|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Студијски програм:** **OАС Туризам** | | | | | |
| **Назив предмета:** Неконвенционална исхрана | | | | | |
| **Наставник:** [Весна Вујасиновић](file:///Users/mv/Desktop/OAS%20Turizam%202023/Standard%209/Tabela%209.1a%20-%20Knjiga%20nastavnika/Vesna%20Vujasinović.docx) | | | | | |
| **Статус предмета:** Изборни на модулима Г и НиД | | | | | |
| **Број ЕСПБ: 5** | | | | | |
| **Услов: Нема** | | | | | |
| **Циљ предмета**  Упознавање студената са неконвенционалним облицима исхране и значајем њиховог утицаја на људско здравље, са посебним освртом на њихову примену у исхрани посебних категорија потрошача и у циљу редукције телесне масе. | | | | | |
| **Исход предмета**  Студент који је успешно реализовао предметне обавезе је у стању да направи дневни план исхране у складу са различитим видовима исхране попут Медитеранске исхране, веганске и вегетаријанске исхране, макробиотичке исхране, хроно исхране, палео исхране и других облика исхране. | | | | | |
| **Садржај предмета**  *Теоријска настава*   * *Улога протеина, угљених хидрата, липида, минералних материја и витамина на људско здравље* * *Основни принципи Медитеранске исхране* * *Карактеристике веганске/вегетаријанске исхране* * *Макробиотичка исхрана* * *Основни принципи и карактеристике Хроно исхране* * *LCHF дијета* * *Палео исхрана* * *Кето дијета* * *Исхрана по крвним групама*   *Практична настава:*   * *Нутритивна анализа и израчунавање енергетске вредности дневних планова различитих неконвенционалних типова исхране* * *Основне карактеристике намирница специфичних за различите неконвенционалне типове исхране* | | | | | |
| **Литература**  *основна:*   1. Димитријевић Срећковић, В., Мартић, Т. (2020): *Велики породични саветник за здраву исхрану*, Младинска књига Београд. 2. Longe, J.L. (2007). The Gale encyclopedia of diets: a guide to health nutrition, The Gale Group.   *допунска:*   1. Јокић, Н. (1996): *Дијетална исхрана и лечење*, Новинско-издавачка установа „Војска“, Београд. 2. McGee, H. (2004): *On Food and Cooking – The Science and Lore of the Kitchen*, Scribner, New York. | | | | | |
| **Број часова активне наставе**  4 | **Теоријска настава:**  2 | | | **Практична настава:**  **2+0+0** | |
| **Методе извођења наставе**  Интерактивна предавања, консултације у групи и појединачно. Практични наставни рад. Писмена и усмена провера знања. | | | | | |
| **Оцена знања (максимални број поена 100)** | | | | | |
| **Предиспитне обавезе** | | **поена** | Завршни испит | | **поена** |
| активност у току предавања | | **0-5** | писмени испит | |  |
| практична настава | | **0-5** | усмени испит | | **30-45** |
| колоквијум-и | | **20-40** | *..........* | |  |
| семинар-и | | **0-5** |  | |  |