

Wymagania niezbędne do otrzymania przez ucznia poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z przedmiotu: Podstawy żywienia dietetycznego :

Rok szkolny 2024/2025
Klasa 4 G

Dział, element z podstawy programowej: 1. Znaczenie żywienia w zachowaniu zdrowia 2. Rola i znaczenie składników pokarmowych dla organizmu człowieka. 3. Normy żywienia i zalecane racje pokarmowe 4. Bilans wodny i energetyczny organizmu. 5. PPM i CPM Przemiany składników odżywczych w organizmie człowieka Klasyfikacja i zasady układania diet leczniczych 6. Charakterystyka i zastosowanie diet leczniczych				
dopuszczający	dostateczny	dobry	bardzo dobry	celujący
- zna pojęcie racjonalne żywienie; - wyjaśnia potrzebę wiedzy żywieniowej - wymienia rolę polskich instytucji zajmujących się problematyką żywienia. - wykorzystać różne źródła informacji w celu doskonalenia umiejętności wymienia rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka	- wyjaśnia pojęcie racjonalne żywienie; - wyjaśnia potrzebę wiedzy żywieniowej - określa rolę polskich instytucji zajmujących się problematyką żywienia. wykorzystać różne źródła doskonalenia umiejętności - określa rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka	- wyjaśnia pojęcie racjonalne żywienie; - analizuje potrzebę wiedzy żywieniowej - określa rolę polskich instytucji zajmujących się problematyką żywienia. - wykorzystać różne źródła informacji w celu doskonalenia umiejętności - określa rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka - oblicza i ocenia wartość odżywczą potrawy	- charakteryzuje pojęcie racjonalne żywienie; - wskazuje potrzebę wiedzy żywieniowej - charakteryzuje rolę polskich instytucji zajmujących się problematyką żywienia. - wykorzystać różne źródła informacji w celu doskonalenia umiejętności analizuje rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka - oblicza i analizuje wartość odżywczą potrawy	- analizuje pojęcie racjonalne żywienie; - określa potrzebę wiedzy żywieniowej - wskazuje rolę polskich instytucji zajmujących się problematyką żywienia. - potrafi wykorzystać różne źródła informacji w celu doskonalenia umiejętności - określa rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka - oblicza wartość odżywczą potrawy

• oblicza wartość odżywczą potrawy • sporządza jadłospis zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia • zna poziomy i zastosowanie norm żywienia człowieka • wyjaśnia zastosowanie normy żywienia dotyczące energii i niezbędnych składników odżywczych przy układaniu jadłospisu • wyjaśnić pojęcia: podstawowa przemiana materii, całkowita przemiana materii, metabolizm, katabolizm, anabolizm, trawienie pokarmów	• oblicza wartość odżywczą potrawy • sporządza jadłospis zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia • wymienia poziomy i zastosowanie norm żywienia człowieka • wskazuje zastosowanie normy żywienia dotyczące energii i niezbędnych składników odżywczych przy układaniu jadłospisu • wyjaśnia pojęcia: podstawowa przemiana materii, ponadpodstawowa przemiana materii, całkowita przemiana materii, metabolizm, katabolizm, anabolizm, trawienie pokarmów opisać etapy trawienia stosuje normy i zasady planowania żywienia • stosuje normy i zasady planowania żywienia • potrafi podzielić ludność na grupy żywieniowe • wyjaśnia rolę enzymów i hormonów w trawieniu wymienia etapy trawienia	• sporządza jadłospis zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia • wymienia poziomy i zastosowanie norm żywienia człowieka • wskazuje zastosowanie normy żywienia dotyczące energii i niezbędnych składników odżywczych przy układaniu jadłospisu • wyjaśnia pojęcia: podstawowa przemiana materii, ponadpodstawowa przemiana materii, całkowita przemiana materii, metabolizm, katabolizm, anabolizm, trawienie pokarmów • wymienia etapy trawienia • stosuje normy i zasady planowania żywienia • potrafi podzielić ludność na grupy żywieniowe • wyjaśnia rolę enzymów i hormonów w trawieniu • wymienia etapy trawienia • scharakteryzuje trawienie na poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego	• sporządza jadłospis zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia • rozróżnia poziomy i zastosowanie norm żywienia człowieka • analizuje zastosowanie normy żywienia dotyczące energii i niezbędnych składników odżywczych przy układaniu jadłospisu • charakteryzuje pojęcia: podstawowa przemiana materii, ponadpodstawowa przemiana materii, metabolizm, katabolizm, anabolizm, trawienie pokarmów opisać etapy trawienia analizuje normy i zasady planowania żywienia • potrafi podzielić ludność na grupy żywieniowe • wyjaśnia rolę enzymów i hormonów w trawieniu • wymienia etapy trawienia scharakteryzować trawienie na poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego	• planuje i ocenia jadłospis zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia • analizuje poziomy i zastosowanie norm żywienia człowieka • wskazuje zastosowanie normy żywienia dotyczące energii i niezbędnych składników odżywczych przy układaniu jadłospisu stosuje pojęcia: podstawowa przemiana materii, ponadpodstawowa przemiana materii, całkowita przemiana materii, metabolizm, katabolizm, anabolizm, trawienie pokarmów opisać etapy trawienia stosuje normy i zasady planowania żywienia • potrafi podzielić ludność na grupy żywieniowe • charakteryzuje rolę enzymów i hormonów w trawieniu oraz etapy trawienia • charakteryzuje trawienie na poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego
--	--	---	--	---

