

## SYLLABUS

**1. Puni naziv nastavnog predmeta:**

Pravilna prehrana

**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 i predmeti sličnog sadržaja

**7. Ograničenja pristupa:**

nema

**8. Trajanje / semestar:**

1

1

**9. Sedmični broj kontakt sati:**

9.1. Predavanja:

2

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:**

Sticanje znanja iz područja pravilne prehrane zdravih i bolesnih osoba. Studenti u toku kursa stiču znanja o ulozi pravilne prehrane u prevenciji bolesti iočuvanju zdravlja. Specifični ciljevi su:

1. Izgradnja stručnog pristupa o pravilnoj prehrani i njihovog utjecaja na zdravlje
2. Razvoj spoznaje o sastojcima hrane multidisciplinarno naslonjenoj na stečena znanja iz: nauke o hrani, bihomiji hrane, aktivnih komponenti hrane
3. Razvoj sposobnosti korištenja terminologije komuniciranja i prezentiranja u oblasti poznavanja pravilne prehrane.

**16. Ishodi učenja:**

Znanja potrebna u proizvodnji nutritivno vrijedne hrane kao i savjetovanje pojedinaca i populacijskih grupa o pravilnoj prehrani

Po završetku kursa student stiče osnovne kvalifikacije neophodne za savjetovanje o pravilnoj prehrani

**17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:**

Definicije i terminologija. Funkcije nutrijenata u organizmu. Posljedice suficitarnosti i deficitarnosti. Hipersenzitivnost na hranu. Poremećaji u prehrani. Prehrambene preporuke, vodiči i standardi-kvaliteta prehrane. Redukcijske i personalizirane dijetete. Interakcija nutrijenata i gena. Kultura prehrane. Prehrana različitih populacijskih grupa. Prehrana po životnim ciklusima.

Dijete kod različitih bolesti. Dijetoterapija kod bolesti pojedinih organa i sistema organa. Vodiči za prehranu kod dijabetesa, hiperlipidemije, hipertenzije, gastroenteroloških, endokrinoloških, kardiovaskularnih i bubrežnih bolesti.

Prehrana kod ostoartritisa, gihta, osteoporoze, anemije itd. Nutritivne intervencije kod metaboličkog stresa, sepse, traume, opekline i hirurških intervencija. Enteralna i parenteralna prehrana. Interakcije hrane i lijekova.

Vježbe: Procjena prehrambenog statusa. Planiranje obroka kod bolesnika. Korištenje baza s hemijskim sastavom hrane za izradu uravnoteženih jelovnika.

### 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. Metodeprocjene prehranbenog statusa. Planiranje obroka .Korištenje baza s hemijskim sastavom hrane za izradu uravnoteženih jelovnika.
- 3.Seminar.Student samostalno bira temu seminara ili u dogovoru s nastavnicima.
- 4.Konsultacije. Na raspolaganju 2 sata sedmično tokom trajanja nastave .

### 19. Objasnjenje 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 pisemnim 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 pisemni ispit, ukoliko student nije isti već uspješno položio u toku kontinuirane provjere znanja. Položeni dio pisemnog 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 pisemnih 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.

**21. Osnovna literatura:**

1. Cataldo.CB, DeBruyne, Whitney, EN (2003) :Nutrition and Diet Therapy: Principles and Practice. 6thed., Wadsworth, Belmont, USA.p 451-729.
2. Živković, R (2002) : Dijetetika, Medicinska naklada, Zagreb

**22. Internet web reference:**

[www.hranomdozdravlja.com](http://www.hranomdozdravlja.com) ( Jasic M: Skripta Biološki aktivne komponente hrane 2009 )

**23. U primjeni od akademske godine:**

2015/2016

**24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:**