. (2002). Nutrition and Health (Ed by), First Edition, CRC Press.

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Su ve elektrolitler (Sodyum, Potasyum, Klor)
	Laboratuvar	Laboratuvarda genel çalışma ilkeleri
2	Teorik	Kalsiyum, Magnezyum, Fosfor, Kükürt
	Laboratuvar	Süt ve süt ürünleri ile ilgili uygulamalar Uygulamaların enerji ve besin ögesi içeriklerinin hesaplanması
3	Teorik	Demir, Bakır, İyot, Flor
	Laboratuvar	Et, tavuk ve balık ile ilgili uygulamalar Uygulamaların enerji ve besin ögesi içeriklerinin hesaplanması
4	Teorik	Çinko, Mangan, Krom ve diğerleri
	Laboratuvar	Besinlerin mineral içeriklerine göre değerlendirilmesi I
5	Teorik	A ve D vitaminleri
	Laboratuvar	Besinlerin mineral içeriklerine göre değerlendirilmesi II



6	Teorik	E ve K vitaminleri
	Laboratuvar	Besinlerin yağda çözünür vitamin içeriklerine göre değerlendirilmesi
7	Teorik	Tiamin, Riboflavin, Niasin vitaminleri
	Laboratuvar	Besinlerin suda çözünür vitamin içeriklerine göre değerlendirilmesi
8	Teorik	B6 vitamini, B12 vitamini, Folik asit
	Laboratuvar	Kurubaklagiller ile ilgili uygulamalar Uygulamaların enerji ve besin ögesi içeriklerinin hesaplanması
9	Teorik	C vitamini ve pantotenik asit
	Laboratuvar	Sebze ve meyveler ile ilgili uygulamalar Uygulamaların enerji ve besin ögesi içeriklerinin hesaplanması
10	Ara Sınav (Vize)	Ara sınav
11	Teorik	Diğer suda çözünen vitaminler
	Laboratuvar	Menü planlama uygulamaları
12	Teorik	Besin tüketim kayıtlarının sunumu
	Laboratuvar	Besin işleme yöntemlerine ilişkin uygulamalar
13	Laboratuvar	Laboratuvar Sınavı
14	Teorik	Besin tüketim kayıtlarının sunumu
	Laboratuvar	Besin tüketim kayıtlarının sunumu
15	Teorik	Besin tüketim kayıtlarının sunumu
	Laboratuvar	Besin tüketim kayıtlarının sunumu
16	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Final Sınavı

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
Laboratuvar	14	1	2	42
Kısa Sınav	5	2	0,5	12,5
Ara Sınav	1	10	2	12
Dönem Sonu Sınavı	1	10	2	12
Toplam İş Yüğü (Saat)				120
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				5

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Su ve elektrolitlerin vücut çalışmasındaki önemini öğrenir
2	Vitamin ve minerallerin insan beslenmesindeki önemini kavrar
3	Vitamin ve mineral içerikleri yönünden besinleri değerlendirir
4	Farklı yaş ve cinsiyete göre günlük vitamin ve mineral gereksinimlerini ve bunları sağlayacak besin çeşit ve miktarlarını öğrenir ve diyet örüntüsünü bu açıdan yorumlar
5	Menü planlamayı etkileyen etmenleri öğrenir ve menü planlama becerisini geliştirir
6	Besin işleme-saklamanın önemini ve yöntemlerini öğrenir



Program Çıktıları (Beslenme ve Diyetetik Programı)

