



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



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 fyziologii.

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.

Přepočítá se 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 Vaňurová. [Creative Commons CC BY SA 4.0](#) – Uveďte původ – Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní.