

I
KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)- WZÓR II
Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	PODSTAWY ŻYWIENIA Z ELEMENTAMI DIETETYKI	
1012/P/I/ST/B1.13			FUNDAMENTALS OF NUTRITION AND ELEMENTS OF DIETETICS	
Język wykładowy		jęz. polski		
Rok akademicki		2020-2021		
Kierunek w zakresie		Kosmetologia		
Poziom studiów		Studia I stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		III		
Przynależność do grupy zajęć		B1. Grupa zajęć kierunkowych – obowiązkowych		
Status przedmiotu		obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Wykład	45[h]	3 ECTS
		Ćwiczenia	15[h]	
		
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Służy teoretycznemu i praktycznemu przygotowaniu do wykonywania zawodu kosmetologa		2 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu kosmetologa		... ECTS
	z dyscypliną	Nauki o zdrowiu		3 ECTS
Forma nauczania		Zajęcia tradycyjne zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		Podstawy wiedzy z biologii i biochemii.		
Jednostka prowadząca		WNMiNoZ, Katedra Kosmetologii		
Koordynator		Dr n. farm. Urszula Piotrowska		
Osoby prowadzące		Dr n. farm. Urszula Piotrowska		
Adres strony internetowej pjo		www.wz.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		u.piotrowska@uthrad.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Celem kształcenia jest zapoznanie studentów z wiadomościami z zakresu prozdrowotnego wykorzystania żywienia.
Treści programowe:	<p>Wykłady (15 h)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wykład wstępny – szczegółowa prezentacja zakresu tematycznego przedmiotu; omówienie zasad zaliczenia przedmiotu; sprawy organizacyjne (1h) 2. Zasady prawidłowego żywienia. (1h) 3. Podział produktów żywnościowych. (1h) 4. Charakterystyka wartości odżywczej grup produktów spożywczych. (2h) 5. Podział składników pokarmowych i ich znaczenie dla organizmu. (2h) 6. Normy żywienia i wyżywienia. (2h) 7. Cele i zadania edukacji żywieniowej (1h) 8. Choroby związane z żywnością, żywieniem i odżywianiem. (1h) 9. Probiotyki i prebiotyki jako żywność funkcjonalna. (1h) 10. Wzbogacanie produktów spożywczych. (1h) 11. Dodatki do żywności. (1h) 12. Kolokwium pisemne obejmujące wybrane zagadnienia teoretyczne przekazane na wykładach (1h) <p>Ćwiczenia (30h)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia organizacyjne – omówienie problematyki ćwiczeń, podział grup na zespoły, uzgodnienie harmonogramu ćwiczeń. 2. Określanie podstawowej i całkowitej przemiany materii. 3. Gospodarka wodno-elektrolitowa oraz równowaga kwasowo-zasadowa. 4. Normy żywieniowe. 5. Tabele składu produktów spożywczych jako źródło informacji o ich wartości odżywczej. 6. Charakterystyka wartości odżywczej grup produktów spożywczych. 7. Wartość energetyczna pożywienia oraz metody jej określania. 8. Ocena i rola produktów spożywczych ze względu na zawartość błonnika pokarmowego. 9. Wartość biologiczna białka z uwzględnieniem efektu uzupełniania się aminokwasów. 10. Ocena biodostępności cynku i żelaza z racji pokarmowej. 11. Wpływ wybranych procesów technologicznych na wartość odżywczą produktów spożywczych. 12. Wzbogacanie produktów spożywczych. 13. Informacja o wartości odżywczej produktów spożywczych umieszczana na etykietach ich opakowań. 14. Ocena sposobu żywienia. 15. Zasady układania jadłospisów.
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>Wykład: metody podające – wykład informacyjny, metody problemowe – wykład konwersatoryjny z aktywnym uczestnictwem studentów w dyskusji nad wybranym tematem; podczas realizacji wykładów stosowanie technik multimedialnych;</p> <p>Ćwiczenia – ćwiczenia praktyczne; metody aktywizujące – dyskusja, przygotowanie sprawozdań z ćwiczeń.</p>
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Zaliczenie przedmiotu uzyskuje student, który osiągnął wymagane efekty kształcenia. Zaliczenie przedmiotu oznacza uzyskanie ocen pozytywnych ze wszystkich form zajęć przypisanych do danego przedmiotu, a tym samym pozwala na zdobycie określonej dla tego przedmiotu liczby punktów ECTS. Zaliczenie wykładów odbywa się w formie testu (min 51% punktów), obejmującego zagadnienia teoretyczne omawiane na zajęciach. Aby móc przystąpić do testu, konieczne jest uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń. Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest: przygotowanie i przedstawienie sprawozdań ze wszystkich ćwiczeń oraz aktywny udział w zajęciach. Końcowa ocena z przedmiotu obliczana jest w systemie elektronicznym, zgodnie z zasadami zatwierdzonymi przez Radę Wydziału.</p>

