

KARTA PRZEDMIOTU – III ROK

Rok akademicki 2023/2024

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.FII2.ZC	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Żywnienie człowieka <i>Human nutrition</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Fizjoterapia
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Jednolite magisterskie
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	dr hab. n. o zdr. Edyta Suliga, prof. UJK, dr n. rol. Kamila Sobas
1.6. Kontakt	kamila.sobas@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	Wiedza podstawowa z zakresu biologii, biochemii, chemii

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny Ćwiczenia – wykład konwersatoryjny, dyskusja związana z wykładem, pokaz z opisem i modelami anatomicznymi	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Jarosz M. (red.): Normy żywienia dla populacji polskiej. IŻŻ, Warszawa, 2017. 2. Gawęcki J. (red.): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wyd. PWN, Warszawa, 2010..
	uzupełniająca	1. Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.): Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Wyd. PWN, Warszawa, 2010.2. http://www.ispad.org/page/NutritionGuidelines

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Nabycie przez studenta wiedzy na temat prawidłowego żywienia w różnych okresach ontogenezy, zapoznanie się z aktualną klasyfikacją diet oraz rolą żywności i żywienia w patogenezie oraz profilaktyce wybranych chorób. Ćwiczenia: C1. Nabycie umiejętności oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia pacjenta, obliczanie dobowego wydatku energetycznego poprzez wyliczanie podstawowej i całkowitej przemiany materii. C2. Kształtowanie u studentów postaw związanych z wyborem żywności i żywieniem w życiu codziennym.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Wprowadzenie do nauki o żywieniu człowieka. 2. Podział środków pożywczych na grupy, charakterystyka ich wartości odżywczej. 3. Rola w organizmie, występowanie w żywności i biodostępność podstawowych składników odżywczych. 4. Potrzeby energetyczne organizmu człowieka. Podstawowa przemiana materii i całkowita przemiana materii. Bilans energetyczny organizmu człowieka. Ćwiczenia: 5. Zasady prawidłowego żywienia w różnych okresach ontogenezy. 6. Teoretyczne podstawy oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia pacjenta. 7. Ogólna charakterystyka diet objętych systemem dietetycznym. 8. Dietoprofilaktyka otyłości, nadciśnienia tętniczego i powikłań miażdżycy, chorób nowotworowych, osteoporozy i chorób neurologicznych. 9. Błędy żywieniowe w populacji polskiej. 10. Bezpieczeństwo zdrowotne żywności.

4.3.Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01	psychologiczne i społeczne aspekty postaw i działań pomocowych;	FIZJ_B.W.2.
W02	zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką.	FIZJ_C.W.17
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI potrafi:		
U01	organizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności;	FIZJ_B.U.4.
U02	podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować program profilaktyczny w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej.	FIZJ_C.U.17.
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;	FIZJ_K5

4.4.Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny			Kolokwium			Projekt			Aktywność na zajęciach			Praca własna			Praca w grupie			Inne (jakie?)		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01				x	x																
W02				x	x																
U01				x	x		x	x													
U02				x	x		x	x													
K01				x	x		x	x													

4.5.Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Wynik kolokwium na poziomie 61-68%, projekt programu profilaktycznego
	3,5	Wynik kolokwium na poziomie 69-76%, projekt programu profilaktycznego
	4	Wynik kolokwium na poziomie 77-84%, projekt programu profilaktycznego
	4,5	Wynik kolokwium na poziomie 85-92%, projekt programu profilaktycznego
	5	Wynik kolokwium na poziomie 93-100%, projekt programu profilaktycznego
ćwiczenia (C)	3	Wynik kolokwium na poziomie 61-68%, projekt programu profilaktycznego
	3,5	Wynik kolokwium na poziomie 69-76%, projekt programu profilaktycznego
	4	Wynik kolokwium na poziomie 77-84%, projekt programu profilaktycznego
	4,5	Wynik kolokwium na poziomie 85-92%, projekt programu profilaktycznego
	5	Wynik kolokwium na poziomie 93-100%, projekt programu profilaktycznego

1. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	30	30
<i>Udział w wykładach</i>	15	15
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	15	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	20	20
<i>Przygotowanie do wykładu</i>	10	10
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	5	5
<i>Przygotowanie do kolokwium, opracowanie projektu</i>	5	5
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....