

GENEL TANIM / GENERAL DESCRIPTION

Ders Adı / Course Name	NUTRITION PRINCIPLES / NUTRITION PRINCIPLES	
Ders Kodu / Course Code	UGT1362016272	
Ders Türü / Course Type		
Ders Seviyesi / Course Level	Associate / Associate	
Ders Akts Kredi / ECTS	3.00	
Haftalık Ders Saati (Kuramsal) / Course Hours For Week (Theoretical)	3.00	
Haftalık Uygulama Saati / Course Hours For Week (Objected)	0.00	
Haftalık Laboratuar Saati / Course Hours For Week (Laboratory)	0.00	
Dersin Verildiği Yıl / Year	1	
Öğretim Sistemi / Teaching System	Formal Education / Formal Education	
Eğitim Dili / Education Language	Turkish / Turkish	
Ön Koşulu Olan Ders(ler) / Precondition Courses	Yok	None
Amacı / Purpose	Beslenmenin tanımı,beslenme ve sağlık etkileşimi, beslenmenin tarihçesi, beslenme biliminin gelişim süreci, temel tanımlar, makro besin öğelerinin kimyası, özellikleri, kaynakları, sindirimi, emilimi ve metabolizması, gereksinimler, aşırı ve dengesiz alım sorunları.	Definition of nutrition, nutrition and health interaction, history of nutrition, development process of nutrition science, basic definitions, chemistry, characteristics, sources, digestion, absorption and metabolism of macro nutrients, requirements, over and unbalanced intake problems.
İçeriği / Content	Yeterli ve dengeli beslenme, besin grupları, yaşam boyu beslenme, menü planlama ve gıda alerjileri	Sufficient and balanced nutrition, food groups, life-style nutrition, menu planning and food allergies
Önerilen Diğer Hususlar / Recommended Other Considerations	Yok	None
Staj Durumu / Internship Status	Yok	None
Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar / Books / Materials / Recommended Reading	Beslenme İlkeleri (Prof. Dr. Mustafa TAYAR, Doç. Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ, Uzman Diyetisyen H. Elif ÖZKELEŞ) Genişletilmiş 3. Baskı, Dora Yayıncılık, 2015, BURSA.	Beslenme İlkeleri (Prof. Dr. Mustafa TAYAR, Doç. Dr. Nimet HAŞIL KORKMAZ, Uzman Diyetisyen H. Elif ÖZKELEŞ) Genişletilmiş 3. Baskı, Dora Yayıncılık, 2015, BURSA.
Öğretim Üyesi (Üyeleri) / Faculty Member (Members)	Yrd. Doç. Dr. Hilal TOZLU ÇELİK	

ÖĞRENME ÇIKTILARI / LEARNING OUTCOMES

1	Tahıllar, kurubaklagiller ve yağlı tohumların besin değerlerini, sağlıklı pişirme ve saklama yöntemlerini bilir.	Know the nutritional values of cereals, legumes and oil seeds, how to cook and store healthy.
2	Besin gruplarını, bu gruplardan yer alan besin çeşitlerini ve besin değerlerini bilir.	Know food groups, food types and nutritional values in these groups
3	Et ve çeşitleri, yumurtanın beslenme ve sağlık önemini bilir. Besin değerini koruma yöntemlerini bilir ve uygular.	Meat and varieties, nutrition and health of the egg knows the importance. Knows and applies methods of conservation of nutritional value.
4	Süt ve süt ürünlerinin beslenmedeki önemini ve kullanıldığı yerleri bilir.	Know the importance of milk and dairy products for feeding and the places where they are used.

HAFTALIK DERS İÇERİĞİ / DETAILED COURSE OUTLINE

Hafta / Week					
1	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Besin grupları, bu gruplarda yer alan besinlerin özellikleri, diyet tedavilerinde besin gruplarının kullanılması				
	Food groups, nutritional properties of these groups, the use of food groups at dietary treatments				
2	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Besin hijyeni, besinlerde bozulmaya yol açan fiziksel, biyolojik ve kimyasal etkenler, besinlerle bulaşan hastalıklar ve korunma yolları, gıda güvenliği				
	Food hygiene, foods, physical, biological and chemical factors leading to deterioration of the foods, and prevention of food-borne diseases, food safety				
3	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Süt ve süt ürünleri; tanımı, bileşimi, beslenme ve sağlık bakımından önemi				
	Milk and milk products; definition, composition, and the importance of milk products for nutrition and health care				
4	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yumurta; tanımı, bileşimi, beslenmedeki önemi				
	Eggs; definition, composition, nutritional importance				
5	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Et ve et çeşitleri; tanımı, yapısı, beslenmedeki önemi; satın alınması, pişirilmesi ve saklanması dikkat edilecek hususlar				
	Meat and meat varieties, definition, its nature and nutritional importance, purchase, cooking and storing principals to be considered				

