



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BESLENME VE DİYETETİK ANABİLİM DALI
BESLENME VE DİYETETİK PROGRAMI
BESLENME VE DİYETETİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS (İÖ) PROGRAMI
DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı	İleri Beslenmede Besin Grupları								
Ders Kodu	BDY524			Ders Düzeyi			Yüksek Lisans		
AKTS Kredi	5	İş Yüğü	131 (Saat)	Teori	2	Uygulama	2	Laboratuvar	0
Dersin Amacı	Temel besin gruplarının (sırasıyla süt ve süt ürünleri; et, tavuk, balık ve ürünleri, yumurta, kurubaklagiller, yağlı tohumlar; sebze ve meyveler; ekmek ve tahıl ürünleri; yağlar ve şekerler) genel özelliklerini incelemek; temel hazırlama ve pişirme ilkelerini tartışmak; farklı yaş ve cinsiyete göre günlük alım önerilerini incelemek; besin ögesi içerikleri bakımından karşılaştırmak; bu besin gruplarında yer alan besinlerin sağlıklı beslenmedeki yerini değerlendirmektir.								
Özet İçeriği	Besin gruplarında yer alan besinlerin tanımlanması, sınıflandırılması, fizikokimyasal özellikleri, günlük alım önerileri, enerji ve besin ögesi içerikleri, sağlık üzerine etkileri incelenecektir.								
Staj Durum	Yok								
Öğretim Yöntemleri	Anlatım (Takrir), Tartışma, Bireysel Çalışma								
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)									

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	20
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	60
Ödev	5	20

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Whitney E., Rolfes SR. (ed). Understanding Nutrition, 12th edition, Wadsworth, Cengage learning, 2011.
2	Brown A. Understanding Food Principles and Preparation, 4th edition, Wadsworth, Cengage learning, 2011.
3	Konu ile ilgili güncel bilimsel yayınlar

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Teorik	Temel besin gruplarının tanımlanması, fiziko kimyasal özellikleri
2	Teorik	Süt ve süt ürünlerinin enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
3	Teorik	Süt ve süt ürünlerinin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri
4	Teorik	Et ve et ürünlerinin enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
5	Teorik	Et ve et ürünlerinin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri -I
6	Teorik	Et ve et ürünlerinin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri -II
7	Ara Sınav (Vize)	Ara Sınav (teorik)
8	Teorik	Sebze ve meyvelerin enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
9	Teorik	Sebze ve meyvelerin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri
10	Teorik	Ekmek ve tahıl ürünlerinin enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
11	Teorik	Ekmek ve tahıl ürünlerinin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri
12	Teorik	Yağların enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
13	Teorik	Yağların günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri
14	Teorik	Şekerlerin enerji - besin ögesi içerikleri ve hazırlama - pişirme ilkeleri
15	Teorik	Şekerlerin günlük alım önerileri ve sağlık üzerine etkileri
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
Uygulamalı Ders	14	1	2	42
Ödev	5	5	1	30
Ara Sınav	1	5	1	6



Dönem Sonu Sınavı	1	10	1	11
	Toplam İş Yüğü (Saat)			131
	Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi			5
*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.				

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Temel besin gruplarında yer alan besinlerin genel özelliklerini tartışır.
2	Besinlerin fizikokimyasal özellikleri ile ilgili bilgileri yorumlar.
3	Besin gruplarında yer alan besinlerin hazırlama ve pişirme ilkelerini sağlık açısından değerlendirir.
4	Farklı yaş ve cinsiyete göre önerilen günlük alım miktarlarını tartışır.
5	Besinlerin enerji ve besin ögesi içeriklerini karşılaştırır.
6	Besinlerin sağlıklı beslenmedeki yerini değerlendirir.
7	Edinilen bilgileri analiz etme ve sunma becerisini kazanır.

Program Çıktıları (Beslenme ve Diyetetik Tezsiz Yüksek Lisans (İÖ) Programı)

1	Beslenme ve Diyetetik alanındaki temel bilgiye sahiptir.
2	Mezuniyet süresince/sonrasında kurum içi, ulusal ve uluslararası bilimsel toplantılara katılır
3	Beslenme ve Diyetetik alanındaki bilimsel bilgiye ulaşma, güncel literatürü izleme, değerlendirme ve uygulayabilme bilgisine sahiptir
4	Birey olarak görev, hak ve sorumlulukları ile ilgili yasa, yönetmelik, mevzuata ve mesleki etik kurallarını öğrenir ve uygular.
5	Kalite yönetimi ve süreçlerine uygun davranır ve bu süreçlere katılır

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	3	3	3	4	4	4	3
PÇ2	3	4	4	4	3	3	3
PÇ3	3	4	3	3	4	3	3
PÇ4	3	4	3	4	3	3	4
PÇ5	3	3	3	4	4	4	3