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć	Metody weryfikacji efektów uczenia się
---	--

Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Zna budowę organizmu człowieka oraz rozumie prozdrowotny wpływ żywności na poszczególne funkcje organizmu.	K_WG02+++	wykład, ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawdzian pisemny, sprawozdanie z ćwiczeń
W2	Zna i rozumie najważniejsze problemy z zakresu dietetyki i żywienia człowieka oraz zna ich powiązanie z innymi dyscyplinami naukowymi.	K_WG06++	wykład, ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawdzian pisemny, sprawozdanie z ćwiczeń
W3	Zna i rozumie zasady promocji zdrowia oraz zdrowego trybu życia.	K_WK14+++	wykład, ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawdzian pisemny, sprawozdanie z ćwiczeń
U1	Potrafi przygotować pisemny raport z wyników własnych działań (badań) lub danych źródłowych.	K_UW03+++	ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawozdanie z ćwiczeń
U2	Potrafi prezentować w formie ustnej wyniki własnych działań (badań) lub danych źródłowych.	K_UK10+++	ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawozdanie z ćwiczeń
U3	Potrafi planować i organizować pracę indywidualną oraz w zespole	K_UO15+++	ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawozdanie z ćwiczeń
U4	Potrafi samodzielnie planować i realizować samodzielne uczenie się przez całe życie	K_UU17++	wykład, ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawdzian pisemny, sprawozdanie z ćwiczeń
K1	Jest gotów do krytycznej oceny posiadanej wiedzy i odbieranych treści.	K_KK02++	wykład, ćwiczenia	zaliczenie na ocenę	sprawdzian pisemny, sprawozdanie z ćwiczeń
Stopień osiągnięcia kierunkowych efektów uczenia się: np.: K_WG01 ..., ...					

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Podstawy nauki o żywieniu człowieka. Przewodnik do ćwiczeń. Roszkowski W. (red.) Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2005. 2. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo IŻŻ, Warszawa 1998. 3. Gawęcki J. Hryniewiecki L Żywnienie człowieka, t. I, PWN, Warszawa 2007 4. Gawęcki J. Hryniewiecki L Żywnienie człowieka, t. II, PWN, Warszawa 2007 5. Gawęcki J. (red.): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wydawnictwo PWN, Warszawa 2010. 6. Gertig Henryk, Przysławski Juliusz „Bromatologia – zarys nauki o żywności i żywieniu”. PZWL Warszawa 2006. 	
Pomoce naukowe: rzutnik multimedialny.	

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w wykładach	X	X	15 [h]
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów	X	10[h]	X
Udział w ćwiczeniach	X	X	30[h]
Samodzielne przygotowanie się do ćwiczeń	X	8[h]	X
Udział w konsultacjach	5 [h]	X	X
Przygotowanie do zaliczenia / egzaminu	X	8[h]	X
Udział w egzaminie / zaliczeniu	1 [h]	X	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	6 [h]/ 0,2 ECTS	26 [h]/1,0 ECTS	45 [h]/ 1,8 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	3 ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi
Wszystkie zajęcia odbywają się w budynku Wydziału Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, przy ul. Chrobrego 27