

Opora pro semináře předmětu nk4058

Zdroje ke studiu a domácí práce

Dílčí projekty v rámci samostatné domácí práce

1. Odborné zhodnocení - viz složka Semestrální projekt v Učebních materiálech:
 - ▶ Složka Prospektivní záznamy - seznam záznamů, se kterými budete pracovat
 - ▶ PDF Zadání projektu - pokyny pro zhotovení projektu
 - ▶ Word Zhodnocení_Šablona - šablona, kterou využijte pro zhotovení projektu
 - ▶ Termín odevzdání
2. Samostatné studium materiálů a Open book test
 - ▶ Open book test 3
 - ▶ Témata k předmětu + doplňkové studijní materiály
 - ▶ Odkazy na následujících snímcích
3. Vzájemné hodnocení - informace dorazí emailem
 - ▶ Navazuje na odevzdání odborného zhodnocení
 - ▶ Strukturovaná zpětná vazba kolegovi

Do 3. 12. 13:00
Diskuze v rámci semináře

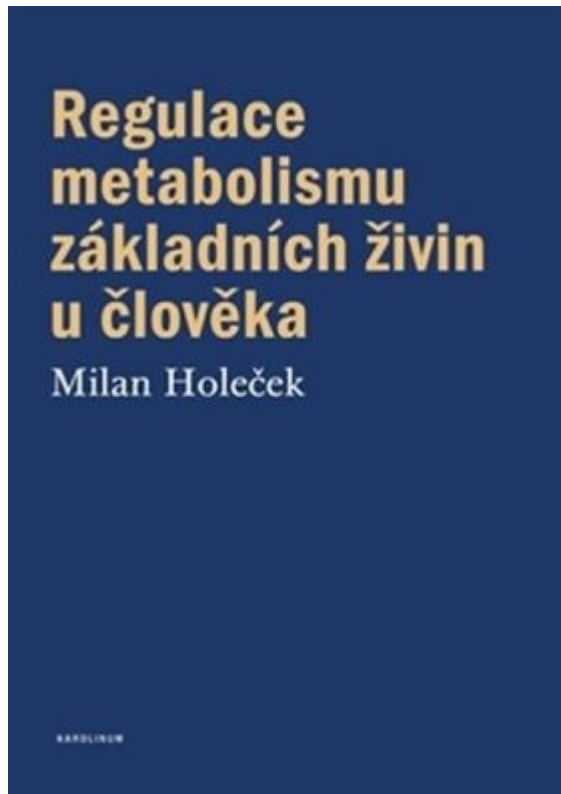
Do 12. 12. 23:59
Opora k projektu

Do 12. 12. 23:59
Zpětná vazba k projektu

Fyziologie výživy

Odborná opora

- ▶ Milan Holeček - Regulace metabolismu základních živin u člověka
- ▶ Iva Klimešová - Fyziologie výživy



Fyziologie výživy



Iva Klimešová, Jiri Stelzer

Stravovací doporučení

Odborná opora

- ▶ Kvalitní a objektivní informace poskytují renomované organizace zaměřené na výživu (Fórum zdravé výživy aj.), univerzity (Harvard, Cambridge aj.), světové a kontinentální organizace (WHO, EFSA aj.).
- ▶ Skvělé informace poskytují i nutriční publikace orientované na populaci konkrétního státu - V České republice například publikace DACH.



Stravovací doporučení pro sportovce

Odborná opora

- ▶ Kvalitní a objektivní informace v oblasti sportu poskytují renomované sportovní asociace (Australský institut sportu aj.), vědecké žurnály (Human Kinetics aj.) a odborné weby (Sigma nutrition, Mysportscience aj.).
- ▶ Z českých publikací například publikace Sportovní výživa jako vědecká disciplína.

