



Sylabus														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Żywnienie człowieka										Grupa szczegółowych efektów kształcenia			
											Kod grupy	Nazwa grupy		
Wydział	Nauk o Zdrowiu													
Kierunek studiów	Zdrowie Publiczne													
Specjalności														
Poziom studiów	jednolite magisterskie * I stopnia II stopnia x III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	stacjonarne      niestacjonarne													
Rok studiów	2										Semestr studiów:	zimowy x letni		
Typ przedmiotu	x obowiązkowy ograniczonego wyboru wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	kierunkowy      podstawowy													
Język wykładowy	polski      angielski      inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając      na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
<b>Semestr zimowy:</b>														
<b>Semestr letni</b>														
	15	10	15										15	
<b>Razem w roku:</b>														



	15	10	15									15	
<b>Cele kształcenia:</b>													
<p><b>C1.</b> Student uzyska kompleksową wiedzę dotyczącą związku żywności i/lub żywienia w rozwoju chorób dietozależnych oraz rozumie wytyczne dotyczące zaleceń żywieniowych dla osób zdrowych oraz w przypadku wybranych chorób.</p> <p><b>C2.</b> Student nabywa wiedzę z zakresu: edukacji dotyczącej higieny żywności i żywienia, bezpieczeństwa zdrowotnego żywności.</p> <p><b>C3.</b> Student uzyska wiedzę z zakresu problemów żywnościowych w skali międzynarodowej.</p>													
<b>Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:</b>													
Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi					Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące i podsumowujące)			Forma zajęć dydaktycznych <i>** wpisz symbol</i>			
<b>W 01</b>	<b>W01</b> Prezentuje pogłębioną wiedzę z zakresu rozpoznawania podstawowych zagrożeń zdrowia ludności związanych z jakością środowiska, stylem życia i sposobem żywienia oraz innymi czynnikami ryzyka zdrowotnego	<p>Zna zagrożenia wynikające z nieprawidłowego sposobu żywienia i zanieczyszczeń żywności.</p> <p>Opisuje żywienie różnych grup ludności z uwzględnieniem jego prawidłowości w porównaniu do norm i aktualnych zaleceń żywieniowych.</p> <p>Potrafi dokonać interpretacji informacji żywieniowej umieszczonej na produktach spożywczych.</p>					Test końcowy			WY/CA			
<b>W 02</b>	<b>W13</b> Zna zagadnienia dotyczące teoretycznych podstaw i metod badań przekonanych zdrowotnych oraz procesu zmiany i kształtowania zachowań	<p>Charakteryzuje społeczne, kulturowe i ekonomiczne i psychologiczne czynniki wpływające na sposób odżywiania się.</p> <p>Rozumie zasady racjonalnego odżywiania w zdrowiu i chorobie, Opisuje podstawy żywienia dietetycznego u dorosłych i dzieci w stanie zdrowia i choroby.</p> <p>Posiada wiedzę o działaniach profilaktycznych z zakresu racjonalnego żywienia.</p>					Zadanie praktyczne			SE/ CA			
							Test końcowy			WY/CA			



	zdrowotnych	Posiada wiedzę o wybranych badaniach epidemiologicznych i klinicznych, w których wykazano związek między sposobem odżywiania a występowaniem chorób.		
W 03	<b>W35</b> Posiada pogłębioną znajomość budowy i czynności poszczególnych układów i narządów w zakresie dziedzin nauki i dyscyplin naukowych niezbędnych dla studiowanego kierunku	Ilustruje zaawansowaną wiedzę w wybranych zagadnieniach związanych z żywieniem człowieka zdrowego i chorego.  Objaśnia mechanizmy regulujące spożycie pokarmu.		WY/SE/CA
U 01	<b>U02</b> Potrafi planować procesy komunikacyjne tak, aby osiągać wyznaczone cele	Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie, potrafi inspirować i organizować proces uczenia się innych osób, rozumie potrzebę i umiejętność samokształcenia, wykazuje zdolność do pracy w zespole.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA
U 02	<b>U 07</b> Planuje, wdraża, monitoruje, ewaluje i ocenia programy w obszarze zdrowia publicznego, działalności profilaktycznej, informacyjnej, edukacyjnej oraz szkoleniowej	Potrafi zastosować właściwą strategię w planowaniu programu zdrowotnego dostosowaną do problemu zdrowotnego i grupy docelowej.  Potrafi podać i zastosować wybrane jakościowe metody oceny sposobu żywienia .  Opracowuje schemat terapeutycznego postępowanie dietetycznego u pacjentów w wybranych jednostkach chorobowych.  Współpracuje w grupie przy tworzeniu programów terapii żywieniowej	Dyskusja, prezentacja multimedialna  Praca w grupach  Praca w grupach	SE/CA



<b>U 03</b>	<b>U08</b> Potrafi wyciągać wnioski na temat wpływu polityki zdrowotnej państwa na funkcjonowanie programów profilaktycznych i inne polityki	Ocenia efekty prowadzonych działań z zakresu zmian nawyków żywieniowych w wybranych grupach ludności.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA
<b>U 04</b>	<b>U18</b> Identyfikuje bariery we wdrażaniu edukacji zdrowotnej w populacji, bazując na teoriach zmian społecznych oraz stosuje właściwe metody i umiejętności komunikacyjne w procesie dydaktycznym	Rozwiązuje problemy występujące w trakcie wdrażania edukacji zdrowotnej w populacji.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA
<b>U 05</b>	<b>U19</b> Podejmuje działania na rzecz zwiększania świadomości społecznej w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa pracy	Planuje interwencję z zakresu promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej w odpowiedzi na potrzeby zdrowotne wybranej społeczności lokalnej.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA
<b>U 06</b>	<b>U21</b> Posiada umiejętność doboru i wykorzystywania narzędzi informatycznych wykorzystywanych przy prowadzeniu	Samodzielnie dokonuje pomiarów antropometrycznych.  Oblicza dobowy wydatek energetyczny, z uwzględnieniem podstawowej przemiany materii oraz całkowitej przemiany materii.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA



	programów i promocyjnych			
K 01	<b>K01</b> Zna poziom swoich kompetencji i jest gotów do korzystania z pomocy ekspertów, współpracuje w zespole interdyscyplinarnym, zgodnie z zasadami etyki zawodowej i uregulowaniami prawnymi	Rozumie konieczność stałego kształcenia.	Dyskusja, prezentacja multimedialna	SE/CA
K02	<b>K09</b> Potrafi, w szerokim zakresie, formułować przejrzyste i szczegółowe wypowiedzi ustne i pisemne, a także wyjaśniać swoje stanowisko w sprawach będących przedmiotem dyskusji, rozważając zalety i wady różnych rozwiązań	Współpracuje w grupie przy ocenie stanu odżywienia i odżywiania się. Potrafi zastosować właściwe metody i techniki skutecznej komunikacji interpersonalnej oraz pracy w zespole.		SE/CA
K03	<b>K10</b> Umie samodzielnie zdobywać wiedzę i poszerzać swoje umiejętności badawcze korzystając z obiektywnych źródeł informacji	Jest świadomy znaczenia nabytej wiedzy w promocji prozdrowotnych zachowań w środowisku.		SE/CA



	oraz podejmować autonomiczne działania zmierające do rozstrzygnięcia praktycznych problemów			
<p>** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM - ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ- praktyki zawodowe; SK - samokształcenie, EL- E-learning.</p>				
<p>Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 5 Umiejętności: 4 Kompetencje społeczne: 4</p>				
<b>Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):</b>				
<b>Forma nakładu pracy studenta</b> (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)			<b>Obciążenie studenta (h)</b>	
1. Godziny kontaktowe:			40	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):			15	
Sumaryczne obciążenie pracy studenta			55	
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiotu</b>			2,5	
Uwagi				
<b>Treść zajęć:</b> (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)				
<b>Wykłady</b> 1. Znaczenie żywienia w życiu człowieka. Podstawowe składniki odżywcze i ich znaczenie dla zdrowia człowieka. Produkty spożywcze jako źródło składników odżywczych. Zapotrzebowanie energetyczne organizmu i normy żywieniowe (rodzaje norm, normy zapotrzebowania energetycznego, normy zapotrzebowania na podstawowe składniki odżywcze, normy zapotrzebowania na witaminy i składniki mineralne, zalecenia żywieniowe). Żywieniowe uwarunkowania chorób dietozależnych. Sposoby oceny stanu odżywienia. 2. Bezpieczeństwo żywnościowo żywieniowe w aspekcie regulacji prawnych na poziomie krajowym i europejskim. 3. Programy profilaktyczne. Żywność ludzi w różnych okresach życia. Żywność człowieka chorego. 4. Higiena artykułów żywnościowych i przedmiotów codziennego użytku mających kontakt z żywnością. System HACCP 5. Substancje dodatkowe i obce w żywności. Środowiskowe uwarunkowania skażeń żywności. 6. Suplementy żywności. 7. Rola oznakowania żywności w podejmowaniu właściwych wyborów żywieniowych oświadczenia żywieniowe, zdrowotne. Produkty żywnościowe mające wpływ na antyzdrowotne zachowania człowieka i ich toksyczne uwarunkowania.				



8. Zasady żywienia w wybranych jednostkach chorobowych.
<b>Seminaria</b> 1. Współczesne problemy żywnościowe w skali międzynarodowej. Uwarunkowania sposobu żywienia się społeczeństw. 2. Żywność ekologiczna. 3. Żywność modyfikowana genetycznie.
<b>Ćwiczenia</b> 1. Ocena stanu odżywienia, badania antropometryczne. Ocena niedoboru masy ciała w zaburzeniach odżywiania. 2. Normy żywieniowe.
<b>Inne- samokształcenie</b> 1. Samodzielna praca z materiałami źródłowymi. <b>Przygotowanie pracy samokształceniowej na wybrany temat ( praca w zespołach 2-3 osobowych)</b> <b>tematy do wyboru</b> 1. Postępowanie dietetyczne w cukrzycy typu II 2. Postępowanie dietetyczne w nadwadze i otyłości 3. Postępowanie dietetyczne w pierwotnej i wtórnej prewencji niedokrwiennej choroby serca 4. Postępowanie dietetyczne w zespole metabolicznym 5. Postępowanie dietetyczne w nadciśnieniu tętniczym 6. Żywieniowe czynniki ryzyka występowania chorób sercowo-naczyniowych 7. Znaczenie kwasów n-3 i n-6 zawartych w pożywieniu w profilaktyce i leczeniu schorzeń metabolicznych 8. Postępowanie dietetyczne w profilaktyce osteoporozy 9. Znaczenie wyników badania Framingham Study dla postępowania dietetycznego w profilaktyce chorób sercowo-naczyniowych Składniki pożywienia wpływające na biodostępność żelaza z diety
<b>Literatura podstawowa:</b> (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje) 1. Gawęcki J., Hryniewiecki L (red.),2011: Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Tom 1-3,PWN. 2. Ciborowska H, Rudnicka A., 2007: Dietetyka. Żywność zdrowego i chorego człowieka. Wyd. Lek. PZWL, Warszawa. <b>Literatura uzupełniająca i inne pomoce:</b> (nie więcej niż 3 pozycje) 1. Biernat J. (red), 2009: Wybrane zagadnienia z nauki o żywieniu człowieka. Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu 2. Gertig H., Przysławski J.: 2006, Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. Wyd. PZWL, Warszawa. 3. Peckenpaugh N., J.: Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Urban&Partner, Wrocław2010
<b>Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:</b> rzutnik multimedialny, laptop, sprzęt antropometryczny,
<b>Warunki wstępne:</b> Posiadanie wiedzy z zakresu podstaw żywienia człowieka.
<b>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu:</b> 1. Regulaminowa obecność na zajęciach



2. Poprawne wykonanie zadań praktycznych w ramach zajęć seminaryjnych

3. Wykonanie pracy w ramach samokształcenia.

Wymogi edytorskie i kryteria zaliczenia pracy samokształceniowej:

- Format arkusza papieru A4
- Czcionka Times New Roman lub Arial
- Wielkość czcionki podstawowej: 12 pkt
- Odstępy między wierszami: 1,5 wiersza
- Marginesy: górny, dolny, lewy, prawy: 2,0cm
- Wyjustowanie tekstu od prawego do lewego marginesu
- Akapity, wcięcie 1,25 pkt
- Wszystkie strony pracy powinny być ponumerowane
- Struktura pracy (wstęp - krótkie wprowadzenie do tematu, rozwinięcie- rozszerzenie lub analiza zagadnień związanych z tematem pracy, zakończenie-podsumowanie lub wysunięcie wniosków wynikających z analizy tematu)
- Piśmiennictwo - najnowsze, książki i czasopisma co najmniej 3 pozycje
- Minimalna ilość stron (zasadniczy tekst pracy) - 6
- Ocena formalna - zgodność z wytycznymi oraz poprawność stylistyczna o gramatyczna tekstu/prezentacji

Ocena merytoryczna - zgodność treści z tematem pracy

4. Zdanie testu końcowego.

Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem, )
Bardzo dobra (5,0)	Student uzyskał min. 95% punktów ze sprawdzianu wiedzy (test wiedzy ) oraz uzyskał minimum 95% punktów za realizację zadań powierzonych w trakcie seminariów i ćwiczeń . Student potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie w stopniu optymalnym świadczącym o pełnym zrozumieniu treści kształcenia i ich internalizacji, a także wyjaśniać swoje stanowisko w sprawach będących przedmiotem dyskusji rozważając zalety/ wady różnych rozwiązań. Student wykazał się danymi kompetencjami w stopniu bardzo dobrym.
Ponad dobra (4,5)	Student uzyskał min. 90% punktów ze sprawdzianu wiedzy (test wiedzy ) uzyskał minimum 90% punktów za realizację zadań powierzonych w trakcie seminariów i ćwiczeń . Student potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie w szerokim zakresie, w stopniu świadczącym o pełnym zrozumieniu treści kształcenia i ich internalizacji, a także wyjaśniać swoje stanowisko w sprawach będących przedmiotem dyskusji. Student wykazał się danymi kompetencjami w stopniu dobrym i rokującym na dalszy rozwój.
Dobra (4,0)	Student uzyskał min. 80% punktów ze sprawdzianu wiedzy ( egzamin testowy) oraz uzyskał minimum 80% punktów za realizację zadań powierzonych w trakcie seminariów i ćwiczeń . Student potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie w szerokim zakresie, w stopniu świadczącym o





	pełnym zrozumieniu treści kształcenia Student wykazał się danymi kompetencjami w stopniu dobrym i rokującym na dalszy rozwój.
Dość dobra (3,5)	Student uzyskał min. 70% punktów ze sprawdzianu wiedzy (test wiedzy ) oraz uzyskał minimum 70% punktów za realizację zadań powierzonych w trakcie seminariów i ćwiczeń. Student potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie w stopniu minimalnym, ale wystarczającym do zaliczenia i rokującym na dalszy rozwój. Student wykazał się danymi kompetencjami w stopniu minimalnym, wystarczającym do zaliczenia i rokującym na dalszy rozwój.
Dostateczna (3,0)	Student uzyskał min. 60% punktów ze sprawdzianu wiedzy (test wiedzy ) oraz 60% punktów za realizację zadań powierzonych w trakcie seminariów i ćwiczeń . Student potrafi wyrazić swoją wiedzę pisemnie i ustnie w stopniu minimalnym, ale wystarczającym do zaliczenia. Student wykazał się danymi kompetencjami w stopniu minimalnym, ale wystarczającym do zaliczenia.

**Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email**

Zakład Organizacji i Zarządzania  
Ul. Bartla 5  
tel.: 071/7841819  
anna.felinczak@umed.wroc.pl

**Koordinator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email**

Dr Anna Felińczak

**Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć .**

Dr Anna Felińczak – adiunkt- wykłady i seminaria

mgr Magdalena Matuszewska; licencjat Zdrowia Publicznego, mgr Biologii- wykłady i seminaria

**Data opracowania sylabusu**

30.06.20167

**Sylabus opracował(a)**

.....

**Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia**

.....

**Podpis Dziekana właściwego wydziału**

.....