6	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Kuru baklagiller; tanımı, bileşimi, beslenmedeki önemi, pişirilmesi ve saklanması yöntemleri				
	Dried leguminous vegetables; definition, composition, importance for nutrition, cooking and preservation methods.				
7	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yağlı tohumlar ve sert kabuklu meyveler; tanımı, bileşimi, beslenmede kullanılması ve saklama yöntemleri				
	Seeds and nuts; definition, composition, nutritional importance, handling and storage methods.				
8	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Ara sınav				
	Midterm exam				
9	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Tahıllar; tanımı, yapısı, beslenmedeki önemi.Tahılların kullanılma şekilleri. Satın alınması, pişirilmesi ve saklanmasında dikkat edilecek hususlar				
	Cereals; definition, structure, nutritional importance, healthy methods for preparing, cooking and storing of cereals to be considered.				
10	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sebze ve meyveler; Tanımı, yapısı, besin değerleri, beslenme ve sağlık bakımından önemi				
	Vegetables and fruits. Definition, structure, nutrient composition, its importance for nutrition and health care.				
11	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Sebze ve meyvelerin pişirilmesindeki ilkeler, pişirme sırasında oluşan değişiklikler, yemeklerde kullanılması ve saklanma yöntemleri,				
	Cooking principles for vegetables and fruits, changes that occur during cooking, cooking and storage method used,				

12	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yağlar ve tatlılar; tanımı, çeşitleri, özellikleri, beslenmede kullanılması, saklama yöntemleri.				
	Fats and sweets; definition, types, characteristics, the use at nutrition, methods of preservation				
13	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Katkı maddeleri; tanımı, çeşitleri, kullanma amaçları. Besinlerin zenginleştirilmesi, çeşitleri, uygulanan yöntemler				
	Additives; definition, types, purposes of use. Enrichment of nutrients, types and methods used.				
14	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Yaş ve cinsiyete göre beslenme				
	Nutrition by age and sex				
15	Teorik Dersler / Theoretical	Uygulama	Lab	Öğretim Yöntem ve Teknikleri/Teaching Methods Techniques	Ön Hazırlık / Preliminary
	Gıda kaynaklı alerjiler				
	Food-borne allergies				

DEĞERLENDİRME / EVALUATION

	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	40
Derse Katılım / Attending Lectures	14	20
Soru-Yanıt / Question-Answer	14	20
Bireysel Çalışma / Self Study	1	10
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	1	10
Toplam / Total:	31	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		40
	Sayı / Number	Katkı Yüzdesi / Percentage of Contribution (%)
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	1	40
Final Sınavı / Final Examination	1	60
Toplam / Total:	2	100
Başarı Notuna Katkı Yüzdesi / Contribution to Success Grade(%):		60
Etkinliklerinin Başarı Notuna Katkı Yüzdesi(%) Toplamı / Total Percentage of Contribution (%) to Success Grade:		100
Değerlendirme Tipi / Evaluation Type:		

İŞ YÜKÜ / WORKLOADS

Etkinlikler / Workloads	Sayı / Number	Süresi (Saat) / Duration (Hours)	Toplam İş Yüğü (Saat) / Total Work Load (Hour)
Ara Sınav / Midterm Examination	1	8.00	8.00
Final Sınavı / Final Examination	1	10.00	10.00
Derse Katılım / Attending Lectures	12	2.00	24.00
Soru-Yanıt / Question-Answer	10	1.00	10.00
Bireysel Çalışma / Self Study	10	2.00	20.00
Ara Sınav İçin Bireysel Çalışma / Individual Study for Mid term Examination	5	2.00	10.00
Final Sınavı için Bireysel Çalışma / Individual Study for Final Examination	5	2.00	10.00
Toplam / Total:	44	27.00	92.00
Dersin AKTS Kredisi = Toplam İş Yüğü (Saat) / 30.00 (Saat/AKTS) = 92.00/30.00 = 3.07 ~ / Course ECTS Credit = Total Workload (Hour) / 30.00 (Hour / ECTS) = 92.00 / 30.00 = 3.07 ~			

PROGRAM VE ÖĞRENME ÇIKTISI / PROGRAM LEARNING OUTCOMES

Öğrenme Çıktıları / Learning Outcomes	Program Çıktıları / Program Outcomes														
	1.1.1	1.1.2	1.1.3	1.1.4	1.1.5	1.1.6	1.1.7	1.1.8	1.1.9	1.1.10	1.1.11	1.1.12	1.1.13	1.1.14	1.1.15
1.Tahıllar, kurubaklagiller ve yağlı tohumların besin değerlerini, sağlıklı pişirme ve saklama yöntemlerini bilir. / Know the nutritional values of cereals, legumes and oil seeds, how to cook and store healthy.	4	4	4	3	3	5	5	3	4	5	4	3	4	4	5
2.Besin gruplarını, bu gruplardan yer alan besin çeşitlerini ve besin değerlerini bilir. / Know food groups, food types and nutritional values in these groups	4	4	4	4	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5
3.Et ve çeşitleri, yumurtanın beslenme ve sağlık önemini bilir. Besin değerini koruma yöntemlerini bilir ve uygular. / Meat and varieties, nutrition and health of the egg knows the importance. Knows and applies methods of conservation of nutritional value.	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	5	5	5
4.Süt ve süt ürünlerinin beslenmedeki önemini ve kullanıldığı yerleri bilir. / Know the importance of milk and dairy products for feeding and the places where they are used.	5	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	5	5

Katkı Düzeyi / Contribution Level : 1-Çok Düşük / Very low, 2-Düşük / Low, 3-Orta / Moderate, 4-Yüksek / High, 5-Çok Yüksek / Very high