**KARTA MODUŁU**

| I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA<br>WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ** | | | | | | | | |
| **Kierunek studiów:** | | DIETETYKA | | | | | | |
| **Poziom studiów:** | | studia pierwszego stopnia | | | | | | |
| **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 | | | | | |
| **Liczba punktów ECTS ogółem:** | 4 | 20 | 15 | | | | | |
| **Forma zaliczenia:** | | Egzamin | | | | | | |
| **Wymagania wstępne:** | | Podstawowa wiedza, umiejętności oraz kompetencje w zakresie żywienia człowieka. | | | | | | |

| II. CELE KSZTAŁCENIA |
|---|
| **Cele kształcenia:** |
| **Cel 1:** Zapoznanie z zasadami i znaczeniem higieny i bezpieczeństwa żywności.<br>**Cel 2:** Zapoznanie się z zasadami żywienia dla wybranych grup populacyjnych oraz w wybranych chorobach |

| III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH | | |
|---|---|---|
| Efekt | Student, który zaliczył moduł w zakresie: | Odniesienie do efektów kierunkowych |
| **wiedzy:** | | |
| W01 | Zna budowę, sposób biosyntezy i funkcje fizjologiczne białek, tłuszczów, węglowodanów. Rozumie funkcje witamin, hormonów i metabolitów wtórnych oraz elektrolitów i pierwiastków śladowych. | K1D_W01 |
| W02 | Zna procesy metaboliczne, rozumie i potrafi wyjaśnić wzajemne zależności pomiędzy układem pokarmowym, a układem nerwowym, krążenia i oddychania, moczowym i dokrewnym. | K1D_W04 |
| W03 | 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 |
| W04 | Zna metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia z uwzględnieniem dzieci i młodzieży. | K1D_W16 |
| W05 | 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:** | | |
| U01 | 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 |
| U02 | Umie posługiwać się aktualnymi zaleceniami żywieniowymi i normami stosowanymi w zakładach żywienia zbiorowego i żywieniu człowieka. | K1D_U14 |
| U03 | 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 |
| U04 | Potrafi zaplanować i zorganizować żywienie zbiorowe. | K1D_U17 |
| **kompetencji społecznych:** | | |
| K01 | Posiada umiejętność stałego dokształcania się | K1D_K02 |
| K02 | 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 podziałam na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)**

**Wykład**

| Kod | Tematyka zajęć | Liczba godzin S/N |
|---|---|---|
| w1 | Żywienie a zwyczaje kulturowe. Etnodietetyka. Kulturowe uwarunkowania spożycia pokarmu. | 3 |
| w2 | Normy żywienia | 3 |
| w3 | Ocena żywienia. Ocena wyżywienia i ocena stanu odżywienia. | 4 |
| w4 | Prawidłowe żywienie w różnych okresach życia – praktyczne wskazówki. | 4 |
| w5 | Konsekwencje zdrowotne niewłaściwego żywienia różnych grup wiekowych. | 4 |
| w6 | Wartość odżywcza i jakość zdrowotna żywności. Przetwarzanie i suplementacja żywności (E-dodatki). Ksenobiotyki. | 2 |

**Laboratorium**

| Kod | Tematyka zajęć | Liczba godzin S |
|---|---|---|
| lab1 | Zapoznanie z regulaminem laboratorium. Ocena stanu odżywienia. Metody oceny stanu odżywienia. Antropometryczna ocena stanu odżywienia. Badania biochemiczne | 2 |
| lab2 | Wskaźniki wartości odżywczej produktów spożywczych i złożonych z nich racji pokarmowych. Obliczanie wskaźnika INQ | 4 |
| lab3 | Normy żywienia. Rodzaje norm. Zastosowanie i wykorzystanie norm w planowaniu żywienia osób indywidualnych i grup ludności – ćwiczenia praktyczne. | 2 |
| lab4 | Zastosowanie norm żywienia w planowaniu jadłospisów grup ludności. Zasady planowania diet. | 3 |
| lab7 | Zastosowanie programów komputerowych do oceny sposobu żywienia. | 4 |

## V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

**1. Metody kształcenia:**

- Wykłady problemowe, multimedialne.
- Ćwiczenia: prezentacje i dyskusja.

**2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:**

Projektor, tablica multimedialna, Internet.

## VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

**1. Formy zaliczenia:**

- **Wykład**: egzamin
- **Ćwiczenia**: zaliczenie z oceną.

**2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:**

**Wykład:**

- Egzamin pisemny/ Test wiedzy.

  100% – 91% możliwych punktów do zdobycia – bdb
  90% - 81% - db plus
  80% - 71% - db
  70% - 61% - dst plus
  60% - 51% - dst
  50% i mniej - ndst
- Obserwacja i ocena postaw studenta

**Laboratorium:**

- Kolokwium :
  100% – 91% możliwych punktów do zdobycia – bdb

90% - 81% - db plus
80% - 71% - db
70% - 61% - dst plus
60% - 51% - dst
50% i mniej - ndst

- zadania domowe
- Umiejętność samodzielnego rozwiązywania zadań przy tablicy
- Aktywność na zajęciach
- Prezentacja umiejętności

**3. Podstawowe kryteria oceny określane 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)*** | 35 |
| Udział w wykładach | 20 |
| Udział w laboratorium | 15 |
| ***Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)*** | 65 |
| Przygotowanie do wykładu | 15 |
| Przygotowanie do laboratorium | 20 |
| Przygotowanie do egzaminu | 10 |
| Przygotowanie do zaliczenia laboratorium | 20 |
| ***Łączna liczba godzin*** | 100 |
| ***Punkty ECTS za moduł*** | 4 |

## VIII. ZALECANA LITERATURA

**Literatura podstawowa:**

1. Gawęcki J., Hryniewiecki L (red.). Żywienie człowieka. Podstawy nauki i żywieniu. PWN, Warszawa. 2022.
2. Grzymisławski M., Moszak M. Żywienie człowieka zdrowego i chorego T2. PWN, Warszawa, 2022.
3. Rychlik E.,Stoś K.,Woźniak A., Mojska H., Normy żywienia dla populacji Polski, Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH, Warszawa, 2024.

**Literatura uzupełniająca:**

1. Podstawy nauki o żywieniu człowieka – red. J. Biernat, WUP, 2009.
2. Dietetyka. Żywienie 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)