

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie

Instytut Dietetyki

Opis modułu kształcenia

Nazwa modułu (przedmiotu)		Żywnienie człowieka			Kod podmiotu	S-DIET-I-A-DIET-ZYWC_II			
Kierunek studiów		Dietetyka							
Profil kształcenia		ogólnoakademicki							
Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia							
Specjalność		Przedmiot wspólny dla wszystkich specjalności							
Forma studiów		stacjonarne							
Semestr studiów		II							
					Zajęcia z zakresu nauk podstawowych		Tak/Nie		
Tryb zaliczenia przedmiotu		Egzamin pisemny		Liczba punktów ECTS			Sposób ustalania oceny z przedmiotu		
Formy zajęć i inne		Liczba godzin zajęć w semestrze		Całkowita	5	Zajęcia kontaktowe		2,5	Zajęcia praktyczne
		Całkowita	Pracy studenta	Zajęcia kontaktowe	Sposoby weryfikacji efektów kształcenia w ramach form zajęć			Waga w %	
Wykład		90	45	45	Zaliczenie pisemne końcowe. Przedmiot kończy się egzaminem pisemnym			60	
Ćwiczenia		60	30	30	Ćwiczenia praktyczne wykonywane samodzielnie, prezentowanie przygotowanych prezentacji multimedialnych, kolokwium pisemne cząstkowe i końcowo semestralne			40	
Razem:		150	75	75	Razem			100%	
Kategoria efektów	Lp.	Efekty kształcenia dla modułu (przedmiotu)			Sposoby weryfikacji efektu kształcenia	Efekty kierunkowe	Efekty obszarowe	Uwagi	
Wiedza	1.	Definiuje podstawowe pojęcia z zakresu żywienia człowieka			Kolokwium pisemne	K_W03	M1_W01, M1_W09		
	2.	Posiada wiedzę z zakresu aspektów prawnych w Polsce i na świecie dotyczących suplementów diety.			Zaliczenie pisemne końcowe	K_W23	M1_W04		
	3.	Posiada wiedzę na temat na temat składników czynnych zawartych w suplementach diety i mechanizmach ich działania.			Zaliczenie pisemne końcowe	K_W05	M1_W01		
	4.	Rozwijają zdolności doboru suplementów diety do określonej jednostki chorobowej			Zaliczenie pisemne końcowe	K_W23	M1_W04		
	5.	Zna metody badania sposobu żywienia.			Zaliczenie pisemne końcowe	K_W22	M1_W03		
	6.	Rozróżnia składniki odżywcze oraz określa ich rolę w organizmie człowieka			Kolokwium pisemne	K_W05	M1_W01		
	7.	Zna i rozumie procesy metaboliczne			Kolokwium pisemne	K_W09	M1_W02		
Umiejętności	1.	Posługuje się normami żywienia i żywienia oraz tabelami wartości odżywczej			Ćwiczenia praktyczne	K_U16	M1_U10, M1_U05		
	2.	Oblicza udział składników odżywczych w zapotrzebowaniu energetycznym			Ćwiczenia praktyczne	K_U12	M1_U10		
	3.	Oblicza bilans energetyczny i wodny ustroju Określa intensywność przemian metabolicznych w zależności od wieku			Ćwiczenia praktyczne	K_U12 K_U13	M1_U10		
Kompetencje społeczne	1.	Pracuje samodzielnie i w zespole nad wyznaczonym zadaniem badawczym			Prezentacja multimedialna	K_K09	M1_K04 M1_K07		

Prowadzący

Forma zajęć	Prowadzący zajęcia (tytuł/stopień naukowy, imię i nazwisko)
Wykład	dr hab. n.farm. Elżbieta Grochowska Niedworok
Ćwiczenia	mgr inż. Marta Misiarz

Treści kształcenia

Wykład	Metody dydaktyczne	Wykłady multimedialne
L.p.	Tematyka zajęć	
1.	Żywność wzbogacona. Suplementy diety. Substancje czynne zawarte w suplementach diety.	
2.	Żywność funkcjonalna. Definicja, przykłady.	
3.	Zasady planowania jadłospisów.	
4.	Planowanie jadłospisów dla osoby zdrowej. Normy żywieniowe w Polsce.	
5.	Metody badania sposobu żywienia	
6.	Zasady żywienia w wybranych schorzeniach dietozależnych	
Razem liczba godzin:		
45		

Ćwiczenia	Metody dydaktyczne	dyskusja dydaktyczna, indywidualne ćwiczenia praktyczne , metody eksponujące – prezentacja multimedialna przy użyciu komputera
L.p.	Tematyka zajęć	
1.	Podstawowa i ponadpodstawowa przemiana materii. Zdefiniować pojęcie podstawowej przemiany materii i spoczynkowej: - wyjaśnić różnice pomiędzy podstawowa a spoczynkowa przemiana materii oraz sposób obliczania, - wymienić czynniki, od których uzależniona jest wartość PPM,	
2.	Podstawowa i ponadpodstawowa przemiana materii. Zdefiniować pojęcie podstawowej przemiany materii i spoczynkowej,cd: - wymienić elementy ponadpodstawowej przemiany materii, - wyjaśnić pojęcie termogenezy posiłkowej /swoiście dynamicznego działania pokarmu/, - rozróżnić i zastosować wydatki energetyczne na różne formy aktywności - obliczyć całkowitą przemianę energii.	
3.	Bilans wodny organizmu. Wyjaśnić bilans zerowy, dodatni, ujemny: - określić skutki bilansu dodatniego i ujemnego, - rozróżnić normy energetyczne dla wszystkich grup ludności, - wyliczyć % udział składników odżywczych w pokryciu zapotrzebowania, - obliczyć % i kcal udział poszczególnych składników.	
4.	Rola wody w organizmie człowieka: - porównać rozmieszczenie wody w organizmie /wiadomości z fizjologii/, - wyjaśnić rolę wody w organizmie, - wymienić źródła wody dla organizmu,	
5.	Rola wody w organizmie człowieka, cd.: - objaśnić pochodzenie wody metabolicznej, - określić różnicować zawartość wody w produktach spożywczych, - wyjaśnić skutki zaburzeń bilansu wodnego,	
6.	Rola wody w organizmie człowieka, cd.: - identyfikować mechanizmy regulujące gospodarkę wodną /wiad. z fizjologii/, - zaproponować warunki, jakim powinna odpowiadać woda - uzdatnianie wody.	
7.	Zaliczenie cząstkowe	
8.	Podział, charakterystyka oraz znaczenie żywieniowe białek, węglowodanów i tłuszczów:	
9.	- wyjaśnić budowę, - dokonać podziału, - rozróżnić węglowodany wg podziału, - charakteryzować poszczególne składniki odżywcze, - określać znaczenie żywieniowe	
10.	Żywieniowe źródła białek i normy spożycia.	
11.	Żywieniowe źródła węglowodanów i normy spożycia.	
12.	Żywieniowe źródła tłuszczów i normy spożycia. Błonnik pokarmowy - rola, źródła.	
13.	Źródła witamin i ich rola w organizmie. Makro i mikroelementy znaczenie i źródła	
14.	Podział produktów spożywczych na grupy, charakterystyka każdej z nich.	
15.	Zaliczenie semestru II	
Razem liczba godzin:		
30		

Literatura podstawowa:

1	Żywność człowieka zdrowego i chorego. red. J. Gawęcki, J. Hasik, PWN, Warszawa 2003
2	Żywność człowieka. Podstawy nauki o Żywieniu. red. J. Gawęcki, L. Hryniewiecki, PWN, Warszawa 2005
3	Kompendium wiedzy o żywności, Żywieniu i zdrowiu. red. J. Gawęcki, T. Mossor-Pietraszewska, PWN, Warszawa 2004
4	Normy Żywności człowieka. red. S. Ziemianski, PZWL, Warszawa 2001
5	Zasady Żywności człowieka. H. Kunachowicz, E. Czarnowska- Misztal, H. Turlejska WSiP, Warszawa 2005
6	Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. red. H. Kunachowicz, PZWL, Warszawa 2003

Literatura uzupełniająca:

1	Kierst W.: Nauka o Żywieniu zdrowego i chorego człowieka. PZWL, Warszawa 1989.
2	Szczygieł A.: Normy Żywności i wyżywienia. IŻŻ, Warszawa 1987.
3	Wieczorek-Chelminska Z.: Nowoczesna dietetyczna książka kucharska. Warszawa 2000.

.....
Koordynator modułu (przedmiotu)
podpis

.....
Dyrektor Instytutu
pieczęć i podpis