1	Beslenme ve diyetetik alanındaki temel bilgi ve kanıta dayalı güncel gelişmeleri araştırma, uygulama, doğruluk, güvenilirlik ve geçerliliğini değerlendirme bilgisine sahiptir.
2	Bireylerin enerji ve besin ögesi gereksinimlerini bilimsel yöntemlerle saptama, yeterli ve dengeli beslenme kuralları doğrultusunda bireye özgü beslenme plan ve programını geliştirebilme bilgisine sahiptir
3	Toplumsal beslenme durumunun saptanmasına yönelik yöntemleri kullanarak, sağlığın korunması, iyileştirilmesi ve geliştirilmesi için besin ve beslenme plan ve politikası geliştirebilme bilgisine sahiptir.
4	Hasta bireylerin beslenme durumlarını değerlendirme ve klinik bulgularına dayalı olarak beslenme açısından yorumlayabilme ve hastaya özgü tıbbi beslenme tedavileri geliştirebilme bilgisine sahiptir
5	Üretim tüketim zincirinde birey ve toplumun besin kalitesine etki eden etmenleri değerlendirebilme ve besin güvenliği, güvencesine yönelik standartlar ve yasal düzenlemeleri uygulayabilme bilgisine sahiptir.
6	Beslenme ve Diyetetik alanıyla ilgili temel bilgileri derinlemesine düşünüp uygulamaya geçirmek, özellikle problem çözme ve karar verme becerisine sahip olmak, araştırma projesi oluşturabilmek, bilgi toplama ve rapor hazırlama sürecinde güncel teknolojileri, bilgisayar ve bilgi işlem becerilerini kullanır.
7	Beslenme ve Diyetetik alanında edindiği güncel bilgi ve becerileri kullanarak bireyin, toplumun ve hastanın beslenme durumunu saptar, değerlendirir, yorumlar, çözüm yolları üretir, tıbbi beslenme tedavisi uygular, sağlık ve sosyal alanlarda ulusal ve uluslararası tüm paydaşlarla ekip çalışması yapar, etik kurallara göre hareket eder.
8	Hedef grubun enerji ve besin ögesi gereksinimlerini göz önünde tutarak, beslenme ve diyetetik açısından değerlendirerek, toplu beslenme yapılan kurumlarda menü planlaması yapar ve yiyeceklerin satın alınmasından servisine kadar tüm aşamalarda besin güvenliğine dikkat ederek, uygun hizmet sunumunu teknolojik gelişmelerden de faydalanarak sağlar.
9	Bireyi ve toplumu güvenli ve sağlıklı yiyecekler seçmeye teşvik edecek stratejiler geliştirir, uygular, ilgili eğitim materyallerini hazırlar ve günceller.
10	Ürün geliştirme, besin analizi ve kalitesini etkileyen etmenlere yönelik laboratuvar uygulamaları yapar, yorumlar ve yasal düzenlemelere göre değerlendirir.
11	Tüm yaşam döngüsü boyunca bireylerin ve toplumun sağlıklı beslenme bilincinin oluşturulması ve bilgi düzeyinin artırılmasına yönelik araştırma, proje ve programları planlar, yönetir, değerlendirir, izler, raporlar ve ekip çalışmalarına liderlik eder, ulusal ve uluslararası besin ve beslenme plan ve politikalarının oluşturulmasına destek verir.
12	Görevini mesleki sorumluluk ve etik değerler çerçevesinde gerçekleştirir, yaşam boyu öğrenmenin önemini benimseyerek bilim, teknoloji ve sağlık konusundaki gelişmeleri takip ederek kendini sürekli geliştirir, diyetisyenlik mesleğinin ilerlemesini ve gelişmesini sağlar.
13	Beslenme ve Diyetetik alanında bireysel ve/veya ekip çalışmalarındaki uygulamaların doğruluğunu göstermek için bilgilerini kullanır, gerekçeler ve kanıtlar sunarak düşünce ve görüşlerini sözlü ve yazılı olarak açık bir şekilde ifade eder ve tüm paydaşlarla etik ilkeler doğrultusunda etkili iletişim kurar.
14	Farklı yaş gruplarındaki hasta bireylerin sosyokültürel ve ekonomik yapısını, beslenme alışkanlıklarını dikkate alarak interdisipliner yaklaşım içerisinde bireye uygun tıbbi beslenme tedavisini planlar, uygular, izler ve değerlendirir. Klinik araştırmalara katılır.

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

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

