

E-learningový kurz „VÝŽIVA VE VÝCHOVĚ KE ZDRAVÍ“

Informační centrum bezpečnosti potravin Ministerstva zemědělství ve spolupráci s 3. lékařskou fakultou Univerzity Karlovy připravilo pro studenty a pedagogy středních škol, kteří se ve výuce zabývají výživou člověka, složením potravin a jejich bezpečností, **e-learningový kurz „VÝŽIVA VE VÝCHOVĚ KE ZDRAVÍ“**. Cílem kurzu je nabídnout kvalitní podpůrný vzdělávací materiál, který vychází z ověřených odborných zdrojů a má ambice zatraktivnit výuku daného tématu.

Kurz prošel aktualizací a je nyní pro praktičtější využití rozdělen do 25 samostatných modulů. Každý pedagog má možnost si ke své výuce vybrat buď celý kurz, nebo pouze jednotlivá témata (moduly).

První modul uvádí do problematiky výživy člověka, příjmu a výdeje energie a fyziologie trávení. Druhý, třetí a čtvrtý modul se zabývá potřebou jednotlivých živin. Pátý, šestý a sedmý modul objasňuje potřebu vitaminů, minerálních látek a tekutin. Osmý modul je věnován principům správné výživy a devátý modul pohybové aktivitě, která má stejně jako výživa zásadní vliv na naše zdraví. Aktuální výživová doporučení pro jednotlivé věkové skupiny populace (děti, dospívající, senioři) a některé specifické skupiny obyvatel (těhotné a kojící) prezentuje desátý, jedenáctý, dvanáctý a třináctý modul. Čtrnáctý modul je zaměřen na způsoby alternativního stravování. Patnáctý až dvacátý modul je věnován potravinám živočišného a rostlinného původu – jejich složení, dopadu na zdraví a bezpečnému zacházení. O pochutinách pojednává dvacátý první a dvacátý druhý modul, o nápojích a pitném režimu modul dvacátý třetí. Ve výživě je důležité nejen co jíme, ale také v jaké podobě. Změnami při zpracování a úpravě potravin se proto zabývá dvacátý čtvrtý modul. V posledním modulu se dozvíte o hlavních zásadách bezpečného stravování, které je třeba dodržovat při práci s potravinami, aby nedocházelo k šíření alimentárních nákaz a otrav.

Kurz je zahájen každý rok zpravidla na podzim a ukončen před koncem školního roku. K jeho používání je potřeba zaregistrovat se do systému LMS eDoceo. Po ukončení kurzu se nekoná závěrečný test a není vydáváno osvědčení.

Podrobnější informace pro zájemce o registraci jsou před zahájením kurzu uveřejněny na webových stránkách Informačního centra bezpečnosti potravin www.bezpecnostpotravin.cz a www.viscojis.cz/teens. Na těchto stránkách je k dispozici také řada zajímavých informací o potravinách, zdravé výživě, bezpečnosti potravin a dalších tématech.

E-learningový kurz je doplněn aktualizovanou odbornou **příručkou pro pedagogy „Výživa ve výchově ke zdraví“**, která je v elektronické podobě dostupná na stránkách www.bezpecnostpotravin.cz v kategorii Publikace nebo je na vyžádání zasílána v tištěné podobě.

E-learningový kurz i příručka jsou poskytovány zdarma.

Případné dotazy Vám zodpoví:

Olaf Deutsch, (olaf.deutsch@mze.cz, tel.: 607 886 278)

Mgr. Dana Koubová (dana.koubova@mze.cz, tel.: 773 070 621)

Otakar Křišťoufek (kristoufek.otakar@uzei.cz, tel.: 605 257 620) – registrace