



KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	w jęz. polskim	PLANOWANIE I OCENA ŻYWIENIA
			w jęz. angielskim	PLANNING AND EVALUATION OF NUTRITION

Kierunek	Towaroznawstwo
Specjalność	Usługi Żywieniowe i Dietetyka
Poziom kształcenia	studia pierwszego stopnia
Forma studiów	niestacjonarne
Profil kształcenia	ogólnoakademicki
Status przedmiotu	obowiązkowy
Rygor	egzamin

Semestr studiów	Liczba punktów ECTS	Liczba godzin w tygodniu				Liczba godzin w semestrze			
		W	C	L	P	W	C	L	P
IV	6					9	18		
Razem w czasie studiów						27			

Wymagania w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji

Podstawowa wiedza z zakresu żywienia człowieka oraz podstawowej klasyfikacji produktów żywnościowych

Cele przedmiotu

Poznanie pojęć i narzędzi wykorzystywanych w ocenie sposobu żywienia i stanu odżywienia
Opanowanie umiejętności posługiwania się narzędziami oceniającymi sposób żywienia do interpretacji zachowań żywieniowych oraz formułowanie zaleceń

Osiągane efekty kształcenia dla przedmiotu (EKP)

Symbol	Po zakończeniu przedmiotu student:	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
EKP_01	definiuje pojęcie jakości zdrowotnej żywności i zna zasady racjonalnego żywienia.	K_W05
EKP_02	wymienia obowiązujące rodzaje norm żywienia i definiuje je, potrafi określić ich zastosowanie w ocenie i planowaniu żywienia.	K_W05
EKP_03	formułuje zasady planowania żywienia, analizuje zalecenia i rekomenduje oraz projektuje dietę opartą na zasadach racjonalnego żywienia.	K_U03
EKP_04	wymienia i opisuje podstawowe metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia, porównuje je i ocenia zasadność i celowość ich stosowania.	K_W13, K_W18
EKP_05	potrafi pozyskiwać, analizować, interpretować informacje z dostępnej literatury z zakresu żywienia człowieka i zdrowia publicznego, potrafi dokonywać ich interpretacji i krytycznej oceny a także wyciągać wnioski i wyczerpująco uzasadniać opinie.	K_U05, K_K03, K_K04

Treści programowe	Liczba godzin				Odniesienie do EKP
	W	C	L	P	
Istota racjonalnego żywienia, zalecenia i rekomendacje żywieniowe dla różnych grup ludności, szacowanie indywidualnego zapotrzebowania na składniki pokarmowe.	2	1			EKP_01
Normy żywienia w Polsce, rys historyczny, rodzaje norm i ich zastosowanie w planowaniu i ocenie spożycia żywności.	1	1			EKP_02
Jakość zdrowotna żywności, podział produktów spożywczych dla celów żywieniowych, charakterystyka wartości odżywczej 12 grup produktów spożywczych.	3	2			EKP_01
Zasady planowania żywienia indywidualnego i zbiorowego, charakterystyka posiłków.	1	6			EKP_03
Determinanty sposobu żywienia, metody oceny sposobu żywienia i postaw w stosunku do diety – charakterystyka metod, ich zastosowanie, ograniczenia i interpretacja wyników.	1	6			EKP_04, EKP_05
Klasyfikacja i charakterystyka metod oceny stanu odżywienia, wybrane elementy antropometrii, interpretacja wyników oceny stanu żywienia.	1	2			EKP_04, EKP_05
Łącznie godzin	9	18			

Metody weryfikacji efektów kształcenia dla przedmiotu									
Symbol EKP	Test	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Kolokwium	Sprawozdanie	Projekt	Prezentacja	Zaliczenie praktyczne	Inne
EKP_01			X	X					
EKP_02			X	X					
EKP_03			X	X					
EKP_04			X	X	X				
EKP_05			X		X				

Kryteria zaliczenia przedmiotu
Zaliczenie ćwiczeń: pięć pozytywnie zaliczonych kolokwium (co najmniej 60% punktów możliwych do zdobycia), zaliczone wszystkie sprawozdania, obecność na wszystkich ćwiczeniach (odrabianie nieobecności po uzgodnieniu z prowadzącym zajęcia).
Egzamin pisemny: uzyskanie co najmniej 70% punktów możliwych do zdobycia.
Ocena końcowa jest średnią ważoną: 40% oceny z egzaminu + 60% oceny z ćwiczeń.
Uwaga: student otrzymuje ocenę powyżej dostatecznej, jeżeli uzyskane efekty kształcenia przekraczają wymagane minimum.

Nakład pracy studenta				
Forma aktywności	Szacunkowa liczba godzin przeznaczona na zrealizowanie aktywności			
	W	C	L	P
Godziny kontaktowe	9	18		
Czytanie literatury	21	20		
Przygotowanie do zajęć ćwiczeniowych, laboratoryjnych, projektowych		22		
Przygotowanie do egzaminu, zaliczenia	10	20		
Opracowanie dokumentacji projektu/sprawozdania		20		
Uczestnictwo w zaliczeniach i egzaminach	5	5		
Udział w konsultacjach	5	10		
Łącznie godzin	50	115		
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu	165			
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	6			
	Liczba godzin		ECTS	
Obciążenie studenta związane z zajęciami praktycznymi	115		4	
Obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	52		2	

Literatura podstawowa
Gawęcki J., Roszkowski W. (red.), <i>Żywność człowieka a zdrowie publiczne</i> , Tom III. Wyd. PWN, Warszawa 2009
Gawęcki J., <i>Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu</i> , Tom I. Wyd. PWN, Warszawa 2010
Gronowska-Senger A., <i>Zarys oceny żywienia</i> , Wyd. SGGW, Warszawa 2009

Jarosz M. (red.), *Normy żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja*, Wyd. IŻŻ, Warszawa 2012
Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K., *Tabele składu i wartości odżywczej żywności*,. Wyd. PZWL, Warszawa 2005

Literatura uzupełniająca

Babicz – Zielińska E., *Propedeutyka żywienia*, Wyd. WSM, Gdynia 2002
Bredbenner C.B., Berning J., Beshgetoor., Moe G., *Wardlow's Perspectives in Nutrition Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*
Ciborowska H., A. Rudnicka., *Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka*, Wyd. PZWL 2010
Erdman J.W.(Jr.), Macdonald I.A., Zeisel S.H., *Present Knowledge in Nutrition 10th edition*, Wyd. International Life Sciences Institute (ILSI) and Wiley-Blackwell, 2012
Ezzati M., Lopez A.D., Rodgers A., Murray C.J.L. (red.), *Comparative quantification of health risks: global and regional burden of disease attributable to selected major risk factors*, WHO Reports, Geneva 2004.
Gawęcki J., Grzymisławski M., *Żywienie człowieka zdrowego i chorego*, Tom II. Wyd. PWN, Warszawa 2010
Gawęcki J., Mossor-Pietraszewska T. (red.), *Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu*, Wyd. PWN, Warszawa 2007.
Wądołowska L., *Żywieniowe podłoże zagrożeń zdrowia w Polsce*, Wyd. UWM. Olsztyn 2010

Osoba odpowiedzialna za przedmiot

dr inż. Tomasz Puksza

KTiZJ

Pozostałe osoby prowadzące przedmiot