

Żywienie człowieka z elementami dietytyki - przedmiot ogólnouczelniany - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Żywienie człowieka z elementami dietytyki - przedmiot ogólnouczelniany
Kod przedmiotu	01.3-WZS-UZP-ŻCzED-S18
Wydział	Oferta ogólnouczelniana
Kierunek	Oferta ogólnouczelniana
Profil	-
Rodzaj studiów	
Semestr	semestr letni 2018/2019
Jednostka obsługująca przedmiot	Filia Uniwersytetu Zielonogórskiego w Sulechowie

Informacje o przedmiocie	
Liczba punktów ECTS do zdobycia	2
Typ przedmiotu	obieralny
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr inż. Anna Gawrońska

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	30	2	18	1,2	Zaliczenie

Cel przedmiotu

Uzyskanie wiedzy o zasadach prawidłowej diety oraz wpływie odżywiania na organizm w różnych stanach zdrowotnych i fizjologicznych.

Wymagania wstępne

podstawy chemii i biologii

Zakres tematyczny

Podstawowe składniki pokarmowe i ich rola w organizmie człowieka. Wartość energetyczna pożywienia i sposoby określania indywidualnego zapotrzebowania energetycznego. Choroby dietozależne (otyłość, cukrzyca, miażdżycy, nowotwory). Żywienie w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych. Alergie i nietolerancje pokarmowe – dietetyczne sposoby łagodzenia ich skutków. Przegląd popularnych diet redukcyjnych (odchudzających). Diety dla osób aktywnych fizycznie i sportowców. Przegląd diet specjalnych (dieta wegetariańska, wegańska, bezglutenowa).

Metody kształcenia

- metody podające:
 - wykład informacyjny z wykorzystaniem technik multimedialnych,

wykład problemowy

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Rozumie rolę prawidłowej diety w leczeniu i prewencji chorób dietozależnych i w różnych stanach fizjologicznych Zna składniki pokarmowe występujące w pożywieniu oraz ich wartość energetyczną . Rozumie rolę jaką pełnią w organizmie człowieka Zna podstawowe zasady diet redukcyjnych, diet sportowych i wybranych diet specjalnych.		• test	• Wykład
Ma świadomość postępu i zmian następujących w nauce o żywieniu człowieka oraz potrzeby uczenia się		• test	• Wykład
Ocenia wybrane diety pod względem ich bezpieczeństwa i przydatności terapeutycznej. Ocenia wartość odżywczą produktów spożywczych, analizując ich skład i wartość energetyczną Dostosowuje dietę do stanu zdrowotnego i fizjologicznego organizmu.		• test	• Wykład

Warunki zaliczenia

Sposób i kryteria sprawdzania efektów kształcenia:

- test wielokrotnego wyboru (treści wykładowe),
- sprawdzanie obecności na zajęciach.

Kryteria sprawdzania efektów kształcenia:

(0 - 50)% - nie zalicza się

(50 - 100)% - zalicza się.

Sposób zaliczenia:

Zaliczenie bez oceny

Literatura podstawowa

Hasik J., Gawęcki J.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Tom 2. PWN, Warszawa 2009

Jarosz M.: Praktyczny podręcznik dietetyki. Wyd. IŻŻ, Warszawa 2010

Jarosz M.: Normy żywienia dla Polski. Wyd. IŻŻ, Warszawa 2017

Grzymisławski M., Gawęcki J.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. PWN Warszawa 2012

Ciborowska H., Rudnicka A., Ciborowski A. (współpraca): Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL Warszawa 2014

Mizera J., Mizera K.: Dietetyka sportowa. Wyd. Galaktyka 2017

Literatura uzupełniająca

Uzupełniającó wybrane pozycje z czasopism branżowych i artykuły zaproponowane przez prowadzącą

Uwagi

Prowadzący zajęcia: dr inż. Bogna Latacz , dr inż. Anna Gawrońska

Zmodyfikowane przez mgr Renata Kubiak (ostatnia modyfikacja: 26-04-2018 08:52)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