

Bölüm BESLENME VE DİYETETİK		Öğretim Yılı 2020- 2021	Tarih 16.09.2022
Ders Kodu BES 201	Ders Adı Beslenme İlkeleri I	Dönem / Yıl Güz / 2.Sınıf	AKTS Kredisi 6
Ders Dili	Türkçe		
Durum	Zorunlu		
Ön Şartlar	Yok		
Dersin Adresi			
Kredi	Teori	Uygulama	Laboratuvar
4	3	2	
Öğretim Elemanı			
Ders İçeriği	İnsan beslenmesinde temel olan besin öğeleri ve besin öğesi olmayan, fakat sağlığı olumlu etkileyen öğelerin türlerini, kimyasal yapılarını, kaynaklarını, insan vücudundaki işlevlerini, yetersizlik ve aşırı alımlarla oluşan sorunları, gereksinimleri, birbiriyle ve diğer öğelerle etkileşimlerini incelemektedir.		
Ders Planı			
Hafta	Konular		
1	Dersin amacı, kapsamı, çalışma yöntemleri, genel tanım ve kavramlar		
2	Karbonhidratlar: Tanımı, kimyası, özellikleri, kaynakları, sindirimi, emilimi ve metabolizması, gereksinimler, yetersiz ve aşırı alıma ilişkin sorunlar		
3	Proteinler: Tanımı, kimyası, özellikleri, kaynakları, kalitesi, sindirimi, emilimi ve metabolizması, gereksinimler, yetersiz ve aşırı alıma ilişkin sorunlar		
4	Lipitler: Tanımı, kimyası, özellikleri, kaynakları, sindirimi, emilimi ve metabolizması, gereksinimler, aşırı ve dengesiz alım sorunları		
5	Enerji Metabolizması: Enerji dengesi, besinlerin enerji değeri, enerji harcaması, enerji dengesi ve dengesizliği sorunları		
6	Su ve elektrolitler: Su dengesinin önemi, su kaybını etkileyen faktörler, dehidrasyon ve zararları, önlenmesi ve tedavisi		
7	Genel tekrar		
8	ARA SINAV		
9	Mineraller: Kalsiyum, fosfor, magnezyum işlevleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizliği sorunları		
10	Mineraller: Demir, çinko, selenyum, bakır, manganez işlevleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizliği sorunları		
11	Vitaminler: genel bakış, A vitamini ve karotenoidler kimyası, özellikleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizlik sorunları		
12	Vitaminler: D, E, K vitaminleri kimyası, özellikleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizlik sorunları		
13	Vitaminler: B vitaminleri-tiamin, riboflavin, niasin kimyası, özellikleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizlik sorunları		
14	Vitaminler: B6 vitamini, folik asit, B12 vitamini kimyası, özellikleri, kaynakları, emilim ve metabolizmaları, gereksinim, yetersizlik sorunları		
15	GENEL SINAVLAR		
Ders Kitapları / Kaynaklar	Beslenme. Baysal A., Hatiboğlu Yayınevi, 12. Baskı, Ankara, 2010.		
Yardımcı Kaynaklar	Shils ME, Olson JA, Shihe M, Ross AC. Modern Nutrition in Healthy and Disease. Ninth edition, Lippincott Williams and Wilkins, 1999.		
Değerlendirme Ölçütleri	Adet	Adet	Yüzde (%)
	Ara Sınavlar		
	Kısa Sınavlar		
	Ödevler		
	Projeler		
	Dönem Ödevi		
	Laboratuvar		
	Diğer		
	Dönem Sonu Sınavı		
Değerlendirme Ölçütleri Hakkında			
İçerik Ağırlıkları Yüzdesi (%)	Matematik ve Temel Bilimler		
	Mühendislik Bilimleri		
	Mühendislik Tasarımı		
	Sosyal Bilimler		
Ders Çıktıları (Kazanımlar)			
Dersin Hedefleri	Bu dersin sonunda öğrenciler besinlerin içinde bulunan karbonhidrat, protein, yağ, vitamin ve minerallerin kimyası, özellikleri, kaynakları, sindirimi, emilimi ve metabolizması, gereksinimler, aşırı ve dengesiz alım sorunları ile besinlerin enerji değeri, enerji harcaması, enerji dengesi ve dengesizliği, sorunları, beslenme ve sağlık etkileşimi boyutundaki konuları öğrenerek mesleki alt yapılarını oluşturacaklardır.		
Dersin İşleniş Biçimi	Ders planı çerçevesinde konuların öğrenciye anlatılması. Karşılıklı etkileşim sağlanarak öğrencinin derse ilgisini geliştirmek Laboratuvar çalışmaları ile ders planına uygun uygulama yapılır. Grup tartışması soru cevap yoluyla öğrencin düşünme analiz yeteneğini geliştirme imkanı da sağlamak.		
Dersin program çıktıları ile olan ilişkisi			
Program çıktıları	1	2	3
1	Besin gruplarını bilir		X
2	Besin gruplarının organizmadaki işleyişini değerlendirir		X
3	Beslenme bozukluğu hastalıklarının etiyolojilerini tahmin edebilir		X
4	Hastalıklarda beslenme konusunda bilgi sahibi olur	X	
5	Dengeli beslenme konusunda bilgi sahibi olur		X
Dersin Katkısı : 1: Hiç 2: Kısmi 3: Tümüyle			

Prof. Dr. Gökçe KAYA
Beslenme ve Diyetetik Bölümü
Bölüm Başkanı