

# KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

## Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Podstawy żywienia człowieka	
BiJPŻ/P/I/ST/17			Fundamentals of human nutrition	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2023/2024		
Kierunek w zakresie		Bezpieczeństwo i jakość produkcji żywności		
Poziom studiów		studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		studia stacjonarne		
Semestr / semestry		II		
Przynależność do grupy zajęć		B <sub>1</sub> Grupa zajęć kierunkowych - obowiązkowych		
Status przedmiotu		obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Wykład	30 [h]	5 ECTS
		Ćwiczenia	15 [h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne		3,0 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta kompetencji inżynierskich		1,0 ECTS
	z dyscypliną	Inżynieria chemiczna		1,5 ECTS
		Technologia żywności i żywienia		3,5 ECTS
		Nauki o zarządzaniu i jakości		-
Forma nauczania		Tradycyjna - zajęcia zorganizowane w Uczelni lub zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość		
Wymagania wstępne		Wszyscy studenci kierunku Bezpieczeństwo i jakość produkcji żywności		
Jednostka prowadząca		Katedra Zarządzania i Jakości Produktu		
Koordynator				
Adres strony internetowej pjo		<a href="http://www.uniwersytetradom.pl">www.uniwersytetradom.pl</a>		
Adres e-mail, telefon koordynatora				

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

Cel kształcenia:	Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami związanymi z żywieniem człowieka.
Treści programowe:	<p><b>Wykład:</b>  Charakterystyka podstawowych składników odżywczych: białka, węglowodany, lipidy, składniki mineralne, witaminy – ich rola w żywieniu człowieka, zapotrzebowanie organizmu oraz źródła (12h, W1)  Wartość odżywcza pożywienia. Wskaźniki wartości odżywczej produktów spożywczych (INQ, RRR, CFN, NNR), racji pokarmowych (HDI) (2h, W1)</p>

	<p>Podstawowe elementy fizjologii żywienia człowieka. Budowa układów związanych z przyswajaniem pokarmów oraz mechanizmy regulacji pobierania pokarmu (4h, W1)</p> <p>Potrzeby energetyczne organizmu oraz czynniki na nie wpływające. Bilans energetyczny (2h, W1)</p> <p>Normy żywienia i ich rodzaje (2h, W1)</p> <p>Zasady prawidłowego żywienia (1h, W1)</p> <p>Zwyczaje żywieniowe (1h, W1)</p> <p>Metody oceny sposobu żywienia (2h, W1)</p> <p>Rodzaje stosowanych diet (2h, W1)</p> <p>Zasady układania jadłospisów (2h, W1)</p> <p><b>Ćwiczenia:</b></p> <p>Analiza wartości odżywczej produktów na podstawie informacji żywieniowej umieszczonej na opakowaniach produktów spożywczych (2h, U1, K1)</p> <p>Analiza zagadnień dotyczących wpływu obróbki technologicznej na wartość odżywczą potraw na podstawie publikowanych prac badawczych (analiza stanu wiedzy i dyskusja) (4h, U1, K1)</p> <p>Ocena diety pod kątem dostarczanych ilości składników mineralnych oraz wody, modyfikacje diety (4h, U1, K1)</p> <p>Ocena jakościowa i ilościowa indywidualnego sposobu odżywiania - prezentacja wyników w postaci prezentacji multimedialnej (2h, U1, K1)</p> <p>Obliczanie wybranych wskaźników jakości żywieniowej grup produktów (2h, U1, K1)</p> <p>Zaliczenie (1h)</p>
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>– wykład informacyjny</p> <p>– wykład konwersatoryjny, dyskusyjny</p> <p>– dyskusja dydaktyczna</p> <p>– metody praktyczne (pokaz, ćwiczenia, warsztaty, praca w grupach)</p>
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów uczenia się określonych dla przedmiotu. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich form zajęć wchodzących w skład danego przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi. Sposób obliczenia oceny końcowej z przedmiotu określa regulamin studiów.</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 zasady, pojęcia, metodologię badań w zakresie niezbędnym do rozwiązywania zadań, problemów w obszarze zasad żywienia człowieka. Zna właściwości, składniki surowców produktów spożywczych, ich jakość i wartość żywieniową.	K_WG01 K_WG02	wykład	Odpowiedz pisemna/odpowiedź ustna	egzamin pisemny
U1	Umie dokonywać krytycznej analizy i oceniać istniejące rozwiązania i realizować: eksperymenty i postępowania zmierzające do wytworzenia bezpiecznego produktu żywnościowego zgodnie z zasadami	K_UW03 K_UK05 K_UK06 K_UK07	ćwiczenia	Odpowiedz pisemna/odpowiedź ustna	kolokwium pisemne, sprawozdania z ćwiczeń

	żywienia człowieka również posługując się terminologią w języku obcym, pracując w grupie i tworząc spójne wypowiedzi na poziomie B2				
K1	Rozumie znaczenie krytycznej analizy posiadanej wiedzy oraz odbieranych treści w rozwiązywaniu problemów poznawczych i praktycznych, a także korzystania z opinii ekspertów w kontekście zasad żywienia człowieka	K_KK01	ćwiczenia	Odpowiedz pisemna/odpowiedź ustna	kolokwium pisemne, sprawozdania z ćwiczeń

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe

**Literatura podstawowa:**

Gawęcki J., Hryniewiecki L. (2010): Żywienie człowieka – podstawy nauki o żywieniu. PWN Warszawa  
 Gertig H., Przysławski J. (2007): Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. PZWL Warszawa  
 Praca zbiorowa pod red. Jarosz, M. 2017: Normy żywienia dla populacji Polski. Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa.  
 Praca zbiorowa pod red. Hasik J., Gawęcki J., (2000): Żywienie człowieka zdrowego i chorego. PWN, Warszawa.

**Literatura uzupełniająca:**

Gawęcki J., Roszkowski, W. (2009): Żywienie człowieka, a zdrowie publiczne. PWN Warszawa  
 Keller, J. (2000): Podstawy fizjologii żywienia człowieka, Wydawnictwo SGGW, Warszawa  
 Czasopisma: "Bromatologia i chemia toksykologiczna", LWT -Food Science and Technology, Nutrients, Food Science and Nutrition, Polish Journal of Food and Nutrition Sciences

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	30 [h]
Udział w ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych / projektach / seminariach	X	X	15[h]
Przygotowanie do wykładów, ćwiczeń Przygotowanie do zaliczenia, egzaminu	X	55[h]	X
Udział w konsultacjach	22[h]	X	X
Udział w egzaminie	3 [h]	X	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	25[h]/1,0 ECTS	55[h]/ 2,2ECTS	45[h]/1,8 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	5 ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi

W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów.

Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.