• zna zasady dotyczące opracowania diet: zastosowanie i cel diety, • charakterystyka diety, uwagi technologiczne, produkty i potrawy zalecane, założenia diety, dzienna racja pokarmowa przykład diety wyrażona w produktach, przykład diety • dobiera produkty stosowane w żywieniu dietetycznym • Wymienia rodzaje diet leczniczych • wymienia choroby cywilizacyjne i zadania profilaktyki wymienia zalecenia dietetyczne w profilaktyce i leczeniu otyłości, nadciśnienia i chorób układu krążenia, cukrzycy, antynowotworową	• potrafi scharakteryzować trawienie na poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego • stosuje zasady dotyczące opracowania diet: zastosowanie i cel diety, charakterystyka diety, uwagi technologiczne, produkty i potrawy zalecane, założenia diety, dzienna racja pokarmowa wyrażona w produktach, • wymienia produkty stosowane w żywieniu dietetycznym • omawia diety lecznicze wymienia choroby cywilizacyjne i zadania profilaktyki • scharakteryzuje dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości • charakteryzuje dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości, nadciśnienia i chorób układu krążenia, cukrzycy, antynowotworową	• stosuje zasady dotyczące opracowania diet: zastosowanie i cel diety, charakterystyka diety, uwagi technologiczne, produkty i potrawy zalecane, założenia diety, dzienna racja pokarmowa wyrażona w produktach, przykład diety wymienia produkty stosowane w żywieniu dietetycznym • charakteryzuje diety lecznicze wymienia choroby cywilizacyjne i zadania profilaktyki scharakteryzować dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości • scharakteryzuje dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości, nadciśnienia i chorób układu krążenia, cukrzycy, • stosuje zasady modyfikacji • wskazuje zasady modyfikacji diety lekkiej w zależności od schorzeń • wymienia produkty dozwolone i zabronione w wybranych dietach	• stosuje zasady dotyczące opracowania diet: zastosowanie i cel diety, charakterystyka diety, uwagi technologiczne, produkty i potrawy zalecane, założenia diety, dzienna racja pokarmowa wyrażona w produktach, przykład diety planuje produkty stosowane w żywieniu dietetycznym • wskazuje i rozróżnia diety lecznicze określa choroby cywilizacyjne i zadania profilaktyki scharakteryzować dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości • scharakteryzuje dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości, nadciśnienia i chorób układu krążenia, cukrzycy, antynowotworową diety lekkiej w zależności od schorzeń wskazuje produkty dozwolone i zabronione w wybranych dietach	• wskazuje zasady dotyczące opracowania diet: zastosowanie i cel diety, charakterystyka diety, uwagi technologiczne, produkty i potrawy zalecane, założenia diety, dzienna racja pokarmowa wyrażona w produktach, przykład diety • planuje produkty stosowane w żywieniu dietetycznym planuje żywienie w dietach leczniczych • wskazuje choroby cywilizacyjne i zadania profilaktyki • planuje dietę w profilaktyce i leczeniu otyłości, nadciśnienia i chorób układu krążenia, cukrzycy, antynowotworową • stosuje zasady modyfikacji diety lekkiej w zależności od schorzeń • planuje produkty dozwolone i zabronione w wybranych dietach
---	---	---	---	--

	• wskazuje zasady modyfikacji diety lekkiej w zależności od schorzeń • wymienia dozwolone i zabronione w wybranych dietach • wymienić techniki stosowane w czasie przyrządzania posiłków dietetycznych	• wymienić techniki stosowane w czasie przyrządzania posiłków dietetycznych	• wymienić rodzaje diet wskazać zasady modyfikacji diety lekkiej w zależności od schorzeń • wymienia produkty • charakteryzuje techniki stosowane w czasie przyrządzania posiłków dietetycznych	• planuje stosowane w czasie przyrządzania posiłków dietetycznych • wymienić produkty dozwolone i zabronione w wybranych dietach • wymienić techniki stosowane w czasie przyrządzania posiłków dietetycznych
--	--	---	---	--