

SYLABUS
dotyczy cyklu kształcenia 2021/2022 – 2024/2025
(skrajne daty)
Rok akademicki 2023/2024

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
Kierunek studiów	technologia żywności i żywienie człowieka
Poziom studiów	pierwszy stopień
Profil	ogólnoakademicki
Forma studiów	stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	III rok, semestr 5
Rodzaj przedmiotu	specjalnościowy/ Żywnienie człowieka
Język wykładowy	j. polski
Koordinator	dr inż. Katarzyna Rolf
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr inż. Katarzyna Rolf, dr inż. Tomasz Cebulak

* -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	30			60					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 laboratoryjnych

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	90/3,60
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	udział w konsultacjach – 5/0,20 udział w egzaminie – 2/0,08
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	przygotowanie do zajęć – 26/1,04 przygotowanie do egzaminu – 26/1,04 przygotowanie projektu – 26/1,04
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.knozcz.pan.pl/images/Przewodnik_metodyczny_calosc.pdf
2. Wądołowska L. Żywnościowe 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. i in. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. NIZP-PZH Warszawa, 2020.

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