

## DETALJNI IZVEDBENI NASTAVNI PLAN PREDMETA

OPĆE INFORMACIJE		
<i>Naziv predmeta</i>	Nutricionizam	
<i>Studijski program</i>	Menadžment u turizmu	
<i>Smjer</i>		
<i>Godina studija</i>	1.godina	
<i>Status predmeta</i>	Izborni	
<i>Mogućnost izvođenja nastave na engleskom jeziku</i>	Ne	
<i>Mrežna stranica predmeta</i>	<a href="https://moodle.srce.hr/2022-2023/course/view.php?id=156830">https://moodle.srce.hr/2022-2023/course/view.php?id=156830</a>	
<i>Bodovna vrijednost i način izvođenja nastave</i>	<i>ECTS koeficijent opterećenja studenata</i>	3
	<i>Broj sati (P+V+S)</i>	15+0+15
<i>Nositelj predmeta</i>	<i>Ime i prezime</i>	Prof. dr. sc. Greta Krešić
	<i>Kabinet</i>	206
	<i>Konzultacije</i> OPATIJA: Ponedjeljak 15:00-17:00 Srijeda 11:00-13:00	
	<i>Telefon</i>	+385 51 294 714
	<i>e-mail</i>	greta.kresic@fthm.hr
<i>Suradnik na predmetu</i>	<i>Ime i prezime</i>	
	<i>Kabinet</i>	
	<i>Konzultacije</i>	
	<i>Telefon</i>	
	<i>e-mail</i>	
OPIS PREDMETA		
<b>Ciljevi predmeta</b>		
<p>Osposobiti studente da prepoznaju prehrambenu vrijednost pojedinih komponenti hrane te njihovu ulogu u okviru planiranja pravilne uravnotežene prehrane. Kritički prosuditi specifičnosti prehrambenih potreba pojedinih populacija te primijeniti stečena znanja u oblikovanju ugostiteljske ponude u skladu sa prehrambenim specifičnostima pojedinih populacija.</p>		
<b>Očekivani ishodi učenja za predmet</b>		
<p>Nakon položenog ispita očekuje se da će student biti sposoban:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Procijeniti specifičan prehrambeni značaj pojedinih komponenti hrane.</li> <li>2. Preporučiti odabir hrane u skladu s načelima pravilne prehrane</li> <li>3. Kritički prosuditi prehrambene potrebe pojedinih populacija (tjelesno aktivni pojedinci, djeca, žene kroz različita fiziološka stanja, osobe starije životne dobi).</li> <li>4. Planirati ugostiteljsku ponudu uzimajući u obzir specifičnosti prehrambenih potreba pojedinih populacija</li> </ol>		
<b>Vrste izvođenja nastave</b>		
Redovito pohađanje nastave, projektni zadatak i završni ispit.		

<b>Obveze studenata i način vrednovanja obveza (povezivanje ishoda učenja, nastavnih metoda i ocjenjivanja)</b>					
<i>Vrsta aktivnosti</i>	<i>ECTS dodijeljen aktivnosti</i>	<i>Ishod učenja</i>	<i>Aktivnost studenta</i>	<i>Metoda ocjenjivanja</i>	<i>Bodovi (maximum po vrijednosti)</i>
Pohađanje nastave	1	1-4	Prisustvo: >75%	Evidencija prisutnosti na nastavi	0
Aktivnost na nastavi		1-4	Odgovaranje na pitanja, sudjelovanje u diskusiji	Dodjeljivanje bodova za sudjelovanje	6
Projektni zadatak	0,8	2-4	Samostalno ispunjavanje zadanog zadatka kroz semestar	Ocjena točnosti predanog sadržaja	16
Kontinuirana provjera znanja (kolokviji)	0,7	1-4	Priprema za periodičnu provjeru znanja	0-24 boda po kolokviju, ovisno o stupnju točnosti	Ukupan zbroj 48 1. kolokvij 24 2. kolokvij 24
Završni ispit	0,5	1-4	Priprema za završni ispit	0-30 bodova	30
<b>Ukupno ECTS</b>	<b>3</b>			<b>Ukupno bodovi</b>	<b>100</b>
<b>Napomene i opis aktivnosti</b>					
<p>Prisutnost na nastavi evidentira se potpisnom listom. Uvjet za pristupanje završnom ispitu za redovite studente je 75% prisutnosti na nastavi.</p> <p>Aktivnost na nastavi se boduje putem kratkih testova. Testovi se provode tri puta tijekom semestra (3x2%). Pitanja se odnose uvijek na tematsku cjelinu koja se taj puta izvodi. Studenti su unaprijed upoznati sa datumima kada će se provesti aktivnost na nastavi i sa sadržajem predavane teme.</p> <p>Projektni zadatak se sastoji od sljedećih dijelova: dijetetička metoda, usporedba dijetetičke metode s preporukom pravilne prehrane (MyPlate), nutritivna analiza, izračun cjelodnevne energetske potrošnje, ugostiteljska ponuda prilagođena prehranbenim zahtjevima specifičnih populacija. Projektni zadatak izrađuje se individualno. Svaki dio projektnog zadatka se zasebno boduje, a maksimalan broj bodova iznosi 16%. Projektni zadatak studenti izrađuju tijekom cijelog semestra kombinirano na nastavi i kod kuće u etapama.</p> <p>Kontinuirana provjera znanja vrši se putem dva kolokvija. Kolokviji se sastoje od 14 pitanja različitog tipa: 12 pitanja s kratkim ili ponuđenim odgovorima (točan odgovor se boduje sa 1,5%) i 2 pitanja esejskog tipa (točan odgovor se boduje maksimalno s 3%). Završni ispit također se sastoji 12 pitanja s kratkim ili ponuđenim odgovorima (točan odgovor se boduje sa 1,5%) i 4 pitanja esejskog tipa (točan odgovor se boduje maksimalno s 3%).</p>					

## Sustav ocjenjivanja

Ocjenjivanje i vrednovanje rada studenata tijekom nastave i na završnom ispitu provodi se temeljem Pravilnika o ocjenjivanju studenata na FMTU.

