## VSTUPNÍ ČÁST

#### Název modulu

Výživa - základní pojmy

#### Kód modulu

65-m-2/AG96

#### Typ vzdělávání

Odborné vzdělávání

#### Typ modulu

odborný teoretický

### Využitelnost vzdělávacího modulu

#### Kategorie dosaženého vzdělání

E (dvouleté, EQF úroveň 2)

E (tříleté, EQF úroveň 3)

#### Skupiny oborů

65 - Gastronomie, hotelnictví a turismus

29 - Potravinářství a potravinářská chemie

#### Komplexní úloha

Fyziologie výživy – základní pojmy

#### Obory vzdělání - poznámky

65-51-E/01 Stravovací a ubytovací služby

65-51-E/02 Práce ve stravování

#### Délka modulu (počet hodin)

48

#### Poznámka k délce modulu

#### Platnost modulu od

30. 04. 2020

#### Platnost modulu do

#### Vstupní předpoklady

Zdravotní způsobilost pro zvolený obor.

## JÁDRO MODULU

#### Charakteristika modulu

Modul se věnuje fyziologii výživy.

Žák získá základní znalosti o výživě. Uplatní základní vědomosti při výběru vhodných surovin pro přípravu pokrmů.

#### Očekávané výsledky učení

Žák:

* popíše pojmy výživa,  stravitelnost potravin, látková přeměna,
* charakterizuje poživatiny a pochutiny,
* charakterizuje jednotlivé složky potravy – bílkoviny, tuky, sacharidy, minerální látky, vitamíny, voda, vláknina,
* definuje pojmy biologická a energetická hodnota,
* popíše výživu a její fyzilologii.

#### Obsah vzdělávání (rozpis učiva)

* Složení potravin
* Živiny základní a nezbytné
* Bílkoviny
* Sacharidy
* Tuky
* Minerální látky
* Vitamíny
* Vláknina
* Voda
* Energetická a biologická hodnota.
* Výživa
* Fyziologie výživy

#### Učební činnosti žáků a strategie výuky

Metody slovní:

* monologické metody (popis, vysvětlování, výklad)
* dialogické metody (rozhovor, diskuse)
* metody práce s učebnicí, odbornou literaturou.

Žák v rámci teoretické výuky:

* sleduje výklad učitele
* zapojuje se do diskuse
* seznamuje se s jednotlivými živinami,
* seznamuje se s výběrem potravin důležitých pro racionální výživu
* učí se zacházet s potravinami a pečovat o ně
* pracuje s odbornou literaturou a informačními zdroji

#### Zařazení do učebního plánu, ročník

1. ročník

## VÝSTUPNÍ ČÁST

#### Způsob ověřování dosažených výsledků

Výsledky vzdělávání budou ověřovány v průběhu a na konci vzdělávacího modulu. Teoretické znalosti jsou ověřeny ústní a písemnou formou.

Hodnocení probíhá v průběhu a na konci vzdělávacího modulu

Zadávané otázky mají být jednoznačné, srozumitelné a mají směřovat k upevnění učiva.

#### Kritéria hodnocení

U ústního zkoušení jsou hodnoceny odborné znalosti a vědomosti, vztahy mezi probranými obsahovými okruhy, srozumitelnost a plynulost projevu.

Při hodnocení písemných testů je posuzována věcná správnost odpovědi.

Přepočet mezi procenty správných odpovědí a známkou:

Správně je méně než 35 % známka 5

Správně je alespoň 35 a méně než 50 % známka 4

Správně je alespoň 50 a méně než 70 % známka 3

Správně je alespoň 70 a méně než 85 % známka 2

Správně je alespoň 85% známka 1

Za splněný se považuje modul při dodržení následujících kritérií:

* žák je povinen splnit 75 % docházky do výuky,
* ústní zkoušení znalostí za dobu realizace modulu,
* písemné ověření znalostí z jednotlivých navržených obsahových okruhů.

#### Doporučená literatura

ŠIMONIČ, R. Výživa odborná učebnice pro kuchaře a číšníky, 1. vyd. Praha.  1984. ISBN 80-239-1040-X

ŠÉBELOVÁ, Marie. Potraviny a výživa - obor Kuchařské práce (učebnice pro odborná učiliště). Praha, Parta ISBN: 97-8807-320-

#### Poznámky

#### Obsahové upřesnění

OV RVP - Odborné vzdělávání ve vztahu k RVP

Materiál vznikl v rámci projektu Modernizace odborného vzdělávání (MOV), který byl spolufinancován z Evropských strukturálních a investičních fondů a jehož realizaci zajišťoval Národní pedagogický institut České republiky. Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Dagmar Vaďurová. [Creative Commons CC BY SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.cs) – Uveďte původ – Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní.