

Żywienie człowieka w ontogenezie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Żywienie człowieka w ontogenezie
Kod przedmiotu	12.9-WB-ŻCZ2P-żco-S22
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Żywienie człowieka i dietoterapia
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. inżyniera
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2022/2023

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 - dr n. med. Bożena Mospan - dr Mateusz Ciepliński

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

Nabycie wiedzy dotyczącej zróżnicowanych potrzeb żywieniowych dzieci w różnych przedziałach wiekowych. Nabycie wiedzy i umiejętności w planowaniu żywienia dla osób dorosłych zależnie od ich aktywności fizycznej. Uzyskanie wiedzy w zakresie żywienia człowieka w ekstremalnych warunkach środowiska.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza dotycząca fizjologii człowieka oraz procesów biochemicznych zachodzących w organizmie ludzkim.

Zakres tematyczny

Zakres tematyczny –wykłady:

1. Wykład wprowadzający - kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych młodzieży kluczem do zdrowego życia
2. Fizjologiczne mechanizmy kontrolujące głód i sytość.
3. Żywienie dzieci w wieku przedszkolnym.
4. Żywienie dzieci w wieku szkolnym i okresie dorastania
5. Żywienie osób dorosłych w zależności od ich aktywności fizycznej
6. Żywienie w ekstremalnych warunkach środowiska
7. Przemiana energii u dzieci otyłych
8. Bilans energetyczny ludzi starszych.

Zakres tematyczny –laboratoria:

1. Układanie diety wg zaleceń dekalogu zdrowego żywienia.
2. Planowanie diet dla dzieci w wieku przedszkolnym, szkolnym i okresie dorastania z uwzględnieniem specyfiki rozwojowej dzieci w danym wieku.
3. Wykonanie posiłków dla dzieci z nadwagą.
4. Bilansowanie diet dla osób dorosłych w zależności od ich aktywności fizycznej z uwzględnieniem odpowiedniej podaży makro i mikroskładników.
5. Produkty zalecane oraz niewskazane dla dorosłych osób z nadwagą.
6. Planowanie diety całotygodniowej dla osób starszych.
7. Zapotrzebowanie człowieka na energię, makro- i mikroskładniki w środowisku gorącym i środowisku zimnym.
8. Jakimi produktami żywieniowymi kompensować niedobory witaminowe oraz mikro- i makroelementów.

Metody kształcenia

Wykłady: prezentacje multimedialne, dyskusja.

Laboratorium: analiza źródłowych materiałów naukowych, analiza przypadków, praca w grupach, obserwacja pracy studenta, praca z wykorzystaniem komputerowych programów do układania jadłospisów.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbol e efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Zna w stopniu zaawansowanym etapy trawienia składników odżywczych w organizmie oraz funkcje jakie te składniki i mechanizmy spełniają.	K_W09	egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne	Wykład
Zna szczegółowe normy i zasady racjonalnego żywienia człowieka z uwzględnieniem etapów rozwoju ontogenetycznego - od okresu przedszkolnego do starości.	K_W10	egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne	Wykład
Potrafi określić wartość odżywczą oraz energię zaproponowanych posiłków w żywieniu dzieci, osoby dorosłej albo starszej.	K_U06	- egzamin - ustny, opisowy, testowy i inne - kolokwium	- Wykład - Laboratorium
Potrafi przeprowadzić wywiad żywieniowy i na jego podstawie ocenić poprawność stosowanej diety w żywieniu dzieci, osoby dorosłej albo starej. Potrafi również zaproponować korzystniejszy wariant żywienia	K_U14	- aktywność w trakcie zajęć - ocena projektu	Laboratorium
Jest gotów wprowadzić korekty w żywieniu dzieci, osoby dorosłej albo starej	K_K04	- aktywność w trakcie zajęć - ocena projektu	Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykłady: egzamin. Student będzie układał dietę dla osoby dorosłej albo starej albo ucznia o określonych parametrach. Ocena będzie uwzględniała prawidłowy skład produktów organicznych, witamin i minerałów (po pół punktu na oceniany parametr).

Laboratoria: kolokwia, projekty. Ocena końcowa będzie średnią arytmetyczną z uzyskanych ocen. Żeby uzyskać ocenę pozytywną należy uzyskać pozytywną ocenę ze wszystkich kolokwii i projektów.

Literatura podstawowa

- Jarosław M. Bułhak-Jachymczyk B.(red.) Normy żywienia człowieka PZWL, Warszawa 2020
- Grzymisławski M. Moszczak M. (red) Żywnienie człowieka zdrowego i chorego 2. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2022
- Grzymisławski M. (red) Dietetyka kliniczna. PZWL, Warszawa 2020
- Woś H., Staszewska- Kwak A. Żywnienie dzieci, PZWL, Warszawa 2015
- Gawęcki J., (red.) Żywnienie człowieka –podstawy nauki o żywieni 1. Wydawnictwo Naukowe PWN Warszawa 2012

Literatura uzupełniająca

- Ciborowska H. Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL, Warszawa 2021
- Eugster G. Żywnienie dzieci, Edra Urban & Partner, Wrocław 2018

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. Mariusz Kasprzak, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 05-02-2023 17:28)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