

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020/2021-2023/2024

(skrajne daty)

Rok akademicki 2022/2023

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Praktyczne aspekty żywienia człowieka
Kod przedmiotu*	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Przyrodniczych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Kolegium Nauk Przyrodniczych Instytut Technologii Żywności i Żywnienia Zakład Ogólnej Technologii Żywności i Żywnienia Człowieka
Kierunek studiów	Technologia żywności i żywienie człowieka
Poziom studiów	pierwszy stopień
Profil	ogólnoakademicki
Forma studiów	niestacjonarne
Rok i semestr/y studiów	rok III, semestr 5
Rodzaj przedmiotu	specjalnościowy / Żywnienie człowieka
Język wykładowy	język polski
Koordynator	dr inż. Katarzyna Rolf
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr inż. Katarzyna Rolf

* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt. ECTS
5	18			36					7

1.2. Sposób realizacji zajęć

- ☒ zajęcia w formie tradycyjnej
☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)
wykład - egzamin, ćwiczenia - zaliczenie z oceną**2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

Aspekty prawa żywnościowego, Analiza żywności, Żywnienie człowieka

3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

3.1 Cele przedmiotu

C ₁	Przekazanie zaawansowanej wiedzy dotyczącej wpływu sposobu żywienia na stan zdrowia społeczeństwa w Polsce i na świecie
C ₂	Przekazanie rozszerzonej wiedzy dotyczącej aspektów legislacyjnych środków spożywczych oraz umiejętność jej zastosowania
C ₃	Umiejętność zaprojektowania prostego narzędzia badawczego z zakresu żywienia człowieka
C ₄	Umiejętność wykorzystania zaawansowanej wiedzy z zakresu zaleceń żywieniowych

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu Student:	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	zna w rozszerzonym stopniu sytuację zdrowotną społeczeństwa; zna działania podejmowane w celu prewencji wadliwego żywienia oraz metody edukacji żywieniowej	K_Wo8
EK_02	umie zaplanować i zrealizować projekt zarówno z zakresu technologii żywności, jak i żywienia człowieka; umie metodycznie przeprowadzić pracę indywidualną i zespołową w celu realizacji powierzonych zadań projektowych	K_Uo5
EK_03	umie zidentyfikować produkty o specjalnych przeznaczeniu żywieniowym, a także je zaprojektować i wytworzyć	K_Uo7
EK_04	jest świadomy wpływu systemu produkcji na wartość odżywczo-zdrowotną produktu spożywczego; jest gotowy do samodzielnego przygotowania receptury produktu i potrawy bezglutenowej oraz jej realizacji	K_Ko5

3.3 Treści programowe

A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne:
Stan zdrowia populacji w Polsce i na świecie, z uwzględnieniem chorób dietozależnych
Działania podejmowane w celu edukacji żywieniowej społeczeństwa, na szczeblu lokalnym i krajowym
Niedożywienie. Grupy ryzyka niedoborów poszczególnych składników odżywczych
Znakowanie żywności. Etykieta produktu jako źródło informacji o wartości odżywczej
Aspekty legislacyjne środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego
Aspekty legislacyjne oraz rozwój rynku żywności ekologicznej
Metodologia badań z zakresu żywienia człowieka

B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

Treści merytoryczne:
Wartość odżywcza żywności. Tabele wartości odżywczej produktów spożywczych
Normy żywienia człowieka w Polsce i na świecie. Piramida żywienia człowieka
Ocena produktów spożywczych pod kątem znakowania żywności i informacji zawartych na etykietach
Zasady układania jadłospisów dla różnych grup ludności. Zaplanowanie zbilansowanej diety dla wybranej osoby
Opracowanie i realizacja receptury potrawy bezglutenowej spełniającej Normy żywienia człowieka
Ocena biodostępności żelaza i cynku z racji pokarmowej
Analiza sposobu żywienia i stanu odżywienia wybranych grup populacyjnych – analiza literatury naukowej – prezentacje studentów
Projektowanie badania epidemiologicznego

3.4 Metody dydaktyczne

Wykład z prezentacją multimedialną, rozwiązywanie zadań, praca w grupach, analiza przypadków, przygotowanie projektu, dyskusja

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	egzamin, kolokwium	w, ćw
EK_02	sprawozdania, projekt	ćw
EK_03	egzamin, kolokwium, sprawozdanie	w, ćw
EK_04	egzamin, projekt	w, ćw

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Wykłady: egzamin pisemny – Student otrzymuje zaliczenie egzaminu pisemnego w przypadku uzyskania >50% maksymalnej liczby punktów; 51-60% - dst., 61-70% - dst. plus, 71-80% - db., 81-90% - db. plus, 91% i więcej - bdb.

Laboratorium: średnia ocen z kolokwiów (sprawdzenie wiedzy), zadań projektowych (umiejętności i kompetencje społeczne) oraz umiejętności pracy w grupie (kompetencje społeczne); dodatkowo konieczność zaliczenia wszystkich sprawozdań z zajęć (umiejętności). Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich założonych efektów uczenia się.

5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	54/2,8
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	udział w konsultacjach – 5/0,1 udział w egzaminie – 2/0,1
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	przygotowanie do zajęć – 45/1,9 przygotowanie do egzaminu – 19/0,1 przygotowanie projektu – 50/2,0
SUMA GODZIN	175
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	7

* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

Literatura podstawowa: 1. Gronowska-Senger A. (red.) Przewodnik metodyczny badań sposobu żywienia. KNŻCz PAN, Warszawa 2013. http://www.knozc.pan.pl/images/Przewodnik_metodyczny_calosc.pdf 2. Wądołowska L. Żywieniowe podłoże zagrożeń zdrowia w Polsce. Wyd. UWM, Olsztyn 2010. 3. Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.) Żywność człowieka zdrowego i chorego. PWN, Warszawa 2010. 4. Gawęcki J., Roszkowski W. (red.) Żywność człowieka a zdrowie publiczne. PWN, Warszawa 2009. 5. Jarosz M. Normy żywienia dla populacji Polski. IŻŻ Warszawa 2017. Literatura uzupełniająca: 1. WHO. The global prevalence of anaemia in 2011. Geneva: World Health Organization, 2015. 2. Kunachowicz H. i wsp. Tabele składu i wartości odżywczej żywności. PZWL Warszawa 2012. 3. Sicińska E. i in. Proces decyzyjny w działaniach zapobiegających niedoborom mikroskładników w opinii krajowych ekspertów. [w:] Nauka o żywieniu człowieka – osiągnięcia i wyzwania, Wyd. SGGW, Warszawa 2013. 4. Rolf K. i in. Wpływ spożycia wybranych warzyw i owoców na rozwój chorób układu krążenia, Nauka o Żywieniu Człowieka – osiągnięcia i wyzwania, monografia, Wyd. SGGW, Warszawa, 2013, 457-466

- | |
|---|
| 5. Rolf K. i in. Ryzyko występowania niedożywienia w wybranej grupie osób starszych. Bezpieczeństwo żywności i żywienia, Wyd. UR, Rzeszów 2020. |
|---|

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej