



Izvedbeni plan nastave (*syllabus*¹)

Sastavnica	Odjel za zdravstvene studije						akad. god.	2025./2026.
Naziv kolegija	Prehrana ljudi starije dobi						ECTS	4
Naziv studija	Sveučilišni diplomski studij sestrinstvo							
Razina studija	☐ prijediplomski		☒ diplomski		☐ integrirani		☐ poslijediplomski	
Godina studija	☐ 1.		☒ 2.		☐ 3.		☐ 4.	
Semestar	☒ zimski ☐ ljetni		☐ I.		☐ II.		☒ III.	
Status kolegija	☐ obvezni kolegij		☒ izborni kolegij		☐ izborni kolegij koji se nudi studentima drugih odjela		Nastavničke kompetencije	☐ DA ☒ NE
Opterećenje	30	P	30	S	15	V	Mrežne stranice kolegija	☒ DA ☐ NE
Mjesto i vrijeme izvođenja nastave	Odjel za zdravstvene studije				Jezik/jezici na kojima se izvodi kolegij		hrvatski	
Početak nastave	/23.10.2025. 15 h /				Završetak nastave		/25.10.2025. 16 h/	
Preduvjeti za upis								
Nositelj kolegija	Prof.dr.sc. Marijana Matek Sarić							
E-mail	marsaric@unizd.hr				Konzultacije	Utorak:10-12 h		
Izvođač kolegija	Prof.dr.sc. Marijana Matek Sarić							
E-mail	marsaric@unizd.hr				Konzultacije	Utorak: 10-12 h		
Suradnici na kolegiju								
E-mail					Konzultacije			
Suradnici na kolegiju								
E-mail					Konzultacije			
Vrste izvođenja nastave	☒ predavanja		☒ seminari i radionice		☒ vježbe		☐ obrazovanje na daljinu	
	☒ samostalni zadaci		☐ multimedija i mreža		☐ laboratorij		☐ mentorski rad	
Ishodi učenja kolegija	Nakon završene nastave student će biti osposobljen prepoznati i primijeniti mjere i aktivnosti za smanjenje negativnih utjecaja prehrane na razvoj kroničnih nezaraznih bolesti u ljudi starije dobi Identificirati javnozdravstveni problem prehrane u Hrvatskoj, rangirati uzroke, samostalno utvrditi rasprostranjenost i način prevalencije. Izraziti i obraniti stavove o pravilnoj prehrani ljudi starije dobi. Procijeniti, prihvatiti ili odbaciti prijedloge rješenja problema i donijeti odluke							

¹ Riječi i pojmovni sklopovi u ovom obrascu koji imaju rodno značenje odnose se na jednak način na muški i ženski rod.



	Samostalno primijeniti NHCS standarde, Z-scor, ITM, percentile te izraditi preporuke pravilne prehrane u svrhu smanjenja i/ili prevencije negativnog utjecaja na zdravlje. Samostalno predložiti, testirati i ocijeniti moguća rješenja te predložiti konačna rješenja primjenom stečenih činjeničnih i teorijskih znanja te na taj način promicati zdravlje.
Ishodi učenja na razini programa	1a) izvodi edukaciju svih razina medicinskih sestara i područja bliska sestrinstvu sukladno propisima o visokom obrazovanju, 2a) provodi znanstveni rad, 1b) vrednovanje činjenica koje doprinose promicanju i unapređenju zdravlja te na temelju stečenog poduzimanje aktivnosti koje služe održavanju zdravlja i zaštiti od bolesti pojedinca, obitelji i zajednice, 2b) vrednovanje činjenica koje doprinose stručnom osposobljavanju i edukaciji sestara na svim razinama, 3b) vrednovanje aktivnosti koje doprinose unapređenju rasta i razvoja u svim životnim razdobljima čovjeka, 4b) procjena-analiza, sinteza i vrednovanje činjenica unutar područja rada sestrinstva. 2c) analiziranje, sintetiziranje i evaluiranje aktualnih znanstvenih spoznaja, 3c) samostalno proučavanje i kritičko promišljanje, 1e) upotreba metoda, instrumenata, alata i materijala u poznatim i promjenjivim uvjetima sestrinske skrbi, 2e) izvođenje složenih pokreta te složena uporaba metoda, instrumenata i alata u izvršavanju složenih i specifičnih zadataka u djelomično i u potpunosti nepredvidivim uvjetima. 1f) razvijanje profesionalnog odnosa i odgovornosti u procesu rada, ponašanje u suglasju s moralnim, etičkim i zakonskim normama zdravstvene profesije, 2f) ostvarivanje adekvatne komunikacije s pacijentima, članovima obitelji i drugima, 3f) ostvarivanje upravljanja te složenih komunikacija i suradnje s članovima multidisciplinarnog radnog i znanstvenog tima. 1g) sudjelovanje u planiranju i provođenju dijagnostičkih i terapijskih zahvata te predlaganje mogućih alternativnih i konačnih rješenja primjenom činjeničnih i teorijskih znanja, 2g) uključivanje i djelovanje u multidisciplinarnim timovima i pri tome izvršavanje složenih zadataka te prilagođavanje vlastitog ponašanja unutar zadanih smjernica u poznatim i promjenjivim uvjetima, 3g) organiziranje i upravljanje osobljem, stručnim timovima iz područja sestrinstva, materijalnim sredstvima te sustavima podrške u okviru autonomnog područja djelovanja zdravstvene/sestrinske njege, na svim razinama zdravstvene zaštite i socijalne skrbi te na poslovima koji uključuju sestrinsku djelatnost, 4g) edukacija svih razina medicinskih sestara sukladno propisima o visokom obrazovanju, 5g) u timu provodi znanstveni rad te doprinosi samostalnosti i odgovornosti svakog člana tima, 1h) preuzimanje odgovornosti za izvršavanje svih zadataka u poznatim uvjetima, 2h) prepoznaje i poštuje bioetičke standarde u praktičnom i znanstvenom radu, 3h) preuzima odgovornost za vlastite potrebe, mogućnosti daljnje edukacije kao i za edukaciju svih razina medicinskih sestara sukladno propisima o visokom obrazovanju,



