

M_uu_uu	BZ1s_055
Kierunek lub kierunki studiów	Bezpieczeństwo żywności
Nazwa modułu kształcenia	Podstawy żywienia człowieka Bases of human nutrition
Język wykładowy	Polski
Rodzaj modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Poziom modułu kształcenia	Studia niestacjonarne pierwszego stopnia
Rok studiów dla kierunku	3
Semestr dla kierunku	5
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	5 2,28/2,72
Tytuł / stopień, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej	Prof. dr hab. Eugeniusz R. Grela
Osoby współprowadzące	Dr Wioleta Samolińska, dr Anna Winiarska-Mieczan
Jednostka oferująca przedmiot	Instytut Żywienia Zwierząt i Bromatologii
Cel modułu	Celem modułu jest zapoznanie studentów z fizjologią żywienia człowieka, jego rolą w profilaktyce zdrowotnej ludności, rolą składników żywności w odżywianiu człowieka, normami i zaleceniami żywieniowymi oraz wartością odżywczą produktów i potraw. Wyrobienie umiejętności podejmowania decyzji odnośnie prawidłowego żywienia i krytycznej oceny sposobów żywienia ludzi.
Treści modułu kształcenia – zwrócić uwagę na ok. 100 słów.	Fizjologiczne podstawy żywienia ludzi. Składniki odżywcze, pokarmowe i dietetyczne. Trawienie białek, tłuszczów i cukrów, wchłanianie i metabolizm tych składników. Rola i przemiany kwasów tłuszczowych i cholesterolu w organizmie. Błonnik pokarmowy. Witaminy, rola i skutki niedoborów oraz nadmiarów witamin. Składniki mineralne w żywieniu: podział, funkcje, skutki niedoborów i nadmiarów, występowanie w żywności, żywienie w schorzeniach niedoborowych. Przemiana materii i energii u człowieka, bilans energetyczny. Zapotrzebowanie na składniki odżywcze, a normy żywienia i odżywiania. Zasady żywienia różnych grup populacyjnych. Wzbogacanie żywności i suplementacja diety składnikami odżywczymi, jako strategie racjonalizacji żywienia. Nutrigenomika, a inteligentne żywienie ludzi. Nanotechnologia w produkcji żywności.
Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe	1.Gawęcki J., Hryniewiecki L. (red.): Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. PWN, Warszawa 2006, 2009. 2.Roszkowski W. (red.): Podstawy nauki o żywieniu człowieka. Przewodnik do ćwiczeń. Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2005 Literatura uzupełniająca: 1.Keller J.S.: Podstawy fizjologii żywienia człowieka. SGGW, Warszawa, 2000. 2.Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B.(red.): Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. Wydawnictwo LPZWL, Warszawa 2008. 3.Gronowska-Senger A.: Zarys oceny żywienia, Wydawnictwo SGGW, Warszawa 2009. 4.Gawęcki J., Roszkowski W. (red.): Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009. 5.Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składu i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005. 6.Wills J.: Biblia żywności i żywienia. Amber, Warszawa, 1998.
Planowane formy/ działania/ metody dydaktyczne	1) ćwiczenia w postaci zajęć komputerowych z programami żywieniowymi 2) ćwiczenia laboratoryjne i audytoryjne połączone z dyskusją, 3) wykonanie i obrona projektu diety lub racji pokarmowej, 4) wykłady – prezentacje w Powerpoint