

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

Esencijalni sastojci hrane

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:

ne popunjavati

3. Ciklus studija:

2

4. Bodovna vrijednost ECTS:

6

5. Status nastavnog predmeta: Obavezni Izborni**6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:**

Preporučeni prethodno odslušani predmet Nauka o hrani, Biohemija hrane, i predmeti sličnog sadržaja

7. Ograničenja pristupa:

nema

8. Trajanje / semestar:

1

1

9. Sedmični broj kontakt sati:

9.1. Predavanja:

3

9.2. Auditorne vježbe:

1

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

0

10. Fakultet:

Tehnološki fakultet

11. Odsjek / Studijski program:

Nutricionizam/Prehrambena tehnologija

12. Odgovorni nastavnik:

dr sc Midhat Jasic red.prof.

13. E-mail nastavnika:

jasic_midhat@yahoo.com

14. Web stranica:

www.tf.untz.ba; www.hranomdozdravlja.com

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Studenti u toku kursa stiču znanja o značaju esencijalnih sastojaka hrane i njihove uloge u prehrani zdravih i bolesnih osoba. Specifični ciljevi su:

1. Izgradnja stručnog pristupa u rješavanju problema unosa esencijalnih sastojaka hrane i njihovog utjecaja na zdravlje
2. Razvoj spoznaje o esencijalnim sastojcima hrane multidisciplinarno naslonjenoj na stečena znanja iz: nauke o hrani, bihonomiji hrane, aktivnih komponenti hrane.
3. Razvoj sposobnosti korištenja terminologije komuniciranja i prezentiranja u oblasti poznavanja esencijalnih sastojaka hrane

16. Ishodi učenja:

Znanja potrebna o esencijalnim sastojcima hrane i njihovom uticaju na zdravlje te znanja o proizvodnji nutritivno vrijednih namirnica i proizvoda sa dodanim vrijednostima .

Po završetku kursa student stiče osnovne kvalifikacije neophodne prepoznavanje nutritivnog kvaliteta namirnica sa aspekta prisustva esencijalnih nutrijenata.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Uvod u predmet. Sastojci hrane. Nutritivni i nenutritivni sastojci hrane. Makro i mikronutrijenti. Esencijalni, neesencijalni i smiescijalni nutrijenti kao sastojci hrane. Esencijalni sastojci hrane: esencijalne amino i masne kiseline, vitamini i minerali.

Uloga esencijalnih nutrijenata: uloge u metabolizmu, koenzimi, kofaktori, protektivno zaštitna uloga.

Izvori esencijalnih nutrijenata u hrani. Proteinske komponente hrane: meso, mlijeko jaja i prerađevine. Žitarice, voće, povrće, uljarice i prerađevine.

Posljedice nedostatka esencijalnih nutrijenata u prehrani. Malnutricije. Utjecaj na odbrambeni sistem.

Neesencijalni protektivni sastojci hrane. Biološki aktivne komponente u hrani: klorofili, karotenoidi, polifenoli, flavonoidi, omega masne kiseline. Antinutrijenti u hrani. Fortifikacija hrane esencijalnim sastojcima.

Prehrambene proizvodi sa dodanim vrijednostima.

18. Metode učenja:

1. Predavanja. Svaka methodska jedinica se razvija po principu: tema, ciljevi, nastavna strategija (predavanja, diskusija, diskusija u grupama), nastavna pitanja, izvori informacija- literatura..
2. Vježbe. Baziraju se na sticanju vještine u određivanju potreba za esencijalnim nutrijentima za različite populacijske grupe. Pri tome se koriste očigledne metode.
- 3.Seminar. Student samostalno bira temu seminara ili u dogovoru s nastavnicima.
- 4.Konsultacije. Na raspolaganju 2 sata sedmično tokom

19. Objašnjenje o provjeri znanja:

Tokom trajanja kursa osigurava se permanentno praćenje stupnja dostignutih znanja studenta, kao i praćenje njihovih aktivnosti. Rad studenata se prati i ocjenjuje kontinuirano u toku semestra trajnim praćenjem sveukupnog rada i znanja studenata u svim oblicima nastave. Provjera znanja se vrši pismeno i usmeno.

Seminarski rad. Ocjenjuje se a) kvalitet pisanog rada (pristup temi, obrada teme i struktura rada, literatura, grafički i drugi prilozi, stil, tehnička opremljenost rada) i b) kvalitet prezentacije-odbrane. Seminarski rad se pregleda i ocjenjuje u okviru završnog ispita.

Pisemni ispiti. Pisemni dio ispita je u formi testa kombiniranog sa zadacima i pismenim odgovorima.

Završni ispit. Završni ispit sastoji se od usmene provjere znanja. Na završnom ispitu postavljaju se dva pitanja prema unaprijed objavljenoj listi pitanja. U ispitna pitanja ulaze sadržaji i sa predavanja i sa vježbi. Student randomizirano bira pitanja. Tokom završnog ispita student brani i seminar.

Upis ocjene. Studentima koji su zadovoljili na testu + završni ispit, predmetni nastavnik upisuje ocjenu u indeks nakon završetka svih obaveza na predmetu (potpis predmetnog nastavnika u indeksu). Uvjet za potpis su izvršene obaveze dolaska na nastavu sukladno pravilima Univerziteta.

Popravni ispit. Popravnim ispitima pristupaju studenti koji nisu zadovoljili na testu + završni ispit, a imaju urađene sve obaveze na predmetu. Prvo se polaže pismeni ispit, ukoliko student nije isti već uspješno položio u toku kontinuirane provjere znanja. Položeni dio pismenog ispita priznaje se na idućim ispitnim rokovima u toku iste školske godine.

Obavještanje. Obavještanje o rezultatima ispitnih zadataka je korištenje uobičajene oglasne ploče. Rezultati testova mogu se poslati e-mailom ili usmeno objaviti studentima u vremenu određenom za konsultacije.

Čuvanje rezultata ispita. Rezultati pismenih ispita čuvaju se do slijedeće školske godine

20. Težinski faktor provjere:

Konačna ocjena se formira na bazi rezultata aktivnosti na nastavi, testu, vježbama i završnom ispitu. Tokom pohađanja nastave boduje se dolazak i aktivnost studenata na predavanja sa min. 5, a maks. 10 bodova. Seminarski rad-izrada i prezentacija boduje se minimalno 6 maksimalno 10; vježbe min. 6 maks. 10; test min 12 maks. 20. Ukupno predisipitne obaveze minim. 28 maksim 50. Završni ispit min. 26 mak. 50. bodova.

21. Osnovna literatura:

1. L.K.Mahan, S.Escott-Stump (2004) Krause's Food, Nutrition & Diet Therapy. 11 th ed., Elsevier.
2. Kukric Z i Jasic M. (2013) Biološki aktivne komponente hrane. Univerziteti Tuzla-Banja Luka

22. Internet web reference:

3. American Dietetic Association, www.eatright.org
4. Hranom do zdravlja, www.hranomdozdravlja.com

23. U primjeni od akademske godine:**24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:**