

KARTA MODUŁU

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:	Żywienie człowieka						
Rodzaj modułu:	Moduł kształcenia kierunkowego						
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	30	30	-	-	-	-
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							
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:						Odniesienie do efektów kierunkowych
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
2	Zna procesy metaboliczne, rozumie i potrafi wyjaśnić wzajemne zależności pomiędzy układem pokarmowym, a układem nerwowym, krążenia i oddychania, moczowym i dokrewnym.						K1D_W04
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
4	Zna metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia z uwzględnieniem dzieci i młodzieży.						K1D_W16
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
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
2	Umie posługiwać się aktualnymi zaleceniami żywieniowymi i normami stosowanymi w zakładach żywienia zbiorowego i żywienia człowieka.						K1D_U14

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
4	Potrafi zaplanować i zorganizować żywienie zbiorowe.	K1D_U17
kompetencji społecznych:		
1	Posiada umiejętność stałego dokształcania się	K1D_K02
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
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/N
Wykład 1	Żywienie a zwyczaje kulturowe. Etnodietetyka. Kulturowe uwarunkowania spożycia pokarmu.	5
Wykład 2	Normy żywienia	5
Wykład 3	Ocena żywienia. Ocena wyżywienia i ocena stanu odżywienia.	5
Wykład 4	Prawidłowe żywienie w różnych okresach życia – praktyczne wskazówki.	5
Wykład 5	Konsekwencje zdrowotne niewłaściwego żywienia różnych grup wiekowych.	5
Wykład 6	Wartość odżywcza i jakość zdrowotna żywności. Przetwarzanie i suplementacja żywności (E-dodatki). Ksenobiotyki.	5
Laboratorium		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Laboratorium 1	Ocena stanu odżywienia. Metody oceny stanu odżywienia. Antropometryczna ocena stanu odżywienia. Badania biochemiczne	2
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.	4
Laboratorium 4	Zastosowanie norm żywienia w planowaniu jadłospisów grup ludności. Zasady planowania diet.	4
Laboratorium 5	Obliczanie indeksu i ładunku glikemicznego produktów i potraw – ćwiczenia praktyczne.	6
Laboratorium 6	Suplementacja racji pokarmowej składnikami odżywczymi – studia przypadku.	4
Laboratorium 7	Zastosowanie programów komputerowych do oceny sposobu żywienia.	4
Laboratorium 8	Podsumowanie zajęć.	2
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE		
<p>1. Metody kształcenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wykłady informacyjne • Wykłady problemowe • Zajęcia laboratoryjne – obliczeniowe • Dyskusja, • praca w zespole <p>2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Projektor/tablica multimedialna • Tablica • Sprzęt laboratoryjny • Sprzęt do praktycznej nauki zawodu 		
VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU		

1. Formy zaliczenia:

- egzamin

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

- Kolokwium
- Obserwacja zachowań
- Przygotowanie do zajęć
- Aktywność na zajęciach

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określone są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	60
Udział w wykładach	30
Udział w innych formach zajęć (**)	30
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	40
Przygotowanie do wykładu	15
Przygotowanie do innych form zajęć (**)	15
Przygotowanie do egzaminu	10
Przygotowanie do zaliczenia innych form zajęć (**)	
Łączna liczba godzin	100
Punkty ECTS za moduł	4

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Gawęcki J., Hryniewiecki L (red.). Żywność człowieka. Podstawy nauki i żywienia. PWN, Warszawa. 2010. 2. Hasik J., Gawęcki J. (red.). Żywność człowieka zdrowego i chorego. PWN, Warszawa, 2010.
3. Bułhak-Jachymczyk B., Jarosz M. Normy żywienia człowieka Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. PZWL, Warszawa, 2008.

Literatura uzupełniająca:

1. Podstawy nauki o żywieniu człowieka – red. J. Biernat, WUP, 2009.
2. Dietetyka. Żywność zdrowego i chorego człowieka, H. Ciborowska, A. Rudnicka, PZWL 2000

Na kierunkach studiów, na których obowiązują standardy kształcenia oraz odrębne przepisy określone przez właściwego ministra, karty modułów powinny także uwzględniać powyższe uregulowania

*należy odpowiednio wypełnić

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