

Izborni predmet: Prehrana (izvedbeni plan – satnica) - redovan studij II godina - Akademska 2024./2025. godina

Dan	Sat	tema	Oblik nastave	Skupina	Dvorana	Nastavnik
<b>Ponedjeljak 28. listopada 2024.</b>	12,00- 13,30 13,45 – 15,15	Hrana i proizvodnja stanične energije Mediterranska prehrana. Maslinovo ulje. Vitaminski. Antioksidansi.	Predavanja Seminar Vježbe	Svi	Dvorana 2	Doc. dr. sc. Maja Karin
<b>Utorak, 29. listopada</b>	12,00- 13,30 13,45 – 15,15	Prehrana u trudnoći. PPP-potpuna parenteralna prehrana. Vegetarijanstvo. Makrobiotika.	Predavanja Seminar Vježbe	Svi	Dvorana 2	Doc. dr. sc. Maja Karin
<b>Srijeda, 30. listopada</b>	12,00- 13,30 13,45 – 15,15	Poremećaji prehrane: anoreksija i bulimija. Prehrana i ateroskleroza. Kronične bolesti uslijed nepravilne prehrane. Genetski modificirana hrana. Post.	Predavanja Seminar Vježbe	Svi	Dvorana 2	Doc. dr. sc. Maja Karin
<b>Četvrtak, 31. listopada</b>	12,00- 13,30 13,45 – 15,15	Piramida zdrave prehrane. Izračunavanje indeksa tjelesne mase. Standardi tjelesne mase i težine. Kako postići raznolikost u prehrani i izbjeći pretilost? Vodič/piramida dnevne prehrane. Prehrana sportaša - tenisača, plivača, vaterpolista, boksača, hrvača i dizača tegova. Prehrana body bildera. Zablude trenera glede prehrane sportaša.	Predavanja Seminar Vježbe	Svi	Dvorana 2	Doc. dr. sc. Maja Karin

**Napomena:**

- Redoviti studenti moraju obaviti svu nastavu odnosno opravdano izostati do granice propisane Statutom Fakulteta zdravstvenih studija.