



01341-10-B

PODSTAWY ŻYWIENIA CZŁOWIEKA

ECTS: 3

BASIS OF HUMAN NUTRITION

CYKL: 2013/2014

TREŚCI MERYTORYCZNE

WYKŁAD

Bilans energii organizmu człowieka i jego zaburzenia. Znakowanie żywności informacją żywieniową. Rola składników pożywienia w organizmie człowieka. Normy żywienia i racje pokarmowe. Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia. Test sprawdzający wiedzę.

CEL KSZTAŁCENIA

Przekazanie wiedzy nt. roli pożywienia i składników pokarmowych w zaspokajaniu potrzeb żywieniowych człowieka. Zapoznanie z zasadami racjonalnego odżywiania, skutkami nieprawidłowego odżywiania i profilaktyką chorób dietozależnych. Nabycie podstawowych umiejętności identyfikacji błędów w odżywianiu różnych grup ludności oraz przewidywania skutków zdrowotnych nieprawidłowego odżywiania. Nabycie podstawowych umiejętności przeprowadzania oceny stanu odżywienia metodami antropometrycznymi.

OPIS EFEKTÓW KSZTAŁCENIA PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO OBSZAROWYCH I KIERUNKOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

Symbolce efektów obszarowych H1A_W04++, H1A_W08+, H1A_U01++, H1A_K02++, S1A_K05+

Symbolce efektów kierunkowych K1_W01+, K1_W23+, K1_W24+, K1_U21+, K1_U22+, K1_K06+, K1_K07+, K1_K15+

EFEKTY KSZTAŁCENIA

Wiedza

W1 - Charakteryzuje żywność jako źródło składników pokarmowych. (K1_W01)

W2 - Wyjaśnia rolę składników pokarmowych w organizmie człowieka i wskazuje skutki ich niedoborów lub nadmiarów. (K1_W24)

W3 - Wymienia zasady racjonalnego odżywiania i zasady odżywiania różnych grup ludności oraz wskazuje skutki błędów w odżywianiu. (K1_W23)

Umiejętności

U1 - Wyznacza rekomendowane spożycie energii i podstawowych składników pokarmowych (K1_U21)

U2 - Ocenia prostymi metodami sposób żywienia i wskazuje błędy w odżywianiu. (K1_U22)

Kompetencje społeczne

K1 - Ma świadomość wpływu żywności i żywienia na stan i funkcjonowanie organizmu człowieka. (K1_K15)

K2 - Jest zorientowany na potrzeby pacjenta oraz wykazuje troskę i odpowiedzialność za jego zdrowie. (K1_K06, K1_K07)

LITERATURA PODSTAWOWA

1) Gawęcki J. (red.), 2010r., "Żywność człowieka. Podstawy nauki i żywienia", wyd. PWN, Warszawa, 2) Gawęcki J., Mossor-Pietraszewska T. (red.), 2004r., "Kompedium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu", wyd. PWN, Warszawa.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA

1) Gawęcki J., Roszkowski W. (red.), 2009r., "Żywność z zdrowie publiczne", wyd. PWN, Warszawa, 2) Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.), 2010r., "Żywność człowieka zdrowego i chorego", wyd. PWN, Warszawa, 3) Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B. (red.), 2008r., "Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych.", wyd. PZWL, Warszawa, 4) Peckenpaugh N., 2011r., "Podstawy żywienia i dietoterapia", wyd. Elsevier Urban & Partner, Wrocław, 5) Turlejska H., Pelzner U., Szponar L., Konecka-Matyjek E., 2004r., "Zasady racjonalnego żywienia - zalecane racje pokarmowe dla wybranych grup ludności w zakładach żywienia zbiorowego.", wyd. ODDK, Gdańsk, 6) Ziemiański Ś., 1998r., "Podstawy prawidłowego żywienia człowieka. Zalecenia żywieniowe dla ludności w Polsce", wyd. Wyd. Instytut Danone, Warszawa.

Przedmiot/moduł:

PODSTAWY ŻYWIENIA CZŁOWIEKA

Obszar kształcenia: nauki humanistyczne

Status przedmiotu: Obligatoryjny

Grupa przedmiotów: B-przedmiot kierunkowy

Kod ECTS: 01341-10-B

Kierunek studiów: Nauki o rodzinie

Specjalność: Wszystkie specjalności

Profil kształcenia: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Poziom studiów/Forma kształcenia: Studia pierwszego stopnia

Rok/semestr: III/6

Rodzaje zajęć: wykład

Liczba godzin w semestrze/tygodniu:

Wykład: 10/2

Formy i metody dydaktyczne

Wykład

Wykład - interaktywny z prezentacją multimedialną (W1, W2, W3, U1, U2, K1, K2)

Forma i warunki zaliczenia

Egzamin pisemny (test wielokrotnego wyboru) - (test)

(W1, W2, W3, U1, U2, K1, K2)

Liczba punktów ECTS: 3

Język wykładowy: polski

Przedmioty wprowadzające: brak

Wymagania wstępne: brak

Nazwa jednostki organizacyjnej realizującej

przedmiot:

Katedra Żywienia Człowieka

adres: pl. Cieszyński 1, pok. 114, 10-726 Olsztyn
tel./fax 523-37-60, fax 523-37-32

Osoba odpowiedzialna za realizację przedmiotu:

prof. dr hab. inż. Lidia Maria Wądołowska, prof.zw.

e-mail: lidia.wadolowska@uwm.edu.pl

Osoby prowadzące przedmiot:

dr inż. Ewa Niedźwiedzka, dr inż. Małgorzata Anna Słowińska, prof. dr hab. inż. Lidia Maria Wądołowska, prof.zw.

Szczegółowy opis przyznanej punktacji ECTS - część B

PODSTAWY ŻYWIENIA CZŁOWIEKA

ECTS: 3

BASIS OF HUMAN NUTRITION

Na przyznaną liczbę punktów ECTS składają się :

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:

- konsultacje e-mailowe	25,0 godz.
- udział w wykładach	10,0 godz.
	35,0 godz.

2. Samodzielna praca studenta:

- przygotowanie do testu pisemnego	10,0 godz.
- samokształcenie	30,0 godz.
	40,0 godz.

godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta OGÓŁEM: 75,0 godz.

liczba punktów ECTS = 75,00 godz. : 25,00 godz./ECTS = **3,00 ECTS**

w zaokrągleniu: **3 ECTS**

- w tym liczba punktów ECTS za godziny kontaktowe z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego - **1,40** punktów ECTS,

- w tym liczba punktów ECTS za godziny realizowane w formie samodzielnej pracy studenta - **1,60** punktów ECTS.