

SYLLABUS

1. Puni naziv nastavnog predmeta:

NAUKA O PREHRANI

2. Skraćeni naziv nastavnog predmeta / šifra:

3. Ciklus studija:

4. Bodovna vrijednost ECTS:

5. Status nastavnog predmeta:

☐ Obavezni ☒ Izborni

6. Preduslovi za polaganje nastavnog predmeta:

7. Ograničenja pristupa:

8. Trajanje / semestar:

9. Sedmični broj kontakt sati:

9.1. Predavanja:

9.2. Auditorne vježbe:

9.3. Laboratorijske / praktične vježbe:

10. Fakultet:

FARMACEUTSKI FAKULTET

11. Odsjek / Studijski program:

Farmacija (integrisani I i II ciklus)

12. Odgovorni nastavnik:

Dr. sc. Midhat Jašić, red. prof

13. E-mail nastavnika:

midhat.jasic@untz.ba

14. Web stranica:

--

15. Ciljevi nastavnog predmeta:

Uvod u predmet. Nutrijenti i prehrana. Kemijski sastav hrane. Ljudsko tijelo, hrana i energija, nutrijenti. Proteini i aminokiseline. Ugljični hidrati. Lipidi. Vitamini, hidrosolubilni i liposolubilni. Voda i minerali. Ostali sastojci hrane: alkohol, alkaloidi, glikozidi, fitosteroli, pigmenti. Aditivi. Vrste hrane. Komplementarna prehrana, funkcionalna hrana i dodaci prehrani. Metabolizam nutrijenata –osnove. Prehrambeni vodiči, preporuke i standardi. Bilans energije i upravljanje tjelesnom težinom. Hipersenzitivnosti na hranu i poremećaji prehrane. Životni ciklusi i prehrana.

16. Ishodi učenja:

Cilj kursa je usvajanje znanja i stvaranje prododžbe zasnovane na činjenicama o kemijskom sastavu hrane i pravilnoj prehrani. Tokom kursa studenti stječu znanja vezana za ulogu hrane u organizmu, principima prehrane, prehrambenim preporukama i standardima te esencijalnim komponentama hrane. Na kraju kursa uspješni studenti, koji su tokom čitavog nastavnog perioda kontinuirano obavljali svoje obaveze, će biti osposobljeni da savjetuju zdrave osobe o pravilnoj prehrani.

17. Indikativni sadržaj nastavnog predmeta:

Nutrijenti i prehrana
Kemijski sastav hrane
Ljudsko tijelo, hrana i energija, nutrijenti
Proteini i aminokiseline
Ugljični hidrati
Lipidi
Vitamini, hidrosolubilni i liposolubilni
Voda i minerali
Ostali sastojci hrane, Alkohol, alkaloidi, glikozidi, fitosteroli, pigmenti
Vrste hrane
Komplementarna prehrana, funkcionalna hrana i dodaci prehrani
Metabolizam nutrijenata -osnove
Prehrambeni vodiči i standardi
Bilans energije i upravljanje tjelesnom težinom
Hipersenzitivnosti na hranu i poremećaji prehrane
Životni ciklusi i prehrana
Evaluacija kursa

18. Metode učenja:

Predavanja, seminarski radovi i konsultacije.

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. Pismeni ispiti. Pismeni dio ispita je u formi testa kombiniranog sa zadacima i pismenim odgovorima. Student u toku trajanja predavanja pristupa polaganju I i II testa, a nakon odslušanij svakih petnaest sati predavanja. Završni ispit. Završni ispit sastoji se od usmenog odgovora i odbrane seminara kao individualnog projekta. Na završnom ispitu postavljaju se dva pitanja prema unaprijed objavljenoj listi pitanja. Student randomizirano bira pitanja. Seminar se radi po unaprijed propisanoj proceduri odbrane seminara. Upis ocjene. Studentima koji su zadovoljili na I i II 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 (I + II + završni ispit), a imaju urađene sve obaveze na predmetu (imaju potpis predmetnog nastavnika u indeksu). 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. Obavješćavanje. Obavješćavanje 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 1. novembra slijedeće školske godine.

20. Težinski faktor provjere:

Ocjenjivanje se vrši dodjeljivanjem bodova za svaki oblik aktivnosti i provjere znanja i vještina u toku semestra. U strukturi ukupnog broja bodova 60% bodova je predviđeno za aktivnosti i provjere znanja u toku semestra. Završni ispit se u strukturi ocjenjivanja vrednuje sa 40% bodova.

< 55 boda = 5 (pet)

55-64 bod= 6 (šest)

65-74 bod= 7 (sedam)

75-84 bod= 8 (osam)

85-94 bod= 9 (devet)

95-100 bod= 10 (deset)

21. Osnovna literatura:

Dietary reference intake for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and aminoacids (macronutrients), Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academic Press, Washington DC. (2005).

22. Internet web reference:

<http://www.nap.edu/openbook.php?isbn=0309085373>.
<http://www.nap.edu/openbook.php?isbn=0309085373>

<http://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/nutrition-news/dietary-guidelines-for-americans-2010/>

23. U primjeni od akademske godine:

2018/2019.

24. Usvojen na sjednici NNV/UNV:

17.11.2025.