		4h) preuzima realizaciju dodijeljenih zadataka u provođenju znanstvenog rada što je izravno povezano sa stupnjem samostalnosti.						
Načini praćenja studenata	☒ pohađanje nastave	☐ priprema za nastavu		☐ domaće zadaće		☐ kontinuirana evaluacija		☐ istraživanje
	☒ praktični rad	☒ eksperimentalni rad		☒ izlaganje		☒ projekt		☒ seminar
	☐ kolokvij(i)	☐ pismeni ispit		☒ usmeni ispit		☐ ostalo:		
Uvjeti pristupanja ispitu	održana prezentacija							
Ispitni rokovi	☒ zimski ispitni rok			☐ ljetni ispitni rok			☐ jesenski ispitni rok	
Termini ispitnih rokova	10.12.2025. 29.01.2026. 12.02.2026.						03.09.2026.	
Opis kolegija								
Sadržaj kolegija (nastavne teme)	1) Uvod u kolegij. Oblici provođenja nastave. Način provjere znanja i polaganje ispita. Osnovni principi pravilne prehrane ljudi starije dobi. 2) Anatomija probavnog sustava. Kemijski i mehanički procesi probave. 3) Hranjive tvari. 4) Probiotici i prebiotici. Funkcionalna hrana. 5) Nutritivne i energetske potrebe osoba starije dobi. 6) Povezanost prehrane i bolesti. Opća saznanja o osobama starije dobi. Hrvatske smjernice za prehranu osoba starije dobi. <i>(po potrebi dodati seminare i vježbe)</i>							
Obvezna literatura	Vranešić Bender i sur. Dijetoterapija. Medicinska naklada, 2023. Grupa autora. Priručnik za primjenu dodataka prehrani. Hrvatska udruga proizvođača bezreceptnih proizvoda (HUPBR) / Croatian Association of Self-Medication Industry (CASI), 2024.							
Dodatna literatura	Živković R. Dijetetika, Zagreb; Medicinska naklada, 2002. Katalinić V, Temeljna znanja o prehrani, Skripta Sveučilišta u Zagrebu, 2007.							
Mrežni izvori	Mandić M. Znanost o prehrani - Hrana, prehrana i čuvanje zdravlja, Skripta sveučilišta u Osijeku, 2007.							
Provjera ishoda učenja (prema uputama AZVO)	Samo završni ispit							
	☐ završni pismeni ispit		☐ završni usmeni ispit		☐ pismeni i usmeni završni ispit		☒ praktični rad i završni ispit	
	☐ samo kolokvij/zadaće	☐ kolokvij / zadaća i završni ispit	☐ seminarski rad	☐ seminarski rad i završni ispit	☐ praktični rad	☐ drugi oblici		
Način formiranja završne ocjene (%)	30% prezentacija, 65% završni ispit, prisutnost 5%							
Ocjenjivanje kolokvija i završnog ispita (%)	<50		% nedovoljan (1)					
	50-64		% dovoljan (2)					
	65-75		% dobar (3)					
	76-89		% vrlo dobar (4)					
	90-100		% izvrstan (5)					
Način praćenja kvalitete	☒ studentska evaluacija nastave na razini Sveučilišta ☐ studentska evaluacija nastave na razini sastavnice ☐ interna evaluacija nastave							



	☒ tematske sjednice stručnih vijeća sastavnica o kvaliteti nastave i rezultatima studentske ankete ☐ ostalo
Napomena / Ostalo	Sukladno čl. 6. <i>Etičkog kodeksa</i> Odbora za etiku u znanosti i visokom obrazovanju, „od studenta se očekuje da pošteno i etično ispunjava svoje obveze, da mu je temeljni cilj akademska izvrsnost, da se ponaša civilizirano, s poštovanjem i bez predrasuda“. Prema čl. 14. <i>Etičkog kodeksa</i> Sveučilišta u Zadru, od studenata se očekuje „odgovorno i savjesno ispunjavanje obveza. [...] Dužnost je studenata/studentica čuvati ugled i dostojanstvo svih članova/članica sveučilišne zajednice i Sveučilišta u Zadru u cjelini, promovirati moralne i akademske vrijednosti i načela. [...] Etički je nedopušten svaki čin koji predstavlja povredu akademskog poštenja. To uključuje, ali se ne ograničava samo na: - razne oblike prijevare kao što su uporaba ili posjedovanje knjiga, bilježaka, podataka, elektroničkih naprava ili drugih pomagala za vrijeme ispita, osim u slučajevima kada je to izrijekom dopušteno; - razne oblike krivotvorenja kao što su uporaba ili posjedovanje neautorizirana materijala tijekom ispita; lažno predstavljanje i nazočnost ispitima u ime drugih studenata; lažiranje dokumenata u vezi sa studijima; falsificiranje potpisa i ocjena; krivotvorenje rezultata ispita“. Svi oblici neetičnog ponašanja rezultirat će negativnom ocjenom u kolegiju bez mogućnosti nadoknade ili popravka. U slučaju težih povreda primjenjuje se <u>Pravilnik o stegovnoj odgovornosti studenata/studentica Sveučilišta u Zadru</u>. U elektronskoj komunikaciji bit će odgovarano samo na poruke koje dolaze s poznatih adresa s imenom i prezimenom, te koje su napisane hrvatskim standardom i primjerenim akademskim stilom. U kolegiju se koristi Merlin, sustav za e-učenje, pa su studentima/cama potrebni AAI računi. /izbrisati po potrebi/