

**Wykaz literatury
Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!”
dla uczniów gimnazjów
rok szkolny 2012/2013**

Przygotowując się do Konkursu, wskazane jest korzystanie w pierwszej kolejności z:

- podręczników szkolnych,
- encyklopedii oraz leksykonów ogólnych i tematycznych,

Uczestnicy Konkursu powinni wykorzystywać w szerokim zakresie wszelką dostępną dla nich literaturę, zawierającą obiektywną, potwierdzoną naukowo i wiarygodną wiedzę obejmującą tematykę Konkursu.

Wymienione poniżej tytuły stanowią listę książek przydatnych do pogłębienia wiedzy:

1. Materiały edukacyjne Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj formę!” dostępne na stronie www.trzymajforme.pl
2. Czerwińska D., Kołajtis-Dołowy A., Kozłowska K., Pietruszka B.: **Podstawy żywienia człowieka**. Format AB, Warszawa 2004.
3. Gawęcki J., Hasik J. (red.): **Żywienie człowieka zdrowego i chorego**. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2000.
4. Gawęcki J., Mossor-Pietraszewska T. (red.): **Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu**. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2004.
5. Kunachowicz A., Czarnowska-Misztal E., Turlejska H.: **Zasady żywienia człowieka**. WSiP, Warszawa 2004.
6. Szewczyński J., Skrodzka Z.: **Higiena żywienia**. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 1994.
7. Biernat J.: **Żywienie, żywność a zdrowie**. Wyd. ASTRUM, Wrocław 2001.
8. Gawęcki J., Baryłko-Piekielna N. (red.): **Zmysły a jakość żywności i żywienia**. Biblioteczka Olimpiady Wiedzy o Żywieniu, Wyd. AR w Poznaniu, Poznań 2007.
9. Gawęcki J., Jeszka J. (red.): **Energia w żywności i żywieniu**. Biblioteczka Olimpiady Wiedzy o Żywieniu, Wyd. UP w Poznaniu, Poznań 2010.