

KARTA MODUŁU 2022/2023

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Dietetyka						
Poziom studiów:	I stopień						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne						
Nazwa modułu:	Żywnienie człowieka						
Rodzaj modułu:	Obowiązkowy						
Język wykładowy:	Język polski*						
Rok studiów:	2	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:					
Semestr:	3	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
Liczba punktów ECTS ogółem:	4	35	35	-	-	-	-
Forma zaliczenia:	Egzamin						
Wymagania wstępne:	Podstawowa wiedza, umiejętności oraz kompetencje w zakresie żywienia człowieka.						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
Cele kształcenia:							
<p>Cel 1: Zapoznanie z zasadami i znaczeniem higieny i bezpieczeństwa żywności.</p> <p>Cel 2: Zapoznanie się z zasadami żywienia dla wybranych grup populacyjnych oraz w wybranych chorobach.</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH ORAZ METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW							
Efekt	Student, który zaliczył moduł w zakresie:					Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji
wiedzy:							
1	Zna budowę, sposób biosyntezy i funkcje fizjologiczne białek, tłuszczów, węglowodanów. Rozumie funkcje witamin, hormonów i metabolitów wtórnych oraz elektrolitów i pierwiastków śladowych.					K1D_W01	Kolokwium
2	Zna procesy metaboliczne, rozumie i potrafi wyjaśnić wzajemne zależności pomiędzy układem pokarmowym, a układem nerwowym, krążenia i oddychania, moczowym i dokrewnym					K1D_W04	Kolokwium
3	Ma wiedzę z zakresu składu oraz właściwości surowców, produktów żywnościowych i dodatków do żywności. Zna rolę składników odżywczych w przemianach metabolicznych organizmu oraz jego zapotrzebowanie energetyczne.					K1D_W08	Kolokwium
4	Zna metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia z uwzględnieniem dzieci i młodzieży.					K1D_W16	Kolokwium
5	Ma wiedzę z zakresu zaleceń i norm żywieniowych, zasad żywienia różnych grup społecznych ludzi w zdrowiu i w chorobie, w tym typy stosowanych diet. Zna powiązania między nieprawidłowym żywieniem, a wybranymi chorobami, przyczynami i skutkami zaburzeń odżywiania z uwzględnieniem profilaktyki żywieniowej w wybranych chorobach.					K1D_W18	Kolokwium
umiejętności:							
1	Student potrafi określić sposób żywienia, stan odżywienia, zdefiniować problemy żywieniowe różnych grup ludności, osób zdrowych i chorych oraz zaplanować diety i wdrożyć żywienie dostosowane do ich potrzeb.					K1D_U11	Kolokwium

2	Umie posługiwać się aktualnymi zaleceniami żywieniowymi i normami stosowanymi w zakładach żywienia zbiorowego i żywieniu człowieka.	K1D_U14	Kolokwium
3	Potrafi określić wartość odżywczą i energetyczną diet na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw oraz w oparciu o programy komputerowe.	K1D_U15	Kolokwium
4	Potrafi zaplanować i zorganizować żywienie zbiorowe.	K1D_U17	Kolokwium
kompetencji społecznych:			
1	Posiada umiejętność stałego dokształcania się.	K1D_K02	Obserwacja
2	Przestrzega zasad etyki zawodowej. Przestrzega tajemnicy obowiązującej pracowników. Ma świadomość znaczenia społecznej, zawodowej i etycznej odpowiedzialności za wysoką jakość żywności i żywienia.	K1D_K04	Obserwacja
IV. TREŚCI PROGRAMOWE			
Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)			
Wykład			
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S	
Wykład 1	Historia nauki o żywieniu.	2	
Wykład 2	Żywność a zwyczaje kulturowe. Etnodietetyka. Kulturowe uwarunkowania spożycia pokarmu.	6	
Wykład 3	Normy żywieniowe.	3	
Wykład 4	Ocena żywienia. Ocena wyżywienia i ocena stanu odżywienia.	6	
Wykład 5	Prawidłowe żywienie w różnych okresach życia – praktyczne wskazówki.	6	
Wykład 6	Konsekwencje zdrowotne niewłaściwego żywienia różnych grup wiekowych.	4	
Wykład 7	Żywieniowa promocja zdrowia w Polsce.	4	
Wykład 8	Wartość odżywcza i jakość zdrowotna żywności. Przetwarzanie i suplementacja żywności (E-dodatki). Ksenobiotyki.	4	
Laboratorium			
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S	
Laboratorium 1	Ocena stanu odżywienia. Metody oceny stanu odżywienia. Antropometryczna ocena stanu odżywienia. Badania biochemiczne.	6	
Laboratorium 2	Wskaźniki wartości odżywczej produktów spożywczych i złożonych z nich racji pokarmowych. Obliczanie wskaźnika INQ.	4	
Laboratorium 3	Normy żywienia. Rodzaje norm. Zastosowanie i wykorzystanie norm w planowaniu żywienia osób indywidualnych i grup ludności – ćwiczenia praktyczne.	6	
Laboratorium 4	Zastosowanie norm żywienia w planowaniu jadłospisów grup ludności. Zasady planowania diet.	6	
Laboratorium 5	Obliczanie indeksu i ładunku glikemicznego produktów i potraw – ćwiczenia praktyczne.	3	
Laboratorium 6	Suplementacja racji pokarmowej składnikami odżywczymi – studia przypadku.	4	
Laboratorium 7	Zastosowanie programów komputerowych do oceny sposobu żywienia.	6	
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE			
1. Metody kształcenia:			
<ul style="list-style-type: none"> • Wykład multimedialny • Wykład informacyjny • Ćwiczenia problemowe z obliczeniami przy tablicy • Ćwiczenia teoretyczne • Ćwiczenia praktyczne • Zajęcia obliczeniowe • Prezentacja 			
2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:			
<ul style="list-style-type: none"> • Projektor/tablica multimedialna • Tablica 			

- Sprzęt laboratoryjne
- Sprzęt do praktycznej nauki zawodu

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

Forma zaliczenia modułu. Egzamin

Kryteria oceny formującej***:

- Krótkie zadania domowe
- Umiejętność samodzielnego rozwiązywania zadań przy tablicy
- Aktywność na zajęciach
- Kolokwium
- Egzamin z treści wykładowej
- Obserwacja
- Sprawozdania

Kryteria oceny podsumowującej***

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje pozytywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonane zadania są nieprawidłowe, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad etycznych w dietetyce. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

Ocena podsumowująca***:

Średnia arytmetyczna ocen formujących.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	70
Udział w wykładach	35
Udział w innych formach zajęć	35
Inne (-)	-
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	
Przygotowanie do wykładu	10
Przygotowanie do innych form zajęć	10
Przygotowanie do egzaminu	10
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	

Łączna liczba godzin	100
Punkty ECTS za moduł	4
VIII. ZALECANA LITERATURA	
Literatura podstawowa:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Gawęcki J., Hryniewiecki L (red.). Żywnie człowieka. Podstawy nauki i żywnieiu. PWN, Warszawa. 2010. 2. Hasik J., Gawęcki J. (red.). Żywnie człowieka zdrowego i chorego. PWN, Warszawa, 2010. 3. Bułhak-Jachymczyk B., Jarosz M. Normy żywnie człowieka Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. PZWL, Warszawa, 2008. 	
Literatura uzupełniająca:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Podstawy nauki o żywnie człowieka – red. J. Biernat, WUP, 2009. 2. Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka, H. Ciborowska, A. Rudnicka, PZWL 2000. 	

*należy odpowiednio wypełnić

**należy wpisać formę/formy przypisane do modułu określone w programie studiów (wykład, ćwiczenia, seminarium, konwersatorium, lektorat, laboratorium, warsztat, projekt, zajęcia praktyczne, zajęcia terenowe, zajęcia wychowania fizycznego, praktyka zawodowa, inne)

*** należy wpisać odpowiednie kryteria oceny