

Human nutrition in ontogenesis - course description

General information	
Course name	Human nutrition in ontogenesis
Course ID	01.3-WZS-ŻCZP-ŻCZO
Faculty	The Branch Faculty of the University of Zielona Góra in Sulechów.
Field of study	Human nutrition
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Engineer's degree
Beginning semester	winter term 2019/2020

Course information	
Semester	3
ECTS credits to win	3
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Lecture	15	1	9	0,6	Exam
Laboratory	40	2,67	24	1,6	Credit with grade

Aim of the course

Zapoznanie studentów z zagadnieniami dotyczącymi żywienia człowieka w różnych okresach życia.

Prerequisites

Podstawowa wiedza z biologii, fizjologii i biochemii

Scope

Treści programowe:

Wykład:

Składniki pokarmowe i ich rola (białka, tłuszcze, węglowodany, woda, składniki mineralne, witaminy). Piramida żywieniowa i grupy produktów w zbilansowanej diecie. Zasady prawidłowego żywienia.

Ćwiczenia:

Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania. Analiza składu żywności na podstawie etykiet. Zapotrzebowanie energetyczne człowieka. Układanie diety w oparciu o zalecenia żywieniowe i ich praktyczna realizacja. Normy żywieniowe człowieka w zależności od zapotrzebowania energetycznego. Wartość odżywcza białka i wymogi ilościowe zależne od wieku. Składniki energetyczne (tłuszcze i węglowodany) w żywieniu człowieka z uwzględnieniem wydatków energetycznych w danym okresie życia. Witaminy i składniki mineralne w żywieniu człowieka. Woda w żywieniu człowieka. Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia w różnym wieku.

Teaching methods

Wykłady i prezentacja ćwiczeń z wykorzystaniem technik multimedialnych. Zadania indywidualne wykonane samodzielnie pod nadzorem nauczyciela akademickiego. Praca w grupach (raporty z ćwiczeń). Prezentacje multimedialne przygotowane przez studentów. Analiza i dyskusja wyników uzyskanych w pracy indywidualnej i grupowej.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Student umie zastosować uzyskane wiadomości w życiu osobistym i zawodowym	K_W01 K_U04 K_K03	- a project - an observation and evaluation of activities during the classes - carrying out laboratory reports	- Lecture - Laboratory
Posiada wiedzę dotyczącą żywienia człowieka i roli składników pokarmowych	K_W04 K_W05 K_U04 K_K04	- an evaluation test - an exam - oral, descriptive, test and other	- Lecture - Laboratory
Potrafi pracować indywidualnie i zespołowo z pełną świadomością odpowiedzialności za wspólnie realizowane działania.	K_W08 K_W14 K_U04 K_K02	- an observation and evaluation of activities during the classes - carrying out laboratory reports	Laboratory

Assignment conditions

Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest pozytywna ocena z ćwiczeń - w ramach której uwzględniona zostanie: obecność w trakcie ćwiczeń, aktywność, oceny częściowe (z raportów z ćwiczeń) i wyniki pisemnych kolokwiiów (3).

Egzamin w formie pisemnej - warunkiem uzyskania oceny pozytywnej z egzaminu jest osiągnięcie 60% poprawnych odpowiedzi

Recommended reading

1. Biesialski K. H., Grimm P.: Żywnienie. Atlas i podręcznik. Edra Urban & Partner, Wrocław 2015.
2. Gawęcki J. (Redakcja): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Tom1. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2016.
2. Jarosz M. (Redakcja): Normy żywienia dla populacji Polski. IŻŻ Warszawa 2017.
3. Langley-Evans S.: Żywnienie. Wpływ na zdrowie człowieka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014.

Further reading

1. Gawęcki J., Roszkowski W. (Redakcja): Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne tom 3. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
2. Jarosz M. (Redakcja): Praktyczny Podręcznik Dietetyki. IŻŻ Warszawa 2012.
3. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005.
4. Peckenpaugh N.: Podstawy żywienia i dietoterapia. Wydawnictwo Elsevier, Urban & Partner, Warszawa 2015.

Notes

Modified by dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ (last modification: 24-04-2019 09:29)

Generated automatically from SylabUZ computer system