

Żywienie człowieka w ontogenezie - opis przedmiotu

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu	Żywienie człowieka w ontogenezie
Kod przedmiotu	01.3-WZS-ŻCZP-ŻCZO
Wydział	Filia Uniwersytetu Zielonogórskiego w Sulechowie
Kierunek	Żywienie człowieka i dietoterapia.
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. inżyniera
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie

Semestr	4
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ

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
Wykład	15	1	9	0,6	Egzamin
Laboratorium	40	2,67	24	1,6	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studentów z rolą poszczególnych składników pokarmowych. Ułatwienie zrozumienia jak funkcjonuje nasz organizm. Potrzeby żywieniowe uzależnione od okresu rozwojowego.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza dotycząca fizjologii i biochemii człowieka.

Zakres tematyczny

Wykład:

1. Gospodarka wodna organizmu
- 2,3. Rodzaje i rola witamin w żywieniu.
4. Rodzaje i rola składników mineralnych w żywieniu.
5. Równowaga kwasowo-zasadowa.
6. Normy żywieniowe i dobranie odpowiedniego składu pokarmu w celu zaspokojenia potrzeb organizmu w różnych okresach rozwojowych.
7. Charakterystyka wartości odżywczej 12 grup produktów spożywczych.

Ćwiczenia:

1. Objawy i konsekwencje odwodnienia i przewodnienia organizmu.
2. pH w poszczególnych odcinkach przewodu pokarmowego.
3. Posiłki zakwaszające i alkalizujące.
4. Układanie diety z odpowiednią ilością witamin w zależności od wieku. Skutki niedoborów jak i nadmiarów.
5. Dieta pokrywająca zapotrzebowanie mineralne w zależności od wieku człowieka. Skutki niedoborów jak i nadmiarów.
6. Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia w różnym wieku.
7. Obliczanie wskaźnika jakości żywieniowej INQ -produkty zamienne.

Metody kształcenia

Wykład multimedialny.

Ćwiczenia praktyczne polegające na opracowaniu ilościowym i jakościowym składników pokarmowych zaspakajających potrzeby organizmu w różnych okresach rozwojowych.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Kształtuje prawidłowe nawyki żywieniowe	K_W01 K_W05 K_U04 K_K03	- aktywność w trakcie zajęć - egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne	- Wykład - Laboratorium
Student zna rolę witamin, wody oraz składników mineralnych w żywieniu	K_W05 K_W08 K_U03 K_K05	- kolokwium - wypowiedź pisemna	- Wykład - Laboratorium
Zna ilościowe i jakościowe zmiany w żywieniu uzależnione od wieku człowieka	K_W08 K_U06 K_K01	- aktywność w trakcie zajęć - egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne	- Wykład - Laboratorium

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest uzyskanie pozytywnych ocen z wszystkich kolokwίων oraz uzyskanie prawidłowych wyników w przeprowadzanych eksperymentach trawiennych.

Egzamin w formie pisemnej -student układa prawidłową dietę całodzienną dla osoby o zadanych parametrach wiekowych oraz zapotrzebowaniu kalorycznym. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej z egzaminu jest osiągnięcie poprawności w 60%

Literatura podstawowa

- Ciborowska H. Rudnicka A. Dietetyka -żywienie zdrowego i chorego człowieka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL Warszawa 2004
- Grajeta H. (red) Żywnienie człowieka i analiza żywności wybrane zagadnienia. Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu Wrocław 2017
- Gawęcki J. (Redakcja): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Tom1. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2016.
- Jarosz M. (Redakcja): Normy żywienia dla populacji Polski. IŻŻ Warszawa 2017.

Literatura uzupełniająca

- Jarosz M. (Redakcja): Praktyczny Podręcznik Dietetyki. IŻŻ Warszawa 2012.
- Kolanowski W. Podstawy Żywienia Człowieka. Ćwiczenia dla studentów dietetyki. Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach. 2017.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 28-04-2020 15:18)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