## LITERATURA

### Obvezna literatura

1. Alibabić, V. & Mujić, I. (2016). Pravilna prehrana i zdravlje. Rijeka: Veleučilište u Rijeci
2. Ministarstvo zdravlja Republike Hrvatske (2013) Nacionalne smjernice za prehranu učenika u osnovnim školama. Zagreb.
3. Šatalić, Z., Sorić, M. & Mišigoj-Duraković, M. (2016). Sportska prehrana. Zagreb: Znanje.
4. Šatalić, Z. (2013). 100 (i pokoja više) crtica iz znanosti o prehrani. Zagreb: HDPBN.

### Dopunska literatura

1. Raymond J.L. & Morrow K. (2020) Krause and Mahan's Food & The Nutrition Care Process. Amsterdam. Elsevier.
2. Sienkiewicz Sizer, F. & Whitney, E. (2016). Nutrition concepts and controversies. Boston: Cengage Learning.
3. U.S. Department of Agriculture (2020) Dietary Guidelines for Americans 2020-2025. 9th Edition. Dostupno na: <https://www.dietaryguidelines.gov/>
4. U.S. Department of Agriculture: MyPlate. Dostupno na: <https://www.myplate.gov/>
5. Vranešić, D. & Alebić, I. (2006). Hrana pod povećalom. Zagreb: Profil.

### Način praćenja kvalitete i uspješnosti izvedbe predmeta

Kvaliteta održane nastave prati se u skladu s aktima Sveučilišta u Rijeci. U zadnjim tjednima nastave tekućega semestra provodit će se anonimna anketa u kojoj će studenti evaluirati kvalitetu održane nastave iz ovog predmeta.

## ISPITNI ROKOVI

Raspored ispitnih rokova dostupan je na linku: <https://www.fthm.uniri.hr/studiji/diplomski-sveucilisni-studij/ispiti>

## DODATNE INFORMACIJE O PREDMETU

### Način informiranja studenta

Studenti dobivaju obavijesti o kolegiju putem sustava Merlin i mrežnih stranica Fakulteta

<https://www.fthm.uniri.hr/>,

Redovita informiranost je osobna odgovornost studenta.

## RASPORED NASTAVE

### REDOVITI STUDIJ

Nastava na predmetu odvijat će se prema sljedećem rasporedu:

R. br.	Datum / vrijeme od – do / dvorana	Vrsta i oblik nastave	Tema	Grupa	Izvoditelj
1.	01.03.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45	P Onsite	Makronutrijenti: bjelančevine i ugljikohidrati		G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak		G. Krešić

	Dvorana B3			
2.	08.03.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Makronutrijenti: masti	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
3.	15.03.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Mikronutrijenti: vitamini i minerali	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
4.	22.03.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Pravilna prehrana	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
5.	29.03.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Energetske potrebe	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
6.	05.04.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Promjene pri obradi hrane	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
7.	12.04.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Označavanje hrane	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
8.	19.04.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	1. KOLOKVIJ Označavanje nutritivnih informacija na meniju	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
9.	26.04.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Prehrana i tjelesna aktivnost: energetske potrebe	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
10.	03.05.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Prehrana i tjelesna aktivnost: makronutrijenti i mikronutrijenti	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
11.	10.05.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45	P Onsite	Prehrana žena kroz životna razdoblja: prehrana trudnica	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić

	Dvorana B3			
12.	17.05.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Prehrana žena kroz životna razdoblja: prehrana dojlilja	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
13.	24.05.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Prehrana djece i adolescenata	G. Krešić
		S Onsite	Prezentacija projektnih zadataka	G. Krešić
14.	31.05.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	Prehrana starijih osoba	G. Krešić
		S Onsite	Prezentacija projektnih zadataka	G. Krešić
15.	07.06.2023. 14.15–15.00 15:00–15:45  Dvorana B3	P Onsite	2. KOLOKVIJ	G. Krešić
		S Onsite	Predaja projektnog zadataka	G. Krešić

### IZVANREDNI STUDIJ OPATIJA

Nastava na predmetu odvijat će se prema sljedećem rasporedu:

R.br.	Datum / vrijeme od – do / dvorana	Vrsta i oblik nastave	Tema	Izvoditelj
1.	17.03.2023. 16:30–18:45 18:45-21:00	P online	Makronutrijenti: bjelančevine i ugljikohidrati Makronutrijenti: masti Mikronutrijenti: vitamini i minerali Pravilna prehrana Energetske potrebe Promjene pri obradi hrane	G. Krešić
		S online	Projektni zadatak	G. Krešić
2.	07.04.2023. 17:00–18:15 18:15–19:15  Dvorana B7	P Onsite	Označavanje hrane Označavanje nutritivnih informacija na meniju Prehrana i tjelesna aktivnost: energetske potrebe Prehrana i tjelesna aktivnost: makronutrijenti i mikronutrijenti	G. Krešić
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
3.	28.04.2023. 17:00–18:15 18:15–19:15	P Onsite	1. KOLOKVIJ  Prehrana trudnica Prehrana dojlilja	G. Krešić



	Dvorana B7		Prehrana djece i adolescenata Prehrana starijih osoba	
		S Onsite	Projektni zadatak	G. Krešić
4.	09.06.2023. 17:00–18:15 18:15–19:15	P Onsite	2. KOLOKVIJ	G. Krešić
	Dvorana B7	S Onsite	Predaja projektnog zadatka	G. Krešić