

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia Żywnienie w warunkach ekstremalnych						
2. Nazwa jednostki prowadzącej moduł Wydział Nauk o Zdrowiu Zakład Dietetyki						
3. Grupa treści kształcenia -						
4. Typ przedmiotu do wyboru						
5. Poziom studiów studia pierwszego stopnia						
6. Liczba punktów ECTS 1						
7. Poziom przedmiotu podstawowy						
8. Rok studiów, semestr II rok, semestr IV						
9. Liczba godzin w semestrze Wyk. Ćw. L* Prj. Pbn. Zp. Pr 15						
10. Język wykładowy: polski						
11. Wykładowca (wykładowcy) Jerzy Bertrandt, dr hab., prof. PSW						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12. Wymagania wstępne Student powinien posiadać podstawowe wiadomości z zakresu biologii, chemii, fizyki i nauki o człowieku na poziomie liceum ogólnokształcącego						
13. Cele przedmiotu C1 Poznanie rodzajów warunków ekstremalnych środowiska i ich wpływu na organizm człowieka C2 Poznanie potrzeb żywieniowych człowieka kształtowanych przez warunki ekstremalne środowiska C3 Poznanie zasad żywienia człowieka przebywającego w ekstremalnych warunkach środowiska						
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych						
Student, który zaliczył przedmiot:						odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
WIEDZA						
EU01 zna charakterystyki ekstremalnych warunków środowiska oraz ustrojowe mechanizmy termoregulacji i fizjologiczne sposoby przystosowania się do skrajnych warunków temperaturowych						K_W03, K_W05, K_W30
EU02 zna zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze organizmu człowieka przebywającego i pracującego w skrajnych warunkach temperaturowych środowiska oraz zasady żywienia w odmiennych warunkach						K_W03, K_W05

klimatycznych i w sytuacjach kryzysowych związanych z brakiem pożywienia i wody	
EU03 zna sposoby realizacji wyżywienia w odmiennych warunkach środowiskowych oraz w sytuacjach braku pożywienia	K_W03, K_W17
UMIEJĘTNOŚCI	
EU04 potrafi ocenić wpływ niskiej i wysokiej temperatury otoczenia na zapotrzebowanie organizmu człowieka na energię, składniki odżywcze i wodę	K_U12, K_U17,
EU05 potrafi zaplanować odpowiedni sposób żywienia człowieka, stosownie do ekstremalnych warunków środowiska	K_U11, K_U17, K_U18
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU06 zna i potrafi posługiwać się odpowiednimi aktami prawnymi oraz literaturą fachową związaną z planowaniem i realizacją wyżywienia człowieka przebywającego w ekstremalnych warunkach środowiskowych	K_K03, K_K08, K_K11
15. Treści programowe	
Forma zajęć - ćwiczenia	
1. Definicja, podział i charakterystyka ekstremalnych warunków środowiska 2. Ustrojowe mechanizmy termoregulacji i fizjologiczne sposoby przystosowania się do skrajnych warunków temperaturowych środowiska 3. Wpływ niskiej i wysokiej temperatury otoczenia na zapotrzebowanie organizmu człowieka na energię, składniki odżywcze i wodę 4. Sposób żywienia w odmiennych warunkach środowiskowych oraz w sytuacjach braku pożywienia 5. Zespół długu czasowego (jet-lag syndrom): fizjologiczne podstawy zespołu długu czasowego i żywieniowe niwelowanie jego skutków	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Ćwiczenia realizowane będą w oparciu o analizę literaturowych danych dotyczących wpływu ekstremalnych warunków środowiska na organizm człowieka, jako elementu kształtującego potrzeby żywieniowe oraz prezentację modeli żywienia człowieka przebywającego i wykonującego pracę w skrajnie niekorzystnych warunkach środowiskowych, z wykorzystaniem multimedialnych metod prezentacji. 2. Konsultacje	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Ocena obecności i aktywności studenta na ćwiczeniach	
P1. Uzyskanie zaliczenia ćwiczeń na podstawie aktywności i pisemnego sprawdzenia wiadomości, w formie testowej	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	17
Przygotowanie się do zajęć i kolokwium	8
SUMA	25
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	

1. Bertrandt J. Żywnienie w ekstremalnych warunkach środowiska. [w]: Grzymiśławski M., Gawęcki J.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego PWN, Warszawa 2010 2. Bertrandt J. żywnienie w ekstremalnych warunkach klimatycznych. Żywnienie Człowieka i Metabolizm 2007, Nr ½, 22-35 3. Bertrandt J. Rola wody i składników mineralnych w żywieniu polskich żołnierzy pełniących służbę w warunkach klimatu gorącego. Żyw. Człow. Metab. 2005, 32, supl.1, cz.1, 18-25 4. Bertrandt J. i wsp. Normy żywienia dla żołnierzy Sił Zbrojnych RP oraz funkcjonariuszy służb mundurowych. PSW, Biała Podlaska 2020
Literatura uzupełniająca:
1. Marriott B.M. (red.) (1993): Nutritional needs in hot environments. National Academy Press, Washington 2. Marriott B.M., Carlson S.J. (red.) (1996): Nutritional needs in cold and high–altitude environments. National Academy Press, Washington 3. Zoumas B.L. (red.) (2002): High-energy nutrient dense emergency relief food product. National Academy Press, Washington 4. Russell R.M. (red.) (2006): Mineral requirements for military personnel. National Academy Press, Washington
20. Formy oceny - szczegóły
Uzyskanie zaliczenia ćwiczeń na podstawie aktywności i pisemnego sprawdzenia wiadomości, w formie testowej. Do zaliczenia ćwiczeń wymagane jest uzyskanie co najmniej 66% prawidłowych odpowiedzi z testu.
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie
1. Zajęcia odbywają się w PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
2. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
3. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem
4. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji

*L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**