



Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii
w Poznaniu

Żywnienie człowieka

Sylabus zajęć

Informacje podstawowe

Kierunek studiów Turystyka i Rekreacja		Cykl dydaktyczny 2023/ 2024
Specjalność <ul style="list-style-type: none">• Hotelarstwo i Gastronomia• Zarządzanie i Marketing w Hotelarstwie, Gastronomii, Turystyce i Rekreacji• Manager Obiektu Hotelarskiego i Gastronomicznego• Języki Obce w Turystyce, Hotelarstwie i Gastronomii• Zarządzanie Hotelarstwem pod Patronatem Sheraton Poznań		Kod zajęć Żywienie człowieka
Poziom studiów Studia pierwszego stopnia		Języki wykładowe Polski
Forma studiów Studia stacjonarne		Obligatoryjność Obowiązkowy
Profil studiów Profil praktyczny		
Koordynator zajęć	dr Józef Zawadzki	
Prowadzący zajęcia	dr inż. Alicja Jaworska-Piasecka dr Józef Zawadzki	

STACJONARNE

Okres Semestr 1	Forma zajęć/ liczba godzin/ forma zaliczenia Wykład /15/ ćwiczenia/15/ egzamin	Liczba punktów ECTS 3
---------------------------	--	--

Okres Semestr 2	Forma zajęć/ liczba godzin/ forma zaliczenia Wykład /15/ ćwiczenia/15/ egzamin	Liczba punktów ECTS 3
---------------------------	--	--

NIESTACJONARNE

Okres Semestr 1	Forma zajęć/ liczba godzin/ forma zaliczenia Wykład /10/ ćwiczenia/10/ egzamin	Liczba punktów ECTS 3
---------------------------	--	--

Okres Semestr 1	Forma zajęć/ liczba godzin/ forma zaliczenia Wykład /10/ ćwiczenia/10/ egzamin	Liczba punktów ECTS 3
---------------------------	--	--

Cele kształcenia dla zajęć

Kod	Cel
C1	zapoznanie studentów z podstawową wiedzą z zakresu budowy organizmu człowieka
C2	stworzenie podstaw do opanowania wiedzy z zakresu planowania diety
C3	zapoznanie studentów z zasadami racjonalnego żywienia
C4	Wskazanie studentom i zapoznanie ich ze współzależnościami pomiędzy żywieniem a zdrowiem człowieka

Wymagania wstępne.

- nie dotyczy

Efekty uczenia się dla zajęć

Kod	Efekty uczenia się dla zajęć w zakresie	Efekty uczenia się dla kierunku	Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się dla zajęć
Wiedzy – Student/ ka:			
W1	Ma zaawansowaną wiedzę z zakresu dyscypliny naukowej określonej dla	K_W01	Dyskusja

	kierunku turystyka i rekreacja w tym na temat żywienia człowieka oraz zna jej powiązania z innymi dyscyplinami naukowymi		
W2	Zna i rozumie zaawansowaną terminologię związaną z kierunkiem turystyka i rekreacja oraz wybraną specjalnością w tym żywienie człowieka	K_W02	Dyskusja
Umiejętności – Student/ ka:			
U1	Potrafi komunikować się z jednostką i grupą społeczną w zakresie istotnych problemów dotyczących żywienia człowieka oraz turystyki i rekreacji	K_U01	Dyskusja, praca zaliczeniowa,
U2	Potrafi planować, projektować i realizować działania z zakresu dyscypliny naukowej określonej dla kierunku turystyka i rekreacja w tym żywienia człowieka jak również dyscyplin z nim powiązanych z uwzględnieniem obowiązujących standardów i norm	K_U05	Dyskusja,
Kompetencje społecznych – Student/ ka:			
K1	Jest gotów do uczenia się przez całe życie i podnoszenia swoich kompetencji zawodowych oraz osobistych	K_K01	Dyskusja, praca zaliczeniowa
K2	Jest gotów do rozwiązywania podstawowych problemów związanych z wykonywanym zawodem w branży turystycznej, rekreacyjnej, hotelarskiej i gastronomicznej oraz charakteryzuje się aktywną postawą świadomego konsumenta żywności	K_K06	Dyskusja, Praca zaliczeniowa

Treści programowe dla zajęć

Lp.	Treści programowe dla zajęć	Efekty uczenia się dla zajęć	Formy zajęć
1.	Charakterystyka wybranych działów nauki o żywieniu człowieka, żywienie a zdrowie ludzkie	K_W01 K_U05 K_K06	Wykład Ćwiczenia
2.	Budowa i charakterystyka najważniejszych układów człowieka /układ pokarmowy i układ krwionośny/	K_W01 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
3.	Zapotrzebowanie energetyczne organizmu człowieka	K_W02 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia

4.	Żywieniowa charakterystyka podstawowych składników odżywczych pożywienia	K_W02 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
5.	Charakterystyka witamin i składników mineralnych	K_W02 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
6.	Rola wody w organizmie człowieka	K_W02 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
7.	Mechanizmy trawienia i wchłaniania w przewodzie pokarmowym	K_W02 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
8.	Cywilizacyjne choroby przemiany materii	K_W01 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
9.	Normy żywienia i wyżywienia, fizjologiczne normy zapotrzebowania na składniki odżywcze	K_W01 K_U05 K_K01	Wykład Ćwiczenia
10.	Zasady żywienia dietetycznego	K_W01 K_U01 K_K06	Wykład Ćwiczenia

Informacje dodatkowe

Forma zajęć	Metody i formy prowadzenia zajęć
Ćwiczenia	Dyskusja, prezentacja

Forma zajęć	Warunki zaliczenia zajęć
Wykłady, Ćwiczenia,	<ul style="list-style-type: none"> • Czynny udział w zajęciach • Przygotowanie pracy zaliczeniowej • Warunkiem podejścia do egzaminu jest zaliczenie ćwiczeń

Literatura

Obowiązkowa

1. Gawęcki J., Gerting H. Żywnienie człowieka Tom 1-3. Wydawnictwo Naukowe PWN, 2023

Dodatkowa

1. Flis K. Konaszewska W. Podstawy żywienia człowieka, WSiP, 2013
2. Franczyk-Żarów M., Leszczyńska T. Żywnienie człowieka. Akademicki podręcznik praktyczny. Wydawnictwo UR w Krakowie, 2023

Nakład pracy studenta i punkty ECTS

STACJONARNE

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
Wykłady	15
Ćwiczenia	15
Przygotowanie pracy pisemnej semestralnej	15
Czytanie wskazanej literatury	10
Przygotowanie do zajęć	10
Przygotowanie do zaliczenia/ egzaminu)	10
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 75
Liczba punktów ECTS	ECTS 3

*godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Nakład pracy studenta i punkty ECTS

NIESTACJONARNE

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
Wykłady	10
Ćwiczenia	10
Przygotowanie pracy pisemnej semestralnej	20
Czytanie wskazanej literatury	15
Przygotowanie do zajęć	15
Przygotowanie do zaliczenia/ egzaminu)	15
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 85
Liczba punktów ECTS	ECTS 3

*godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut