

Fundamentals of human nutrition - course description

General information	
Course name	Fundamentals of human nutrition
Course ID	01.3-WZS-ŻCZP-pżc-S21
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 2021/2022

Course information	
Semester	2
ECTS credits to win	5
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr inż. Anna Gawrońska

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
Laboratory	45	3	27	1,8	Credit with grade
Lecture	30	2	18	1,2	Exam

Aim of the course

Zapoznanie studentów z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi żywienia człowieka.

Prerequisites

Podstawowa wiedza z biologii i chemii

Scope

Treści programowe:

Wykład: Wykład wprowadzający - żywienie na przestrzeni dziejów. Indywidualność osobnicza człowieka i jej konsekwencje. Składniki pokarmowe i ich rola (białka, tłuszcze, węglowodany, woda, składniki mineralne, witaminy). Piramida żywieniowa i grupy produktów w zbilansowanej diecie. Zasady prawidłowego żywienia. Dieta śródziemnomorska. Podstawowe informacje na temat sposobów żywienia (do jelitowego i pozajelitowego)*.

Ćwiczenia: Ćwiczenia wprowadzające (plan i zakres zajęć oraz warunki zaliczenia, przedstawienie karty przedmiotu). Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania. Ocena żywności na podstawie etykiet. Zapotrzebowanie energetyczne człowieka. Zalecenia żywieniowe i ich praktyczna realizacja – część I. Zalecenia żywieniowe i ich praktyczna realizacja – część II. Kolokwium zaliczeniowe (I). Normy żywienia człowieka. Wartość odżywcza białka. Tłuszcze i węglowodany w żywieniu człowieka. Kolokwium zaliczeniowe (II). Witaminy i składniki mineralne w żywieniu człowieka. Woda w żywieniu człowieka. Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia. Normy żywienia dla różnych populacji na świecie. Kolokwium zaliczeniowe (III). Podsumowanie przerobionego materiału i udzielenie zaliczenia.

**wykorzystanie wiedzy i praktyki w ramach studiów podyplomowych (Żywnie kliniczne i opieka metaboliczna)*

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
Będzie posiadał podstawową wiedzę na temat sposobów odżywiania (metody do jelitowe i pozajelitowe)*	K_W11	an evaluation test	Lecture
Będzie kreatywny w przekazywaniu posiadanych umiejętności i wiedzy.	K_K04	- a discussion - an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
Będzie umiał zastosować uzyskane wiadomości w życiu osobistym i zawodowym	K_U15	- a project - an observation and evaluation of activities during the classes - carrying out laboratory reports	- Lecture - Laboratory

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Będzie posiadał wiedzę dotyczącą żywienia człowieka i roli składników pokarmowych	K_W05	- an evaluation test - an exam - oral, descriptive, test and other	- Lecture - Laboratory
Będzie pracować indywidualnie i zespołowo z pełną świadomością odpowiedzialności za wspólnie realizowane działania.	K_K05	- an observation and evaluation of activities during the classes - carrying out laboratory reports	Laboratory
Będzie wiedział jak poszerzać swoje zainteresowania z zakresu żywienia człowieka	K_W10	- an evaluation test - an exam - oral, descriptive, test and other	- Lecture - Laboratory
Będzie świadomy prawidłowych nawyków żywieniowych.	K_U14	- a discussion - a project - 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, sprawozdania z ćwiczeń i wyniki pisemnych kolokwίων .

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

Recommended reading

- Biesialski K. H., Grimm P.: Żywnienie. Atlas i podręcznik. Edra Urban & Partner, Wrocław 2015.
- Gawęcki J. (Redakcja): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Tom1. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2016.
- Jarosz M. (Redakcja): Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. IŻŻ Warszawa 2020.
- Langley-Evans S.: Żywnienie. Wpływ na zdrowie człowieka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014.

Further reading

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

Notes

Ćwiczenia łączone 2 x 1,5 godziny

Modified by dr inż. Anna Gawrońska (last modification: 28-04-2021 20:33)

Generated automatically from SylabUZ computer system