

SYLABUSDOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2022-2024
(skrajne daty)

Rok akademicki 2022/2023

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Fizjologia żywienia człowieka
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	Studia II stopnia
Profil	Praktyczny
Forma studiów	Niestacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok I, Semestr I
Rodzaj przedmiotu	Obowiązkowy
Język wykładowy	Polski
Koordynator	dr Anna Bartosiewicz
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Wykłady, ćwiczenia: dr Anna Bartosiewicz

* -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
I	10	12	-	-	-	-	-	-	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**

Podstawowa wiedza dotycząca fizjologii człowieka i żywienia człowieka.

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

3.1 Cele przedmiotu

C1	W zakresie wiedzy: Podstawowa wiedza dotycząca fizjologii człowieka i żywienia człowieka.
C2	W zakresie umiejętności: Przygotowanie studenta do rozpoznawania podstawowych zaburzeń.
C3	W zakresie postawy: Kształtowanie postawy studenta do aktywnego pogłębiania wiedzy z zakresu fizjologii

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	Definiuje pojęcia z zakresu fizjologii żywienia człowiek.	K_W05
EK_02	Określa mechanizmy fizjologicznej regulacji spożycia pokarmu.	K_W09
EK_03	Potrafi analizować przemiany metaboliczne oraz anaboliczne zachodzące w organizmie człowieka związane z procesem trawienia oraz wchłaniania składników pokarmowych	K_U02
EK_04	Jest odpowiedzialny za systematyczne pogłębianie wiedzy z zakresu fizjologii człowieka.	K_K02

3.3 Treści programowe

A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne wykładów:
1. Analiza składu masy ciała. Czynniki regulujące skład masy ciała i jego proporcje.
2. Fizjologia tkanki tłuszczowej. Transport lipidów w surowicy krwi.
3. Mechanizmy regulujące pobór pokarmu.
4. Regulacja gospodarki wodno-elektrolitowej i kwasowo-zasadowej organizmie.
5. Wpływ sposobu odżywiania na układ immunologiczny. Mikroflora jelitowa.
6. Uzyskiwanie energii z pożywienia. Tempo przemian metabolicznych.
7. Wpływ głodzenia na przebieg procesów metabolicznych.

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

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

Treści merytoryczne ćwiczeń:
1. Anatomia czynnościowa przewodu pokarmowego: jama ustna przełyk, żołądek. Jama ustna, przełyk– budowa; Funkcje ww. narządów; Wydzielanie w górnym odcinku przewodu pokarmowego; Mechanizmy regulujące; Podstawy anatomiczno-fizjologiczne funkcji motorycznej przewodu pokarmowego; Żucie i połykanie; Ślina- objętość i skład. Motoryka przełyku; Budowa i funkcje żołądka; Motoryka żołądka; Wydzielanie żołądkowe – mechanizmy regulujące; Opróżnianie żołądka.
2. Anatomia czynnościowa układu pokarmowego: dwunastnica, jelito cienkie, jelito grube. Dwunastnica, jelito cienkie, jelito grube - budowa i czynności; Wydzielanie i wchłanianie w jelicie cienkim i grubym.
3. Anatomia czynnościowa układu pokarmowego: wątroba, trzustka. Budowa trzustki i wydzielanie trzustkowe; Budowa i czynności wątroby; Budowa pęcherzyka żółciowego, wydzielanie żółci i skład żółci.
4. Trawienie i wchłanianie białka Charakterystyka chemiczna; Źródła pokarmowe; Rola w organizmie; Metabolizm; Aminokwasy: metabolizm; Metabolizm amoniaku i mocznika; Zapotrzebowanie na białko.
5. Trawienie i wchłanianie tłuszczów Charakterystyka chemiczna; Źródła pokarmowe; Rola w organizmie; Metabolizm tłuszczów; Zapotrzebowanie na niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe; Utlenianie kwasów tłuszczowych, lipoliza.
6. Trawienie i wchłanianie węglowodanów; Charakterystyka chemiczna; Źródła pokarmowe; Rola w organizmie; Metabolizm węglowodanów; Rozkład glikogenu; Utlenianie glukozy; Zapotrzebowanie.
7. Składniki mineralne i witaminy. Witaminy rozpuszczalne w tłuszczach i wodzie – znaczenie dla ustroju, wchłanianie; Składniki mineralne – znaczenie dla ustroju, wchłanianie; Elektrolity i pierwiastki śladowe.
8. Odżywianie. Programowanie metaboliczne. Fizjologia karmienia naturalnego.
9. Hormonalna regulacja stężenia glukozy w organizmie.

3.4 Metody dydaktyczne

WYKŁAD Z PREZENTACJĄ MULTIMEDIALNĄ, KONWERSATORIUM, ĆWICZENIA PRAKTYCZNE, ANALIZA PRZYPADKÓW

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	Zaliczenie pisemne	wykład
EK_02	Obserwacja podczas ćwiczeń, kolokwium pisemne, pokaz	ćwiczenia
EK_03	Obserwacja podczas ćwiczeń, kolokwium pisemne pokaz	ćwiczenia

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Wykłady:

Uczestnictwo w wykładach – na poziomie minimum 70%

Zaliczenie testowe treści wykładowych: pytania z zakresu wiadomości do zapamiętania i zrozumienia – wymagane uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi.

Zakres ocen: 2,0 – 5,0

Ćwiczenia:

Pełne (100%) uczestnictwo i ocena aktywności studenta w czasie zajęć. Ewentualne – uzasadnione nieobecności studenta na zajęciach nie zwalniają go z obowiązku przyswojenia materiału prezentowanego podczas zajęć.

Ocena przygotowania do zajęć

Aktywność studenta podczas ćwiczeń

Sprawdzanie umiejętności w czasie ćwiczeń

Analiza opisu indywidualnego przypadku

Zaliczenie testowe - wymagane uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi.

Zakres ocen: 2,0 – 5,0

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie wiedzy:

Zaliczenie pisemne w postaci testu.

Ocena wiedzy:

Kolokwium pisemne

- 5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 91% - 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%

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności:

Zaliczenie praktyczne

Zaliczenie zorganizowane w postaci określonego zadania do wykonania, dopuszczalna również prezentacja lub wykonanie projektu, realizacja określonego zadania.

Ocena umiejętności

Zaliczenie określonego zadania do wykonania: prezentacja/projekt

5.0 – student ponad przeciętnie aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze zna realizowane zagadnienia.

4.5 – student ponad przeciętnie aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zna realizowane zagadnienia.

4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zna realizowane zagadnienia.

3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jego zakres przygotowania nie pozwala na całościowe przedstawienie omawianego problemu, dostatecznie zna realizowane zagadnienia.

3.0 – student uczestniczy w zajęciach, dostatecznie zna podstawowe zagadnienia, jednak często popełnia błędy i wymaga ukierunkowania.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie zna podstawowych omawianych zagadnień, wymaga stałej poprawy i ukierunkowania.

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie kompetencji społecznych:

Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena

Ocena kompetencji społecznych:

Ocena średnia ważona wynikająca z ocen cząstkowych za:

- umiejętność pracy w grupie 2/3;

- umiejętność prezentowania wyników prac na forum grupy 1/3.

ZAKRES OCEN: 2,0 - 5,0

Ocena końcowa jest średnią ocen uzyskanych z wszystkich aktywności studenta (test, aktywność podczas zajęć, przygotowanie prezentacji, obecność na zajęciach).

UWAGA: Ocenę pozytywną z przedmiotu można uzyskać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów kształcenia.

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	22
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	3
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	25
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	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Krauss H.(red). Fizjologia żywienia. PZWL 2019. 2. Krauss H, M. Gibas-Dorna. Fizjologia człowieka. Podstawy. PZWL 2021. 3. Grzymisławski M. Dietetyka Kliniczna. PZWL 2019 (ibuk). 4. Gawęcki J. Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN 2017. 5. Ostrowska L. Dietetyka – kompendium. PZWL 2020. 6. Bułchak-Jachymczyk B. Jarosz M. Normy Żywnienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. PZWL 2019.
<p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hasik J., Gawęcki J.(red.): Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. TI, T II. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2005. 2. Hasik J., Gawęcki J.(red.): Żywnienie człowieka. PWN, Warszawa 2000. 3. Keller J.S.: Podstawy fizjologii żywienia człowieka. Wydaw. Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego, Warszawa 2000. 4. Gertig H., Przysławski J.: Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2006. 5. Hasik J., Gawęcki J.(red.): Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. TI, T. II. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2005.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej