|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej** | | | | | | | | | | | | |
| **Kierunek studiów: Fizjoterapia** | | | | | | | | | | | | |
| **Moduł / przedmiot: Podstawy żywienia** | | | | | | | | | | | | |
| **Profil kształcenia: ogólnoakademicki** | | | | | | | | | | | | |
| **Poziom kształcenia: studia I stopnia** | | | | | | | | | | | | |
| **Liczba godzin w semestrze** | | 1 | | | | | 2 | | | | 3 | |
| I | | | II | | III | | IV | | V | **VI** |
| **Studia stacjonarne**  (w/ćw/lab/pr/e)\* | |  | | |  | |  | |  | |  | **12w** |
| **Studia niestacjonarne**  (w/ćw/lab/pr/e) | |  | | |  | |  | |  | |  |  |
| **WYKŁADOWCA** | | Dr Anna Zielińska-Meus | | | | | | | | | | |
| **FORMA ZAJĘĆ** | | Wykłady | | | | | | | | | | |
| **CELE PRZEDMIOTU** | | Celem przedmiotu jest przedstawienie zasad prawidłowego żywienia osób w różnym przedziale wiekowym ze szczególnym wyeksponowaniem roli składników pokarmowych istotnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Przedstawione zostaną zasady żywienia człowieka zdrowego i chorego oraz prawidłowy dobór diet leczniczych w zależności od jednostki chorobowej. | | | | | | | | | | |
| **Efekt przedmiotowy** | **Odniesienie do efektów** | | | | | **Opis efektów kształcenia** | | | | **Sposób weryfikacji efektu** | | |
| kierunkowych | | | obszarowych | | Wiedza | | | | | | |
|  | FIZ\_W12  FIZ\_W17  FIZ\_W18 | | | M1\_W05  M1\_W07  M1\_W08 | | * posiada wiedzę na temat zasad prawidłowego doboru diet leczniczych, | | | | * praca pisemna. | | |
|  | FIZ\_W12  FIZ\_W17  FIZ\_W18 | | | M1\_W05  M1\_W07  M1\_W08 | | * przedstawia znaczenie białek, tłuszczów i węglowodanów w żywieniu człowieka, | | | | * praca pisemna. | | |
|  | FIZ\_W12  FIZ\_W17  FIZ\_W18 | | | M1\_W05  M1\_W07  M1\_W08 | | * przedstawienia znaczenie żywieniowe witamin rozpuszczalnych w wodzie i tłuszczach. | | | | * praca pisemna. | | |
| Umiejętności | | | | | | | | | | | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * charakteryzuje zwyczaje żywieniowe w Polsce | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * potrafi interpretować rolę, źródła, normy spożycia składników mineralnych: makro- i mikroelementów, | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * posiada umiejętność poprawnego obliczania podstawowej i całkowitej przemiany materii, wartości energetycznej pożywienia i bilansu energetycznego, | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * gromadzi i korzysta z piśmiennictwa fachowego | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * posiada umiejętność zastosowania zasad racjonalnego żywienia w profilaktyce chorób społecznych, | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
|  | FIZ\_U03  FIZ\_U08 | | | M1\_U01  M1\_U03  M1\_U04  M1\_U05 | | * posiada umiejętność prawidłowego korzystania z tabel składu i wartości odżywczych produktów spożywczych. | | | | * test wiedzy, * udział w dyskusji. | | |
| Kompetencje społeczne | | | | | | | | | | | | |
|  | FIZ\_K01 | | | M1\_K01 | | * jest gotowy do samokształcenia, | | | | * praca pisemna dotycząca zastosowania w praktyce poznanej wiedzy, * wypowiedzi studenta w trakcie dyskusji. | | |
|  | FIZ\_K02  FIZ\_K05 | | | M1\_K02  M1\_K04  M1\_K05 | | * prezentuje postawę prozdrowotną. | | | | * praca pisemna dotycząca zastosowania w praktyce poznanej wiedzy, * wypowiedzi studenta w trakcie dyskusji. | | |
|  |  | | |  | |  | | | |  | | |
| **Nakład pracy studenta (w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)\*\*** | | | | | | | | | | | | |
| **Stacjonarne**  udział w wykładach = 12  udział w ćwiczeniach =  przygotowanie do ćwiczeń =  przygotowanie do wykładu = 12  przygotowanie do egzaminu =  realizacja zadań projektowych =  e-learning =  zaliczenie/egzamin = 2  inne (określ jakie) =  **RAZEM:26**  **Liczba punktów ECTS:1**  **w tym w ramach zajęć praktycznych:** | | | | | | | | **Niestacjonarne**  udział w wykładach =  udział w ćwiczeniach =  przygotowanie do ćwiczeń =  przygotowanie do wykładu =  przygotowanie do egzaminu =  realizacja zadań projektowych =  e-learning =  zaliczenie/egzamin =  inne (określ jakie) =  **RAZEM:**  **Liczba punktów ECTS:**  **w tym w ramach zajęć praktycznych: -----** | | | | |
