Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 7/2023

SYLABUS
dotyczy cyklu kształcenia *2023/2024-2026/2027*
(skrajne daty)
Rok akademicki 2025/2026

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	**Praktyczne aspekty żywienia człowieka**
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Wydział Technologiczno-Przyrodniczy
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Technologii Żywności i Żywienia Katedra Ogólnej Technologii Żywności i Żywienia Człowieka
Kierunek studiów	technologia żywności i żywienie człowieka
Poziom studiów	pierwszy stopień
Profil	ogólnoakademicki
Forma studiów	stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	rok III, semestr 5
Rodzaj przedmiotu	specjalnościowy / Żywienie człowieka
Język wykładowy	j. polski
Koordynator	dr inż. Katarzyna Rolf
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr inż. Katarzyna Rolf, dr inż. Natalia Żurek

***** *-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, laboratorium – zaliczenie z oceną

2.WYMAGANIA WSTĘPNE

Aspekty prawa żywnościowego, Analiza żywności, Żywienie człowieka

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

3.1 Cele przedmiotu

C1	Przekazanie zaawansowanej wiedzy dotyczącej wpływu sposobu żywienia na stan zdrowia społeczeństwa w Polsce i na świecie.
C2	Przekazanie rozszerzonej wiedzy dotyczącej aspektów legislacyjnych środków spożywczych oraz umiejętność jej zastosowania.
C3	Umiejętność zaprojektowania prostego narzędzia badawczego z zakresu żywienia człowieka.
C4	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_W08
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_U05
EK_03	umie zidentyfikować produkty o specjalnych przeznaczeniu żywieniowym, a także je zaprojektować i wytworzyć.	K_U07
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_K05

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
Suplementacja diety. Grupy ryzyka niedoborów poszczególnych składników odżywczych
Znakowanie żywności. Etykieta produktu jako źródło informacji o wartości odżywczej
Aspekty legislacyjne środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego
Certyfikacja żywności
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 oraz wegetariańskiej spełniających Normy żywienia człowieka
Ocena biodostępności składników mineralnych 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: prezentacja multimedialna.
Laboratorium: prezentacja multimedialna, 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, lab.
EK_02	sprawozdania, projekt	lab.
EK_03	egzamin, kolokwium, sprawozdanie	w, lab.
EK_04	egzamin, projekt	w, lab.

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	90/3,5
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	udział w konsultacjach – 5/0,1 udział w egzaminie – 2/0,2
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	przygotowanie do zajęć – 10/2,0 przygotowanie do egzaminu – 10/0,05 przygotowanie projektu – 10/1,15
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.) Żywienie człowieka zdrowego i chorego. PWN, Warszawa 2010.
4. Gawęcki J., Roszkowski W. (red) Żywienie 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