



Sylabus														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Żywnienie człowieka 1										Grupa szczegółowych efektów kształcenia			
											Kod grupy	Nazwa grupy		
Wydział	NoZ													
Kierunek studiów	dietetyka													
Specjalności														
Poziom studiów	jednolite magisterskie * I stopnia X II stopnia III stopnia podyplomowe													
Forma studiów	X stacjonarne      niestacjonarne													
Rok studiów	1										Semestr studiów:	☐ zimowy X letni		
Typ przedmiotu	X obowiązkowy ograniczonego wyboru wolny wybór/ fakultatywny													
Rodzaj przedmiotu	X kierunkowy      podstawowy													
Język wykładowy	X polski      angielski      inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając      na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytorialne (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>														
	30	15		30									15	
<b>Razem w roku:</b>	<b>30</b>	<b>15</b>		<b>30</b>									<b>15</b>	



<b>Cele kształcenia:</b> (max. 6 pozycji) Student zdobywa umiejętności i kompetencje w zakresie: - znaczenia i roli podstawowych składników pokarmowych zawartych w pożywieniu, - poznania konsekwencji wynikających z nieprawidłowego żywienia, - dokonywania oceny sposobu żywienia i stanu odżywiania,													
<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>									
K_W05	OM1_W01	Zna funkcje fizjologiczne białek, tłuszczów, węglowodanów oraz elektrolitów, pierwiastków śladowych, witamin i hormonów.	Praca sprawdzająca	Wy, cn, se									
K_W20	OM1_W04	Zna cele i zadania zdrowia publicznego, czynniki determinujące zdrowie oraz aktualne problemy zdrowotne ludności w Polsce i metody ich zaspokajania.	Praca sprawdzająca										
K_W23	OM1_W04	Zna zasady i znaczenie promocji zdrowia, właściwego odżywiania i zdrowego stylu życia w profilaktyce chorób społecznych i dietozależnych.	Praca sprawdzająca										
K_U05	OM1_U02	Rozumie wzajemne relacje pomiędzy przewlekłymi chorobami a stanem odżywiania i potrafi zaplanować i wdrożyć żywienie dostosowane do zaburzeń metabolicznych wywołanych urazem lub chorobą.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	Wy,cn, se									
K_U06	OM1_U02	Potrafi rozpoznać rodzaj niedożywienia i zaplanować odpowiednie postępowanie żywieniowe.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą										
K_U08	OM1_U02	Potrafi wykorzystać. wyniki badań laboratoryjnych w planowaniu	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą										



K_U09	OM1_U02	żywienia		
K_U11	OM1_U02	Potrafi przeprowadzić wywiad żywieniowy i dokonać oceny stanu odżywienia w oparciu o badania przesiewowe i pogłębiona ocenę stanu odżywienia.  Potrafi dokonać odpowiedniego doboru surowców do produkcji potraw stosowanych w dietoterapii oraz zastosować odpowiednie techniki sporządzania potraw.	Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą  Ocena pracy oparta o obserwację bezpośrednią i dyskusję uczestniczącą	
K_K01	OM1_K01	Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów.	Obserwacja i rozmowy podczas wykładów i seminariów i ćwiczeń	Wy, se, cn
K_K02	OM1_K01	Potrafi taktownie i skutecznie zasugerować pacjentowi potrzebę konsultacji medycznej.		
K_K03	OM1_K01	Posiada świadomość potrzeby stałego dokształcania się.		

\*\* 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.

Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw:

Wiedza: ....+++

Umiejętności: ....+++

Kompetencje społeczne: .....++

**Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):**

Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	75
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	15
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	90
<b>Punkty ECTS za moduł/przedmiotu</b>	5
Uwagi	

**Treść zajęć:** (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)



### Wykłady

1. Zależności pomiędzy żywnością i żywieniem a zdrowiem człowieka. Czynniki ryzyka występowania chorób sercowo-naczyniowych i nowotworowych
2. Zasady racjonalnego żywienia. Normy żywienia i wyżywienia. Podział produktów spożywczych na 6 grup o zbliżonej wartości odżywczej
3. Białko występujące w żywności - główny składnik budulcowy organizmu
4. Tłuszcze pożywienia – wpływ głównych grup kwasów tłuszczowych na wskaźniki przemian metabolicznych
5. Węglowodany występujące w żywności – główny składnik energetyczny organizmu. IG i ŁG produktów. Skutki glikemii poposiłkowej
6. Żywność jako główne źródło witamin. Skutki niedoborów witamin i ich źródła pokarmowe
7. Żywność jako źródło składników mineralnych.
8. Biodostępność żelaza.
9. Potrzeby energetyczne organizmu. Skutki zdrowotne otyłości. Kryteria oceny występowania otyłości
10. Woda – zapotrzebowanie, źródła, znaczenie dla organizmu

### Seminaria

1. Ocena sposobu żywienia
2. Ocena stanu odżywienia
3. Dieta śródziemnomorska
4. Ocena zagrożenia chorobami układu krążenia na podstawie występowania czynników ryzyka
5. Normy żywieniowe

### Ćwiczenia

1. „Tabele składu i wartości odżywczej produktów i potraw” - podstawowy podręcznik w pracy dietetyka
2. Ocena wartości odżywczej białka zawartego w diecie
3. Ocena jakości zdrowotnej i wartości odżywczej tłuszczów
4. Węglowodany jako podstawowe źródło energii dla organizmu
5. Produkty spożywcze jako źródło składników mineralnych
6. Ocena wartości odżywczej pożywienia – witaminy
7. Ocena sposobu żywienia

### Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)

Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)

1. Gawęcki J., Hryniewiecki L.: Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. T.1, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009
2. Gertig H., Przysławski J.: Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2006
3. Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B.: Normy żywienia Człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2008

### Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)

4. Gawęcki J., Roszkowski W.: Żywność człowieka a zdrowie publiczne. T.3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009
5. Grajeta H. (red.): Wybrane zagadnienia z analizy żywności i żywienia człowieka. Wydawnictwo Akademia Medyczna im. Piastów Śląskich, Wrocław 2011
6. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005,2017



<b>Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych:</b> (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) rzutnik, komputer, „Tabele wartości odżywczej produktów i potraw” „Albumy z kolorowymi fotografiami produktów i potraw”, waga do oceny składu ciała, ciśnieniomierz, dynamometr, wzrostomierz, centymetr krawiecki	
<b>Warunki wstępne:</b> (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu) Zaliczenie wszystkich przedmiotów z I semestru	
<b>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu:</b> (określić formę i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres modułu/przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego i/lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny)	
<b>Ocena:</b>	<b>Kryteria oceny:</b> (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem, )
Bardzo dobra (5,0)	>90%
Ponad dobra (4,5)	90%
Dobra (4,0)	80%
Dość dobra (3,5)	70%
Dostateczna (3,0)	60%

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

Zakład Dietetyki WNoZ

Ul. Parkowa 34

Tel. 71 348 25 70

bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl

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

Dr ha. Bożena Regulska-Iłow, prof.nadzw.

Zakład Dietetyki WNoZ

Ul. Parkowa 34

Tel. 71 348 25 70



bozena.regulska-ilow@umed.wroc.pl

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

Dr Dorota Różańska

Dr Anna Czekajło

Mgr Anna Przeliorz-Pyszczek

**Data opracowania sylabusu**

**Sylabus opracował(a)**

14.09.2018

Dr hab. Bożena Regulska-Iłow, prof. nadzw.

**Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia**

.....

**Podpis Dziekana właściwego wydziału**

.....