| **WARUNKI WSTĘPNE** | | | Ogólne wiadomości z zakresu szkoły średniej z przedmiotu : biologia, dotyczące podstawowych składników pokarmowych oraz anatomii człowieka ze szczególnym uwzględnieniem przewodu pokarmowego. | | | | | | | | | |
| **TREŚCI PRZEDMIOTU**  **(**z podziałem na  zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | | | Realizowane w formie bezpośredniej:   * Dzienne normy na energię i składniki odżywcze. * Przemiany składników pokarmowych w organizmie * Zwyczaje żywieniowe w Polsce i na świecie. * Żywność i żywienie. * Organizacja żywienia zbiorowego * Wpływ procesów technologicznych i kulinarnych na wartość odżywczą potraw. * Normy żywienia i ich realizacja w praktyce. * Tabele składu i wartości odżywczych produktów spożywczych. * Podstawy leczenia dietetycznego * Rola prawidłowego żywienia w profilaktyce zdrowotnej * Żywienie w szczególnych sytuacjach. * Kalorymetria * Znaczenie białka w żywieniu. * Znaczenie węglowodanów w żywieniu * Znaczenie tłuszczów w żywieniu. * Rola składników mineralnych w żywieniu. * Gospodarka wodna w organizmie * Równowaga kwasowo-zasadowa w organizmie. * Rola witamin w żywieniu * Żywienie człowieka zdrowego. * Żywienie człowieka chorego. * Diety niekonwencjonalne. * Racjonalne żywienie w profilaktyce chorób społecznych | | | | | | | | | |
| **LITERATURA**  **OBOWIĄZKOWA** | | | * Gawęcki J., Hryniewicki L. : Żywienie człowieka – Podstawy nauki o żywieniu. PWN W-wa 2000 * Kunachowicz H. i in. : Zasady żywienia człowieka. WSiP W-wa 2000 * Flis K., Konaszewska W. : Podstawy żywienia człowieka. WSiP W-wa 1999 * Superczyńska E., Żylińska-Kaczmarek M. : Zasady żywienia. Wyd. REA W-wa 2004 * Ziemiański S.i wsp.: Zalecenia żywieniowe dla ludności Polski. Wyd. IŻŻ W-wa 1996 * Ziemiański S. : Podstawy prawidłowego żywienia człowieka. Instytut Danone – Fundacja Promocji Zdrowotnego Żywienia W-wa 1998 | | | | | | | | | |
| **LITERATURA**  **UZUPEŁNIAJĄCA** | | | * Kierbiński Cz., Godlewska : Żywienie a zdrowie. PZWL W-wa 1986 * Szewczyński J., Skrodzka Z. : Higiena żywienia. PZWL W-wa 1994 * Wieczorek-Chełmińska Z. Zasady żywienia i dietetyka stosowana. PZWL W-wa 1992 * Wieczorek-Chełmińska Z. : Żywienie w chorobach nowotworowych. PZWL W-wa 2006 * Holford P. Smak zdrowia – zasady prawidłowego odżywiania. Świat Książki W-wa 1999 * Szczygłowa H. System dietetyczny w Polsce. IŻŻ W-wa 1992   **Czasopisma**:   * Kwartalny Biuletyn Polskiego Towarzystwa Dietetyki * Magazyn o Zdrowiu VITA * Magazyn Żywność i Zdrowie * FOOD SERVICE – Gastronomia, Hotel, Żywienie zbiorowe, Wyd. PWF W-wa 2001, 2002. * Przegląd Gastronomiczny, Wyd. Sigma- NOT W-wa | | | | | | | | | |
| **METODY NAUCZANIA**  **(**z podziałem na  zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | | | **Realizowane w formie bezpośredniej:**   * Metody podające ( wykład informacyjny, pogadanka, objaśnienia lub wyjaśnienia) * Metody problemowe (metoda aktywizująca- dyskusja dydaktyczna) * Metody eksponujące (film) * Metody programowe ( z użyciem podręcznika programowego) | | | | | | | | | |
| **POMOCE NAUKOWE** | | | Prezentacja multimedialna | | | | | | | | | |
| **PROJEKT**  **(o ile jest realizowany w ramach modułu zajęć)** | | | Nie dotyczy | | | | | | | | | |
| **SPOSÓB ZALICZENIA** | | | Zaliczenie na ocenę | | | | | | | | | |
| **FORMA I WARUNKI ZALICZENIA** | | | * Praca pisemna   Warunkiem uzyskania zaliczenia jest zdobycie pozytywnej oceny ze wszystkich form zaliczenia przewidzianych w programie zajęć z uwzględnieniem kryteriów ilościowych oceniania określonych w Ramowym Systemie Ocen Studentów w Wyższej Szkole Biznesu w Dąbrowie Górniczej. | | | | | | | | | |