

Fizjologia żywienia - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Fizjologia żywienia
Kod przedmiotu	16.3-WL-ŻiDwS-FŻ
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Żywnienie i dietetyka w sporcie
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	podyplomowe
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	• prof. dr hab. Agnieszka Zembroń-Łacny

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Seminarium	-	-	20 (w tym jako e-learning)	1,33 (w tym jako e-learning)	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Poznanie i zrozumienie mechanizmu regulacji procesów fizjologicznych, współdziałanie narządów i układów w przemianach metabolicznych oraz zachowanie homeostazy organizmu w procesie żywienia.

Wymagania wstępne

Wiedza z zakresu fizjologii człowieka oraz umiejętność korzystania z cyfrowych/naukowych baz danych i prezentacji efektów obserwacji naukowych.

Zakres tematyczny

1. Czynności wydzielnicze gruczołów trawiennych. Czynności wątroby: próby czynnościowe wątroby, pęcherzyk żółciowy i mechanizmy wydzielania żółci.
2. Neurohormonalne regulacja przyjmowania pokarmu; łaknienie, sytość
3. Trawienie i wchłanianie: węglowodany, białka i kwasy nukleinowe, tłuszcze.
4. Uzyskiwanie energii z pożywienia i pojęcie energii swobodnej. Kontrola energii uwalnianej przez komórki. Masa i skład ciała.
5. Rozmieszczenie wody i elektrolitów, regulacja transportu jonów i wody przez błony biologiczne. Regulacja bilansu wody. Regulacja objętości płynu w przestrzeni zewnątrz komórkowej i śródmiąższowej.
6. Regulacja osmolarności płynów ustrojowych przez wazopresynę i układ pragnienia. Regulacja bilansu elektrolitów – sodu, potasu, wapnia i fosforu oraz chloru.
7. Kontrola absorpcji żelaza z pożywienia. Kontrola poziomu żelaza w organizmie związana z regulacją poziomu ferrytyny i ferroportyny. Udział hepcydyny w regulacji poziomu żelaza u sportowca.
8. Układ pokarmowy sportowca; zaburzenia funkcji w trakcie wysiłku.

Metody kształcenia

Metoda podająca z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, pomiary i obserwacje z wykorzystaniem dostępnej aparatury, metoda oparta na rozwiązaniu problemu

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbol e efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Posiada rozszerzoną wiedzę w zakresie fizjologicznych i biologicznych podstaw nauk o zdrowiu oraz nauk o kulturze fizycznej. Posiada szczegółową znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka w zakresie dziedzin nauki o zdrowiu i kulturze fizycznej. Posiada pogłębioną wiedzę o metodach pomiaru w naukach o kulturze fizycznej oraz wykorzystania zaawansowanych metod, technik i narzędzi badawczych do prowadzenia badań naukowych	• K_W01 • K_W02 • K_W05	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta • prezentacja	• Seminarium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Posiada pogłębioną umiejętność stosowania technik efektywnego komunikowania się i negocjacji, potrafi porozumiewać się z osobami w różnej kondycji emocjonalnej, pochodzącymi z różnych środowisk, rozwiązywać konflikty i konstruować dobrą atmosferę dla komunikacji z jednostką i grupą społeczną. Potrafi posługiwać się zaawansowanym technicznie sprzętem i aparaturą stosowanymi w zakresie dziedzin nauki i dyscyplin naukowych, właściwych dla studiowanego kierunku studiów.	• K_U01 • K_U02	• dyskusja • obserwacja i ocena aktywności na zajęciach • prezentacja	• Seminarium
Rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i rozwoju osobistego w ciągu całego życia, potrafi inspirować i organizować proces uczenia się innych osób. Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, dokonuje samooceny własnych kompetencji, zna własne ograniczenia i wie kiedy zgłosić się do specjalistów	• K_K01 • K_K02	• dyskusja • obserwacja i ocena aktywności na zajęciach • prezentacja	• Seminarium

Warunki zaliczenia

Seminarium: warunkiem zaliczenia jest przygotowanie pracy pisemnej nt. wybranego problemu zdrowotnego dot. zaburzenia funkcji układu pokarmowego pod wpływem wysiłku fizycznego.

Literatura podstawowa

1. Konturek S.J. Fizjologia człowieka; podręcznik dla studentów medycyny. Wyd. Elsevier Urban & Partner 2013
2. Górski J. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. Wyd. PZWL 2006

Literatura uzupełniająca

1. Czasopisma dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Uwagi

PROGRAM OPRACOWAŁA:

dr hab. Agnieszka Zembroń-Łacny, prof. UZ

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 17-08-2018 07:10)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