

## KARTA KURSU WYRÓWNAWCZEGO

1. Nazwa modułu:  <b>ŻYWIENIE CZŁOWIEKA</b>		2. punkty ECTS
		3. kod ECTS
4. Kierunek studiów: <b>Dietetyka</b>		5. Ścieżka kształcenia: -
6. Semestr studiów:		7. Stopień:
8. Forma studiów: <b>studia stacjonarne/ studia niestacjonarne</b>		9. Język wykładowy: <b>polski</b>
10. Status modułu:		11. Sposób zaliczenia: <b>zaliczenie bez oceny</b>
12. Grupa:		
13. Forma zajęć	14. Metody dydaktyczne	15. Sposób realizacji zajęć
<b>ćwiczenia</b>	<b>ćwiczenia warsztatowe: analiza przypadków, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupie</b>	<b>zajęcia prowadzone w pracowni planowania diet</b>
16. Cele i zadania modułu: 1. <b>Nabycie przez studentów wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych z zakresu:</b> a) <b>zasad racjonalnego żywienia człowieka,</b> b) <b>wpływu składników odżywczych na prawidłowe funkcjonowanie organizmu,</b> c) <b>rozpoznania błędów żywieniowych.</b>		
17. Wymagania formalne: <b>1. Brak.</b>		
18. Wymagania wstępne: <b>1. Powszechna wiedza z zakresu zasad racjonalnego żywienia, zarówno osób zdrowych, jak i chorych.</b>		
19. Treści programowe:		
lp.	<b>CW – ćwiczenia warsztatowe:</b>	
<b>CW1</b>	Gospodarka wodno-elektrolitowa organizmu oraz równowaga kwasowo-zasadowa.	
<b>CW2</b>	Zapotrzebowanie energetyczne organizmu. Wartość odżywcza i energetyczna żywności. Wpływ procesów technologicznych i obróbki termicznej na jakość i wartość pożywienia.	
<b>CW3</b>	Elementarne zasady układania jadłospisu dla klienta zdrowego.	
<b>CW4</b>	Elementarne zasady układania jadłospisu dla klienta chorego.	
<b>CW5</b>	Popularne diety – klasyfikacja i charakterystyka.	
<b>CW6</b>	Ocena jakościowa stanu odżywiania.	
<b>CW7</b>	Ocena ilościowa stanu odżywiania.	
<b>CW8</b>	Niedobory żywieniowe vs. nadmiary żywieniowe.	
<b>CW9</b>	Studium przypadku: konstruowanie jadłospisów według indywidualnych zaleceń.	
20. Zakładane efekty uczenia się:		
<b>Wiedza:</b> <i>zbiór opisów, faktów, zasad, teorii i praktyk, przyswojonych w procesie uczenia się, odnoszących się do dziedziny uczenia się lub działalności zawodowej</i>		
Nr efektu	<b>Efekt uczenia się - WIEDZA</b>	
	Student, który zaliczył moduł:	
<b>01</b>	ma elementarną wiedzę z zakresu żywienia człowieka.	
<b>02</b>	zna metodykę układania prostych jadłospisów według zaleceń na zapotrzebowanie	

określonych składników odżywczych dla organizmu.		
<b>Umiejętności:</b> zdolność wykonywania zadań i rozwiązywania problemów właściwych dla dziedziny uczenia się lub działalności zawodowej		
<b>Efekt uczenia się - UMIEJĘTNOŚCI</b>		
Nr efektu	Student, który zaliczył moduł:	
<b>03</b>	potrafi konstruować proste jadłospisy według zaleceń na zapotrzebowanie określonych składników odżywczych dla organizmu.	
<b>04</b>	potrafi udzielić prostej porady w zakresie zaleceń żywieniowych.	
<b>Kompetencje społeczne:</b> zdolność do kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania		
<b>Efekt uczenia się - KOMPETENCJE</b>		
Nr efektu	Student, który zaliczył moduł:	
<b>05</b>	ma świadomość swojej roli i wpływu podejmowanych działań na zdrowie i ogólną kondycję jednostki lub całych grup społecznych.	
21. Sposoby oceny:		
<b>F</b> – formująca: -	<b>P</b> – podsumowująca: <b>P4-zaliczenie bez oceny</b>	
22. Sposób weryfikacji efektów uczenia się:		
<b>Nr efektu</b>	<b>Treści programowe</b>	<b>Sposób oceny</b>
<b>01</b>	<b>CW1-CW9</b>	<b>P4</b>
<b>02</b>	<b>CW1-CW9</b>	<b>P4</b>
<b>03</b>	<b>CW1-CW9</b>	<b>P4</b>
<b>04</b>	<b>CW1-CW9</b>	<b>P4</b>
<b>05</b>	<b>CW1-CW9</b>	<b>P4</b>
23. Warunek zaliczenia modułu: Frekwencja na zajęciach dydaktycznych na poziomie 75-100%.		
24. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów uczenia się w godzinach oraz punktach ECTS:		
1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:	stacjonarne	niestacjonarne
- udział w ćwiczeniach warsztatowych	<b>12</b>	<b>12</b>
<b>RAZEM</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
25. Wykaz literatury podstawowej (wykorzystywana podczas zajęć i studiowana samodzielnie przez studenta)		
<ol style="list-style-type: none"> <li>Gawęcki J., Żywnie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu, Warszawa 2010.</li> <li>Śliż D., Mamczarz A.: Medycyna stylu życia. Warszawa 2018.</li> <li>Krauss H., Fizjologia żywienia, Warszawa 2019.</li> <li>Jarosz M., Normy żywienia dla populacji polskiej i ich zastosowanie – Warszawa 2020.</li> </ol>		
26. Wykaz literatury uzupełniającej:		
<ol style="list-style-type: none"> <li>Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K., Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw, Warszawa 2009.</li> <li>Ciborowska H., Rudnicka A., Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka, Warszawa 2014.</li> </ol>		