Табела 5.1 Спецификација предмета на студијском програму докторских студија

<table>
<tr><td colspan="3">Назив предмета: Базични аспекти нутриције, суплементације и допинга у спорту и физичкој активности</td></tr>
<tr><td colspan="3">Наставник или наставници: Дејан Нешић, Нађа Васиљевић, Жељка Станојевић</td></tr>
<tr><td colspan="3">Статус предмета: изборни</td></tr>
<tr><td colspan="3">Број ЕСПБ: 5</td></tr>
<tr><td colspan="3">Услов: уписан трећи семестар докторских студија</td></tr>
<tr><td colspan="3">Циљ предмета
Циљ предмета је да студенти докторских студија упознају и усваје знања из области савремених метода испитивања нутритивних фактора и суплемената који утичу на функционалне способности код здравих, спортиста и болести и стања код којих су функционалне и/или моторне способности нарушене.</td></tr>
<tr><td colspan="3">Исход предмета
Очекује се да студенти буду оспособљени за дизајнирање и извођење различитих типова савремених базичних и клиничких истраживања нутритивних фактора и суплемената који утичу на функционалне способности код здравих, спортиста и код болести и стања код којих су функционалне и/или моторне способности нарушене. Очекује се да студенти буду оспоспбљени за анализу и интерпретацију резултата истраживања у складу са актуелним сазнањима базичних и примењених истраживања.</td></tr>
<tr><td colspan="3">Садржај предмета
Теоријска и практична настава
Савремена сазнања о елементима правилне исхране. Дневне потребе угљених хидрата, масти и беланчевина код здравих, спортиста и болести и стања код којих су функционалне и/или моторне способности нарушене, у односу на узраст и пол. Дневне потребе воде код здравих, спортиста и болести и стања код којих су функционалне и/или моторне способности нарушене, у односу на узраст и пол. Дневне потребе витамина и минерала код здравих, спортиста и болести и стања код којих су функционалне и/или моторне способности нарушене, у односу на узраст и пол. Специфичности исхране и суплементације пре, током и након тренинга. Специфичности исхране и суплементације код спортова снаге и издржљивости, оних који се играју на отвореним игралиштима и у спортским дворанама. Специфичности исхране и суплементације у спортовима са ограничењем телесне масе. Специфичности исхране и суплементације током путовања. Анти допинг кодекс, листа забрањених супстанци и последице кршења антидопинг правила. Генски допинг. Истраживачке методе у области спортске нутриције и суплементације.</td></tr>
<tr><td colspan="3">Препоручена литература
1. Debasis Bagchi Nutrition and Enhanced Sports Performance Muscle Building, Endurance and Strength; Elsevier, 2013.
2. Paul David. A Guide to the World Anti-Doping Code: The Fight for the Spirit of Sport Revised Edition; Cambridge University Press, 2017.
3. Louise Burke, Vicki Deakin. Clinical Sports Nutrition, Sixth Edition; McGraw-Hill Medicine, 2021.
4. Dan Benardot, ACSM ACSM's Nutrition for Exercise Science (American College of Sports Medicine) 1st Edition; Lippincott Williams & Wilkins, 2018.
5. On line resursi</td></tr>
<tr><td>Број часова активне наставе</td><td>Теоријска настава:2</td><td>Практична настава:2</td></tr>
<tr><td colspan="3">Методе извођења наставе
предавања, контакт часови, семинари, вежбе</td></tr>
<tr><td colspan="3">Оцена знања (максимални број поена 100)
Завршна оцена се формира на основу активног учешћа у настави (10%), писања и одбране семинарског рада (20%), решавање истраживачког задатка (20%) и завршног теста (50%)</td></tr>
<tr><td colspan="3">Начин провере знања могу бити различити : (писмени испити, усмени испт, презентација пројекта, семинари итд.....</td></tr>
<tr><td colspan="3">*максимална дужна 1 страница А4 формата</td></tr>
</table>