

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2023-2026

(skrajne daty)

Rok akademicki 2023/2024

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Podstawy żywienia człowieka
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	I stopnia
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok I; semestr II
Rodzaj przedmiotu	Podstawowy
Język wykładowy	Polski
Koordinator	dr n. o zdr. Ewelina Polak-Szczybyło
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	dr n. o zdr. Ewelina Polak-Szczybyło

* -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
II	10	15							2

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)**

ZALICZENIE Z OCENĄ

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

brak

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

3.1 Cele przedmiotu

C1	Znajomienie studentów z podstawową wiedzę z zakresu żywienia człowieka
C2	Zaznajomienie studentów z klasyfikacją żywieniową i rolą składników pokarmowych.
C3	Zaznajomienie studenta z wymaganiami żywieniowymi różnych grup ludności

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych ¹
EK_01	Zna podstawowe pojęcia z zakresu żywienia człowieka	K_Wo8
EK_02	Umie określić zapotrzebowanie opisać zadania żywienia człowieka i zasady zdrowego odżywiania	K_Uo6
EK_03	Jest gotów pogłębiać swoją wiedzę z zakresu żywienia człowieka	K_Ko7

3.3 Treści programowe

A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
Historia odżywiania ludzkości
Sposób żywienia na ziemiach polskich
Wpływ cywilizacji na sposób odżywiania ludności i jego konsekwencje
Organizacje zajmujące się żywnością i żywieniem

B. Problematyka ćwiczeń, konwersatoriów, laboratoriów, zajęć praktycznych

Treści merytoryczne
Wartość odżywcza i jakość żywności
Podstawy racjonalnego odżywiania
Mechanizmy sterujące żywieniem- apetyt i głód
Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej i talerz zdrowia
Schemat ustalania postępowania dietetycznego
Diety alternatywne

3.4 Metody dydaktyczne

Np.:

Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, metody kształcenia na odległość

Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja), gry dydaktyczne, metody kształcenia na odległość

Laboratorium: wykonywanie doświadczeń, projektowanie doświadczeń

¹ W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, dyskusja, praca w grupach

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	OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	W
EK_02, E_03	OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ, KOLOKWIMUM	W, Ćw

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Wykład: Zaliczenie przedmiotu uzyskanie oceny minimum dostatecznej z ćwiczeń konwersatoryjnych.

Obecność na wykładzie obowiązkowa. Forma przeprowadzenia wykładów w trybie stacjonarnym z możliwością zmiany na tryb zdalny z względu na zmianę sytuacji epidemiologicznej.

Ćwiczenia konwersatoryjne:

1. pełne uczestnictwo i ocena aktywności studenta w czasie zajęć,
2. dyskusja w czasie ćwiczeń,
3. ocena zaliczenia,

Forma przeprowadzenia ćwiczeń konwersatoryjnych w trybie stacjonarnym z możliwością zmiany na tryb zdalny z względu na zmianę sytuacji epidemiologicznej. Obecność na ćwiczeniach konwersatoryjnych obowiązkowa.

Ocena wiedzy:

Kolokwium pisemne

- 5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 92% - 100%
- 4.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 84% - 92%
- 4.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 76% - 84%
- 3.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 68% - 76%
- 3.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 60% - 68%
- 2.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia poniżej 60%

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny z harmonogramu studiów	25
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	1
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	24
SUMA GODZIN	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	2

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

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	NIE DOTYCZY
zasady i formy odbywania praktyk	NIE DOTYCZY

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Jarosz M.: Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie NCEZ, 2020.
2. Żywnie człowieka. 1, Podstawy nauki o żywieniu / redaktor naukowy Jan Gawęcki ; autorzy : Stanisław Berger [i 35 pozostałych]. - Wydanie IV. - Warszawa : PWN, 2022.
3. Żywnie człowieka zdrowego i chorego. 2 / redakcja naukowa: Marian Grzymisławski, Jan Gawęcki ; autorzy Joanna Bajerska [et al.]. - Wyd. 2 zm., 2 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012.
4. Gertig H.: Bromatologia : zarys nauki o żywności i żywieniu, PZWL, Warszawa, 2015.
5. Dietetyka : żywienie zdrowego i chorego człowieka / Helena Ciborowska, Artur Ciborowski. - Wydanie V rozszerzone i uaktualnione. - Warszawa : PZWL, 2021.

Literatura uzupełniająca:

1. Przygoda B., Kunachowicz H.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw PZWL, Warszawa, 2019.
2. Współczesna dietoterapia / redakcja naukowa Ewa Lange, Dariusz

Włodarek ; autorzy Danuta Gajewska [i 7 pozostałych]. - Wydanie II rozszerzone i uaktualnione. - Warszawa : Wydawnictwo Lekarskie PZWL : Wydawnictwo Naukowe PWN S.A., 2023.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej