



## KARTA PRZEDMIOTU

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

Kierunek	<b>Towaroznawstwo</b>
Specjalność	<b>Usługi Żywieniowe i Dietetyka</b>
Poziom kształcenia	<b>studia pierwszego stopnia</b>
Forma studiów	<b>stacjonarne</b>
Profil kształcenia	<b>ogólnoakademicki</b>
Status przedmiotu	<b>obowiązkowy</b>
Rygor	<b>egzamin</b>

Semestr studiów	Liczba punktów ECTS	Liczba godzin w tygodniu				Liczba godzin w semestrze			
		W	C	L	P	W	C	L	P
IV	5	2	2			30	30		
<b>Razem w czasie studiów</b>						<b>60</b>			

<b>Wymagania w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji</b>
Podstawowa wiedza z zakresu żywienia człowieka oraz podstawowej klasyfikacji produktów żywnościowych.

<b>Cele przedmiotu</b>
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.

<b>Osiągane efekty uczenia się dla przedmiotu (EKP)</b>		
Symbol	Po zakończeniu przedmiotu student:	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
EKP_01	definiuje pojęcie jakości zdrowotnej żywności i zna zasady racjonalnego żywienia.	NK_W03
EKP_02	wymienia obowiązujące rodzaje norm żywienia i definiuje je, potrafi określić ich zastosowanie w ocenie i planowaniu żywienia.	NK_W03
EKP_03	formułuje zasady planowania żywienia, analizuje zalecenia i rekomenduje oraz projektuje dietę opartą na zasadach racjonalnego żywienia.	NK_U03
EKP_04	wymienia i opisuje podstawowe metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia, porównuje je i ocenia zasadność i celowość ich stosowania.	NK_W09, NK_W11
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.	NK_U04, NK_K02, NK_K03

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.	4	2			EKP_01
Normy żywienia w Polsce, rys historyczny, rodzaje norm i ich zastosowanie w planowaniu i ocenie spożycia żywności.	4	2			EKP_02
Jakość zdrowotna żywności, podział produktów spożywczych dla celów żywieniowych, charakterystyka wartości odżywczej 12 grup produktów spożywczych, zamiennosc produktów.	8	4			EKP_01
Zasady planowania żywienia indywidualnego i zbiorowego, charakterystyka posiłków, kalkulacja cen posiłków.	8	14			EKP_03
Determinanty sposobu żywienia, metody oceny sposobu żywienia i postaw w stosunku do diety – charakterystyka metod, ich zastosowanie, ograniczenia i interpretacja wyników.	4	6			EKP_04, EKP_05
Klasyfikacja i charakterystyka metod oceny stanu odżywienia, wybrane elementy antropometrii, interpretacja wyników oceny stanu żywienia.	2	2			EKP_04, EKP_05
<b>Łącznie godzin</b>	<b>30</b>	<b>30</b>			

Metody weryfikacji efektów uczenia się 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 (nieobecności odrabiane po uzgodnieniu z prowadzącym zajęcia).
Egzamin pisemny: uzyskanie co najmniej 70% punktów możliwych do zdobycia.
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	30	30		
Czytanie literatury	15	10		
Przygotowanie do zajęć ćwiczeniowych, laboratoryjnych, projektowych		10		
Przygotowanie do egzaminu, zaliczenia	20			
Opracowanie dokumentacji projektu/sprawozdania		10		
Uczestnictwo w zaliczeniach i egzaminach	2			
Udział w konsultacjach	2	4		
<b>Łącznie godzin</b>	<b>69</b>	<b>64</b>		
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu</b>	<b>133</b>			
<b>Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu</b>	<b>5</b>			
	Liczba godzin		ECTS	
Obciążenie studenta związane z zajęciami praktycznymi	64		3	
Obciążenie studenta na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	68		3	

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.), <i>Normy żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja</i> , 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. Żywnie 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., *Żywnie 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**