


KAPITAŁ LUDZKI
 NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

 Projekt współfinansowany przez
 Unię Europejską w ramach
 Europejskiego Funduszu
 Społecznego

UNIA EUROPEJSKA
 EUROPEJSKI
 FUNDUSZ SPOŁECZNY


Nazwa przedmiotu		Kod ECTS	
Podstawy żywienia człowieka		13.3.0859	
Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot			
Wydział Chemii			
Studia			
wydział	kierunek	poziom	pierwszego stopnia
Wydział Chemii	Chemia	forma	stacjonarne
		moduł	chemia żywności
		specjalnościowy	
		specjalizacja	wszystkie
Nazwisko osoby prowadzącej (osób prowadzących)			
dr inż. Dorota Kaczerska			
Formy zajęć, sposób ich realizacji i przypisana im liczba godzin		Liczba punktów ECTS	
Formy zajęć		2	
Wykład		zajęcia - 30 godz.	
Sposób realizacji zajęć		konsultacje - 5 godz.	
zajęcia w sali dydaktycznej		praca własna studenta -15 godz.	
Liczba godzin		RAZEM: 50 godz. - 2 ECTS	
Wykład: 30 godz.			
Termin realizacji przedmiotu			
2023/2024 letni			
Status przedmiotu		Język wykładowy	
obowiązkowy		polski	
Metody dydaktyczne		Forma i sposób zaliczenia oraz podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne	
Wykład z prezentacją multimedialną		Sposób zaliczenia	
		Zaliczenie na ocenę	
		Formy zaliczenia	
		pisemne zaliczenie w formie testowej	
		Podstawowe kryteria oceny	
		Pisemne testowe zaliczenie (pozytywny wynik, gdy uzyskano, co najmniej 51 % prawidłowych odpowiedzi). Bardzo dobry 5,0 odpowiada 91% i więcej prawidłowych odpowiedzi Dobry plus 4,5 odpowiada 81% - 90% prawidłowych odpowiedzi Dobry 4,0 odpowiada 71% - 80% prawidłowych odpowiedzi Dostateczny plus 3,5 odpowiada 61% - 70% prawidłowych odpowiedzi Dostateczny 3,0 odpowiada 51% - 60% prawidłowych odpowiedzi Niedostateczny 2,0 odpowiada 50% i mniej prawidłowych odpowiedzi Zwolnienie z zaliczenia przedmiotu podejmuje indywidualnie kierownik dydaktyczny przedmiotu po wcześniejszym przedstawieniu przez studenta pisemnego podania i pełnej dokumentacji (ilość godz., p. ECTS itd.) o zaliczeniu przedmiotu na pokrewnej uczelni . Wykłady nie odbędą się przy obecności studentów ≤ 5 osób	
Sposób weryfikacji założonych efektów uczenia się			

Sposób weryfikacji przyswojenia wiedzy:

Zdobyta podczas wykładu wiedza jest weryfikowana podczas rozwiązywania pisemnego testu (K_W05)

Sposób weryfikacji nabycia umiejętności:

W oparciu o zdobytą wiedzę student samodzielnie przygotowuje się do zaliczenia przedmiotu (K_U09)

Sposób weryfikacji nabrania kompetencji społecznych:

Obserwacja i ocena zachowania studenta podczas zajęć i konsultacji z nauczycielem (K_K01)

Określenie przedmiotów wprowadzających wraz z wymogami wstępnymi

A. Wymagania formalne

brak

B. Wymagania wstępne

brak

Cele kształcenia

1. Nauczenie studenta umiejętności charakterystyki teoretycznej i praktycznej makro i mikroskładników diety i ich pozytywnego i negatywnego wpływu na organizm człowieka.
2. Przekazanie wiedzy na temat zasad prawidłowej, zbilansowanej diety oraz zapotrzebowania na poszczególne składniki po-karmowe oraz źródeł składników odżywczych i nieodżywczych.
3. Nauczenie studenta umiejętności szczegółowej charakterystyki diety podstawowej i eliminacji błędów żywieniowych.
4. Nauczenie studenta określania wartości energetycznej pożywienia oraz wartości energetycznej diety z rozkładem na makro o mikroskładniki pożywienia.

Treści programowe

- A. Problematyka wykładu obejmuje następujące zagadnienia
- Makroskładniki diety- białka, węglowodany, tłuszcze
 - Witaminy i składniki mineralne, woda, błonnik
 - Selektywne niedobory składników pokarmowych
 - Podstawowe informacje na temat przewodu pokarmowego
 - Potrzeby energetyczne organizmu, wartość energetyczna pożywienia
 - Zanieczyszczenia i substancje antyodżywcze w żywności
 - Antyoksydanty, żywność bioaktywna
 - Żywność genetycznie zmodyfikowana
 - Bezpieczeństwo żywieniowe

Wykaz literatury

- A. Literatura wymagana do ostatecznego zaliczenia zajęć (zdania egzaminu):
- A.1. wykorzystywane podczas zajęć :
1. Gawęcki J.Hryniewiecki L [red]. Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN, Warszawa, 1998
 2. Gawęcki J., Roszkowski W.[red]: Żywność człowieka a zdrowie publiczne. PWN. Warszawa 2009
 3. Gertig H. Gawęcki J.: Żywność człowieka, słownik terminologiczny. PWN Warszawa 2007.
 4. Jarosz M. Bułhak-Jachimczyk [red] Normy żywienia człowieka, PZWL, Warszawa, 2008
 5. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności, PZWL, Warszawa, 2005
- A.2. wykorzystywane samodzielnie przez studenta:
1. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności, PZWL, Warszawa, 2005
 2. W. Łysiak-Szydłowska: Żywność kliniczna
- B. Literatura uzupełniająca
1. Gertig H. Przysławski J. Bromatologia – zarys nauki o żywności i żywieniu. PZWL. Warszawa 2006.
 2. Zachwieja Z [red] Leki i pożywienie – interakcje. MedPharm Polska 2008
 3. Wardlaw G., Insel P. Perspectives in nutrition, wyd. Mosby 1995
 4. Czasopisma: Polish J. Food and Nutrition Sciences, Żywność, Żywność Człowieka i Metabolizm
- . <http://ific.org>
 . www.espen.org
 . www.polspen.org
 . www.nutrition.org

Kierunkowe efekty uczenia się

K_W05: posiada zaawansowaną wiedzę w zakresie studiowanej specjalności chemicznej;

Wiedza

Znajomość zasad zbilansowanej diety

<p>K_U09: umie uczyć się samodzielnie; K_K01: identyfikuje poziom swojej wiedzy i umiejętności, potrzebę ciągłego dokształcania się oraz rozwoju osobistego;</p>	
	<p>Umiejętności</p> <p>Umiejętność oceny zapotrzebowania energetycznego organizmu i struktury diety i identyfikacja zagrożeń zdrowotnych</p>
	<p>Kompetencje społeczne (postawy)</p> <p>Posiada umiejętność stałego dokształcania się; Przestrzega praw innych osób, w tym prawa do informacji dotyczącej ;postępowania żywienia-wego/dietetycznego oraz jego możliwości następstw i ograniczeń</p>
<p>Kontakt</p> <p>dorotakaczerska@o2.pl</p>	