

Informacje ogólne	
Jednostka prowadząca kierunek:	Wydział Mechaniczny
Kierunek studiów:	Technologia Żywności i Żywnienie Człowieka
Nazwa kursu:	Podstawy Żywnienia Człowieka
Przynależność do modułu:	chemiczno-żywnościowy

Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	Konwersatorium
Liczba godzin kursu	30	15				
Liczba punktów ECTS	4					
Sposób zaliczenia	egzamin/zaliczenie					

KARTA KURSU							
Informacje ogólne o kursie							
Jednostka realizująca:	Wydział Mechaniczny						
Katedra/Zakład:	Katedra Procesów i Urządzeń Przemysłu Spożywczego						
Osoba odpowiedzialna dydaktycznie:	prof. dr hab. inż. Jarosław Diakun						
Profil studiów:	ogólnoakademicki						
Forma studiów:	stacjonarne						
Poziom kształcenia:	I stopień						
Semestr:	III						
Kod kursu:							
Język wykładowy:	polski						
Rodzaj kursu:	kierunkowy						
Forma zajęć:		X					
	W	W+Ć	Ć	L	P	S	K
Cel/-e kursu							
1	zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami związanymi z żywieniem człowieka i spożywaniem pokarmu						
2	zapoznanie studentów z wartością odżywczą żywności						
3	zapoznanie studentów z mechanizmami regulującymi spożywanie pokarmów						
4	zapoznanie studentów z podstawowymi składnikami odżywczymi zawartymi w żywności						
5	zapoznanie studentów z normami żywienia i wyżywienia						
Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji							
1	wiedza z zakresu chemii nieorganicznej						
2	wiedza z zakresu chemii organicznej						
3	wiedza z zakresu biochemii						
Efekty kształcenia dla kursu (EKP)							
Wiedza:							Odniesienie do modułowych efektów
EKP1	definiuje i przedstawia podstawowe pojęcia związane z żywieniem człowieka						MC1A_W01
EKP2	wymienia, klasyfikuje i opisuje produkty spożywcze oraz składniki odżywcze występujące w żywności						MC1A_W01 MC1A_W03
EKP3	klasyfikuje produkty w różnych grupach produktów spożywczych						MC1A_W03
EKP4	przedstawia i opisuje jakość żywności oraz normy żywienia						MC1A_W03
Umiejętności:							
EKP5	wyjaśnia i opisuje wartość odżywczą żywności						MC1A_U01
EKP6	prawidłowo tworzy i ocenia całodienne racje pokarmowe						MC1A_U02
EKP7	samodzielnie gromadzi oraz prezentuje projekt jadłospisu						MC1A_U01 MC1A_U02
Kompetencje społeczne:							
EKP8	planuje i przygotowuje zadania samodzielnie						MC1A_K02
EKP9	wyjaśnia i przygotowuje zadania zespołowe						MC1A_K02
...							

Osoba Odpowiedzialna Dydaktycznie	Koordinator KRK	Przewodniczący Rady Programowej Kierunku
_____	_____	_____
Podpis	Podpis	Podpis

Treści programowe			
Forma zajęć	Tematyka zajęć (bloku zajęć)	Liczba godzin	Powiązanie z efektem kształcenia dla kursu (symbol EKP)
W1	Historia nauki o żywieniu	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W2	Mechanizmy regulacyjne spożywania pokarmów	4	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W3	Trawienie i wchłanianie	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W4	Potrzeby energetyczne organizmu	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W5	Składniki odżywcze - węglowodany	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W6	Składniki odżywcze - tłuszcze	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W7	Składniki odżywcze - białka	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W8	Składniki odżywcze – składniki mineralne	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W9	Składniki odżywcze – witaminy	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W10	Produkty spożywcze i ich wartość odżywcza	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W11	Wzbogacanie żywności	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W12	Substancje antyodżywcze i zanieczyszczenia w żywności	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W13	Jakość zdrowotna żywności	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
W14	Normy żywieniowe	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP8 EKP9
ĆW1	Oszacowanie indywidualnego spożycia składników pokarmowych z pożywienia przy pomocy albumu fotografii produktów i potraw oraz tabel wartości odżywczych wybranych produktów i typowych potraw.	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW2	Zapotrzebowanie energetyczne organizmu. Podstawowe definicje. Praktyczne obliczenie podstawowej przemiany materii (PPM), ponadpodstawowej (PPPM) i całkowitej (CPM) przemiany materii.	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW3	Zasady układania i oceny jadłospisu.	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW4	Oszacowanie spożycia składników pokarmowych z pożywienia	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW5	Składniki mineralne. Równowaga kwasowo-zasadowa organizmu człowieka. Woda	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW6	Witaminy	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW7	Ocena sposobu żywienia	2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
ĆW8	Normy żywienia człowieka dla ludności Polski – normy ustalone na poziomie średniego zapotrzebowania grupy (EAR), normy ustalone na poziomie zalecanego spożycia (RDA) i normy ustalone na poziomie wystarczającego spożycia (AI)	1	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7 EKP8 EKP9
SUMA GODZIN		45	
Narzędzia dydaktyczne			
1	prezentacje multimedialne		
2	podręczniki akademickie		
3	ćwiczenia praktyczne		
4	indywidualna praca studenta		
Sposoby oceny			
L.p.	Oznaczenie efektów kształcenia dla kursu (EKP)	Sposób weryfikacji efektów kształcenia	Zasady oceny
1	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7	kolokwium (3 terminy) z zakresu zagadnień omawianych na wykładzie.	uzyskanie pozytywnej oceny z kolokwium
2	EKP1 EKP2 EKP3 EKP4 EKP5 EKP6 EKP7	praca zaliczeniowa	uzyskanie zaliczenia z zakresu zagadnień omawianych na ćwiczeniach
3	EKP8 EKP9	obecność na zajęciach	ocena werbalna
Obciążenie pracą studenta			
L.p.	Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności	
1	udział w wykładach	30	
2	udział w ćwiczeniach	15	
3	przygotowanie do zajęć	20	
4	samodzielne studiowanie tematyki wykładów i utrwalenie wiedzy	10	
5	przygotowanie do kolokwium sprawdzającego	20	
6	udział w konsultacjach	5	
SUMA GODZIN		100	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA KURSU		[4] ECTS	
w tym liczba ECTS dla zajęć z udziałem nauczyciela akademickiego		2	
w tym szacunkowo dla zajęć praktycznych		0,5	
Literatura podstawowa			
1	Gawęcki J. (red.) - Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN Warszawa 2010		
2	Gawęcki J., Roszkowski W. (red.) - Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. PWN 2009		
3	Jarosław M., Bułhak-Jachymczyk B. (red.) - Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. PZWL Warszawa 2008		
4	Szonar L., Walnicka K., Rychli E. - Album fotografii produktów i potraw. IŻŻ Warszawa 2008		
Literatura uzupełniająca			
1	Przysławski J. - Ocena wartości odżywczej żywności, żywienia i stanu odżywienia. Poznań 2009		
2	Januszewicz P., Socha P., Mazur A. - Żywnienie w zdrowiu publicznym. wyd. Uniwersytet Rzeszowski 2009		
Nauczyciel prowadzący kurs			
Imię i nazwisko, stopień, tytuł naukowy	Maria Dymkowska-Malesa, dr inż.		
Adres e-mail:	maria.dymkowska-malesa@tu.koszalin.pl		
Tel. kontaktowy:	94/3478425		

Autor Treści Kursu	
_____ Podpis	
Osoba Odpowiedzialna Dydaktycznie	Koordynator KRK
_____ Podpis	_____ Podpis