

Tárgytematika

Félév:	2015/16/1
Tárgynév:	Élelmezés egészségügyi ismeretek
Tárgykód:	ALTSRA3221
Felelős szervezet neve:	Rekreológia Intézeti Tanszék
Felelős szervezet kódja:	AA25
Tárgyfelelős neve:	Dr. Fehér Katalin
Tárgy követelménye:	Vizsga
Tárgy heti óraszám:	0/0/0
Tárgy féléves óraszám:	8/0/0

Oktatás célja:

A tantárgy célja, hogy a hallgatók megismerjék az egészséges táplálkozás alapelveit, a megvalósítás lehetőségeit és egészségfejlesztési tevékenységük során alkalmazni tudják a tanultakat. Ismereteket kapnak az élelmezés egészséget befolyásoló szerepéről, a táplálkozással összefüggő megbetegedésekről és megelőzésükről.

Tantárgy tartalma:

Az élelmezés-egészségügy tárgya, alapfogalmak
Tápanyagszükséglet, tápláltsági állapot
Élelmi anyagok, élelmiszerek, ételek; különleges táplálkozási célú élelmiszerek
Az egészséges táplálkozás ajánlásai; a táplálkozás szerepe egyes betegségek megelőzésében
Ételkészítési technológiák, korszerű ételkészítés
A közétkeztetés szerepe, feladatai, formái
Az étkeztetés minőségi értékelése, étrend-tervezés a gyakorlatban
Élelmiszerbiztonság, élelmiszer eredetű megbetegedések

Számonkérési és értékelési rendszere:

Írásbeli vizsga

Kötelező irodalom:

Kötelező: előadás jegyzet

Ajánlott: Tápanyagtáblázat, szerkesztette: Dr. Rodler Imre, Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest 2005; A táplálkozás egészségkönyve, Kossuth Kiadó 2000.