

TOROS ÜNİVERSİTESİ

Meslek Yüksekokulu
Ağız Ve Diş Sağlığı

Ders Bilgileri

TEMEL BESLENME İLKELERİ					
Kodu	Dönemi	Teori	Uygulama	Ulusal Kredisi	AKTS Kredisi
		Saat / Hafta			
SADS151	Güz	2	0	2	2

Ön Koşulu Olan Ders(ler)	
Dili	Türkçe
Türü	Seçmeli
Seviyesi	Ön Lisans
Öğretim Elemanı(ları)	Öğr. Gör. Başak ÖNCEL
Öğretim Sistemi	Yüz Yüze
Önerilen Hususlar	
Staj Durumu	Yok
Amacı	Beslenmenin tanımı ve sağlık ile ilişkisi; besin öğeleri ve beslenmede ki öneminin kavranması. Makro besin öğelerinin yapısı, sınıflandırılması, fonksiyonları, kaynakları, günlük gereksinimleri. Mikro besin öğelerinin yapısı, sınıflandırılması, fonksiyonları, kaynakları, günlük gereksinimleri. Yeterli ve dengeli beslenme. Enerji metabolizması. Fonksiyonel gıdalar ve özel durumlarda beslenme.
İçeriği	Beslenmenin tanımı ve sağlık ile ilişkisi; besin öğeleri ve beslenmede ki öneminin kavranması. Makro besin öğelerinin yapısı, sınıflandırılması, fonksiyonları, kaynakları, günlük gereksinimleri. Mikro besin öğelerinin yapısı, sınıflandırılması, fonksiyonları, kaynakları, günlük gereksinimleri. Yeterli ve dengeli beslenme. Enerji metabolizması. Fonksiyonel gıdalar ve özel durumlarda beslenme.

Dersin Öğrenim Çıktıları

#	Öğrenim Çıktıları
1	Yeterli ve dengeli beslenmenin önemi
2	Besin öğelerinin yapısı ve insan metabolizmasında etki mekanizması
3	Vücut fonksiyonları açısından beslenmenin önemi
4	Özel durumlarda beslenmenin öneminin kavranması

Haftalık Ayrıntılı Ders İçeriği

#	Konular	Öğretim Yöntem ve Teknikleri
1	Beslenmenin tanımı, önemi ve sağlık ilişkileri	Anlatma,tartışma,sunum
2	Besin Öğeleri ve Besin Öğelerinin Sınıflandırılması	Anlatma,tartışma,sunum
3	Karbonhidratlar	Anlatma,tartışma,sunum
4	Proteinler	Anlatma,tartışma,sunum
5	Yağlar	Anlatma,tartışma,sunum
6	Enzimler	Anlatma,tartışma,sunum
7	Enerji Metabolizması	Anlatma,tartışma,sunum
8	ARA SINAV	Yazılı
9	Vitaminler	Anlatma,tartışma,sunum
10	Su ve mineraller	Anlatma,tartışma,sunum
11	Besin Grupları ve Besin Piramidi	Anlatma,tartışma,sunum

12	Yeterli ve Dengeli Beslenme Etmenleri	Anlatma,tartışma,sunum
13	Gıda Katkı Maddeleri	Anlatma,tartışma,sunum
14	Fonksiyonel Gıdalar	Anlatma,tartışma,sunum
15	Özel durumlarda beslenme	Anlatma,tartışma,sunum
16	Son Sınav	Yazılı

Resources

#	Malzeme / Kaynak Adı	Kaynak Hakkında Bilgi	Referans / Önerilen Kaynak
1	Prof.Dr. Sıdıka BULDUK,Beslenme İlkeleri ve Mönü Planlama,Delta Yayıncılık,2013		
2	İlbelge Saldamlı, Gıda Kimyası, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, 2007		
3			

Ölçme ve Değerlendirme Sistemi

#	Ağırlık	Çalışma Türü	Çalışma Adı
1	%40	Ara Sınav	Ara Sınav
2	%60	Son Sınav	Son Sınav

Dersin Öğrenim Çıktıları ve Program Yeterlilikleri ile İlişkileri

#	Öğrenim Çıktıları	Program Çıktıları	Ölçme ve Değerlendirme
1	Yeterli ve dengeli beslenmenin önemi	3,5,14	1,2
2	Besin öğelerinin yapısı ve insan metabolizmasında etki mekanizması	4,12,14	1,2
3	Vücut fonksiyonları açısından beslenmenin önemi	4	1,2
4	Özel durumlarda beslenmenin öneminin kavranması	4	1,2

Not: Ölçme ve Değerlendirme sütununda belirtilen sayılar, bir üstte bulunan Ölçme ve Değerlendirme Sistemi başlıklı tabloda belirtilen çalışmaları işaret etmektedir.

İş Yükü Detayları

#	Etkinlik	Adet	Süre (Saat)	İş Yükü
1	Ders Süresi	14	2	28
2	Sınıf Dışı Ders Süresi (Ön çalışma, pekiştirme)	0	0	0
3	Sunum ve Seminer Hazırlama	0	0	0
4	İnternette tarama, kütüphane ve arşiv çalışması	0	0	0
5	Belge/Bilgi listeleri oluşturma	0	0	0
6	Atölye	0	0	0
7	Ara Sınav için Hazırlık	1	1	1
8	Ara Sınav	1	1	1
9	Kısa Sınav	0	0	0
10	Ödev	0	0	0
11	Ara Proje	0	0	0
12	Ara Uygulama	0	0	0
13	Son Proje	0	0	0
14	Son Uygulama	0	0	0
15	Son Sınav için Hazırlık	1	1	1

16	Son Sınav	1	1	1
				32