



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Diyet, Beslenme ve Sağlık							
Ders Kodu		YII506		Ders Düzeyi		Yüksek Lisans			
AKTS Kredi	5	İş Yüğü	123 (Saat)	Teori	3	Uygulama	0	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Diyet ve beslenmenin temel ilkeleri üzerinde durulur. Sağlığı etkileyen beslenme alışkanlıkları incelenir.							
Özet İçeriğı		Diyet ve beslenme ile ilgili yeni trendler ve araştırmalara odaklanılır. Öğrencilerin konu hakkında ilgilerini çeken başlıkları derinlemesine araştırmaları teşvik edilir.							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir)							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	60

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Karatay Diyeti, Prof. Dr. Canan Karatay
2	Karatay Mutfağı, Prof. Dr. Canan Karatay

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Ön Hazırlık	Dersin hedefleri ve öğrencilerin kendilerini tanıtmaları
2	Teorik	Diyet ve beslenmenin literatürdeki tanımları. Bu başlıklar altındaki son trendler.
3	Teorik	Hormonlar ve beslenme arasındaki ilişkiler
4	Teorik	Karbonhidratlar
5	Teorik	Proteinler
6	Teorik	Vitaminler
7	Teorik	Mineraller
8	Teorik	GDO ve sağlığa etkileri
9	Teorik	Sınav
10	Teorik	Gıdalarda kullanılan katkı maddeleri
11	Teorik	Gıda intoleransları; laktose ve gluten alerjileri
12	Teorik	Su ve beslenmedeki önemi
13	Teorik	Vegetaryan diyet ve beslenme
14	Teorik	Beslenme ve Sağlık ilişkisi
15	Teorik	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	3	3	84
Ara Sınav	1	15	2	17



Dönem Sonu Sınavı	1	20	2	22
Toplam İş Yüğü (Saat)				123
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				5
*25 saatlik iş yükü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Diyet ve beslenmenin temel ilkelerini tanımlar.
2	Diyet ve beslenmenin sebep olduğu sağlık sorunları hakkında araştırma yapabilir.
3	Hormonların beslenme ile ilişkisinin farkındadır ve daha detaylı araştırabilir. .
4	GDO nun insan sağlığı üzerine etkisini genel olarak bilir.
5	Katlı maddeleri ve kimyasalların gıdalarda nasıl kullanıldığı hakkında farkındalığı yüksektir.

Program Çıktıları (Yiyecek İçecek Yönetimi ve Mutfak Sanatları Tezsiz Yüksek Lisans (İÖ) Programı)

1	Yiyecek İçecek alanında lisans düzeyindeki yeterliliklerine dayalı olarak turizm işletmeciliği alanındaki bilgilerini uzmanlık düzeyinde geliştirir ve turizm işletmeciliğinin disiplinler arası yapısı bağlamında farklı disiplinlerin bakışı ile sektörü değerlendirebilir.
2	Yiyecek- İçecek işletmeciliği alanındaki bir probleme ilişkin çalışma yaparken sektörün hem sosyo-ekonomik etkilerini hem de işletmecilikle ilgili sorunlarını birbirleri ile etkileşim içerisinde ayrı ayrı analiz eder.
3	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanında daha önce ortaya koyulmamış belli konularda bilgi üretmek adına birincil veri kaynaklarına yönelik çalışma yapar.
4	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanında ortaya çıkan güncel gelişmeleri ve kendi çalışmalarını, alanındaki ve dışındaki gruplara, yazılı, sözlü ve görsel olarak sistemli bir şekilde aktarır.
5	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanındaki bir problemi, bağımsız olarak kurgular, çözüm yöntemi geliştirir, sonuçları değerlendirir ve alanına ilişkin projelerde, proje yürütücüsü veya katılımcısı olarak görev alır.
6	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanında belli konularda strateji ve uygulama planları geliştirir ve elde edilen sonuçları değerlendirir; işletmenin görev aldığı alanlara ilişkin vizyon, amaç ve hedefleri belirler.
7	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanında edindiği bilgi ve becerilere eleştirel bir gözle yaklaşır, sorgular ve sorunların tespiti, analizi ve çözümünde analitik yaklaşımı uygulayarak çok yönlü araştırma gerçekleştirir.
8	Yiyecek İçecek işletmelerinde görev aldığı alanla ilgili olarak sürekli kendini yeniler ve geliştirir.
9	Veri toplanması, yorumlanması, duyurulması aşamalarında bilimsel, sosyal ve etik değerleri gözeterek bu değerleri öğretebilir ve denetleyebilir.
10	En az bir yabancı dilde turizm literatürünü takip etme yeteneğine sahiptir.
11	Yiyecek İçecek işletmelerinin departmanları ile ilgili gelişmelerde paylaşıma açıktır ve bilgilerini paylaşır.
12	Yiyecek İçecek işletmelerinde kullanılan bilgi teknolojileri hakkında bilgi sahibidir ve bu teknolojileri kullanır.
13	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanındaki ortaya koyulmuş mevcut verileri kullanarak bilimsel yöntemlerle bilgiyi geliştirir, bilimsel, toplumsal ve etik sorumluluk ile kullanır.
14	Yiyecek İçecek işletmeciliği alanında özümlediği bilgiyi ve problem çözme yeteneklerini, disiplinler arası çalışmalarda uygular.

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

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

