

KARTA PRZEDMIOTU (ZAJĘĆ)

Kod przedmiotu (zajęć): 0915.4.DI2.D.AiAAŻCZ

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku polskim: Antyodżywcze i antyzdrowotne aspekty żywienia człowieka

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku angielskim: Anti-nutritional and anti-health aspects of humannutrition

1. Usytuowanie przedmiotu (zajęć) w systemie studiów

1.1. Kierunek studiów	Dietetyka
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia II stopnia
1.4. Profil studiów	Praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu (zajęć)	dr hab. Grażyna Świderska-Kołacz, prof. UJK
1.6. Kontakt	grazyna.swiderska-kolacz@ujk.edu.pl

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu (zajęć)

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne	Anatomia i fizjologia człowieka, podstawy żywienia człowieka i dietetyki klinicznej.

3. Szczegółowa charakterystyka przedmiotu (zajęć)

3.1. Forma zajęć	Wykład/ćwiczenia. Obecność na wszystkich formach zajęć jest obowiązkowa.
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Pomieszczenia dydaktyczne Uniwersytetu Jana Kochanowskiego
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną/zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład, prezentacje multimedialne, opisy przypadków, dyskusja. Ćwiczenia: ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem sprzętu laboratoryjnego
3.5.a. Wykaz literatury podstawowej	1. Kolarzyk E. Antyodżywcze i antyzdrowotne aspekty żywienia człowieka. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków, 2016. 2. Ostrowska L. (redaktor) Dietetyka – kompendium. PZWL, Warszawa, 2020. 3. Grzymisławski M. (redaktor) Dietetyka kliniczna. PZWL, Warszawa, 2019
3.5.b. Wykaz literatury uzupełniającej	1. Thakur A. An overview of anti-nutritional factors in food. IJSC. 2019; 7(1): 2472-2479. 2. Witczak A., Sikorski Z. Szkodliwe substancje w żywności. PZWL, Warszawa, 2020.

4. Cele, treści i efekty uczenia się

4.1. Cele przedmiotu (zajęć)

Wykłady

- **C1.** Poznanie podstawowych zagadnień antyodżywczych i antyzdrowotnego oddziaływania żywności na organizm człowieka.
- **C2.** Poznanie szkodliwych substancji zawartych w żywności.

Ćwiczenia

- **C1.** Kształtowanie umiejętności rozpoznania zatrucia pokarmowego.
- **C2.** Kształtowanie umiejętności rozpoznawania gatunków grzybów jadalnych i trujących.
- **C3.** Kształtowanie umiejętności minimalizowania ekspozycji na substancje antyodżywcze i

antyzdrowotne.

4.2. Treści programowe

Wykłady

1. Interdyscyplinarne podejście do żywności. Rola nowych gałęzi nauk żywieniowych.
2. Dodatki do żywności.
3. Zagrożenia mikrobiologiczne w aspekcie bezpieczeństwa żywności.
4. Substancje obce antyodżywcze zawarte w produktach spożywczych.
5. Toksyny zawarte w grzybach wielkoowocnikowych i pleśniowych – oddziaływanie na organizm.
6. Toksyny i substancje antyodżywcze roślin konsumpcyjnych.

Ćwiczenia

1. Zaburzenia odżywiania o podłożu psychicznym – analiza przypadków.
2. Technologiczne funkcje dodatków do żywności w środkach spożywczych – analiza zawartości na wybranych przykładach, porównanie z normami żywieniowymi.
3. Etykietowanie środków spożywczych przeznaczonych dla konsumenta finalnego – omówienie zasad etykietowania na wybranych przykładach.
4. Metody konserwowania żywności – historyczne ujęcie zasad konserwowania. Porównanie zawartości wybranych składników odżywczych w zależności od metody konserwowania.
5. Oznaczanie zawartości wybranych składników chemicznych w żywności.

4.3. Efekty uczenia się realizowane w ramach przedmiotu (zajęć)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Student, który zaliczył przedmiot (zajęcia)	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
------------------------------	---	---

w zakresie wiedzy:

W01	Zna substancje antyodżywcze i antyzdrowotne zawarte w żywności.	DI2P_W02
W02	Zna i rozumie procesy fizjologiczne zachodzące pod wpływem antyzdrowotnych zachowań żywieniowych.	DI2P_W04

w zakresie umiejętności:

U01	Potrafi określić i scharakteryzować bezpieczne metody produkcji i konserwacji żywności.	DI2P_U06
U02	Potrafi poprawnie ocenić jakość żywności.	DI2P_U02

w zakresie kompetencji społecznych:

K01	Ma potrzebę stałego doskonalenia zawodowego.	DI2P_K02
K02	Promuje zdrowy styl życia i racjonalne odżywianie.	DI2P_K03

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się realizowanych w ramach przedmiotu (zajęć)

Sposób weryfikacji (+/-)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Kolokwium	Aktywność na zajęciach	Praca własna
------------------------------	-----------	------------------------	--------------

Forma zajęć

1: 2:	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)
W01	+		+		+	
W02	+		+		+	
U01		+		+	+	
U02		+		+	+	
K01			+		+	
K02			+		+	

Adnotacja. 1: forma zajęć; 2: efekty uczenia się

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć:

WYKŁAD (W) (w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

Ocena	Kryterium oceny
3,0	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z kolokwium, aktywności na zajęciach i pracy własnej.
3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z kolokwium, aktywności na zajęciach i pracy własnej.
4,0	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z kolokwium, aktywności na zajęciach i pracy własnej.
4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z kolokwium, aktywności na zajęciach i pracy własnej.
5,0	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z kolokwium, aktywności na zajęciach i pracy własnej.

Forma zajęć:

ĆWICZENIA (C) (w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

Ocena	Kryterium oceny
3,0	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
4,0	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z kolokwium..
5,0	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.

5. Bilans punktów ECTS – nakład pracy studenta

Kategoria	Obciążenie studenta: studia stacjonarne	Obciążenie studenta: studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA (GODZINY KONTAKTOWE)	30	20
Udział w wykładach	15	10
Udział w ćwiczeniach	15	10
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA (GODZINY NIEKONTAKTOWE)	20	30
Przygotowanie do wykładu	10	15
Przygotowanie do ćwiczeń	10	15
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot (zajęcia)	2	2

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

.....