



Nazwa i kod przedmiotu	Zjedz to z sensem - żywność w społeczeństwie						
Kierunek studiów	-----						
Data rozpoczęcia studiów	Luty 2026 r.		Rok akademicki realizacji przedmiotu		2025/2026		
Poziom kształcenia	Studia II stopnia		Grupa zajęć		Przedmiot humanistyczno-społeczny		
Forma studiów	Studia stacjonarne		Sposób realizacji		Na odległość		
Rok studiów	-----		Język wykładowy		Język polski		
Semestr studiów	-----		Liczba punktów ECTS		2		
Profil kształcenia	Ogólnoakademicki/Praktyczny		Forma zaliczenia		Zaliczenie		
Jednostka prowadząca	Wydział Chemiczny						
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		Hanna Staroszczyk				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu		Hanna Staroszczyk				
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	30	0	0	0	0	30
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 30						
	Adres kursu na platformie eNauczanie PG : w późniejszym czasie						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów		Udział w konsultacjach		Praca własna studenta	RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	30		2		18	50
Cel przedmiotu	Celem przedmiotu jest budowanie postaw prozdrowotnych i prospołecznych, łączących wiedzę o żywności (składnikach odżywczych, normach żywienia i zasadach zrównoważonej diety) z refleksją humanistyczną.						
Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy		Efekt z przedmiotu		Sposób weryfikacji i oceny efektu		
	[K7_U71] potrafi zastosować wiedzę z zakresu nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych do rozwiązywania problemów		Student dostrzega związek między indywidualnymi wyborami żywieniowymi a zdrowiem publicznym		Ocena umiejętności analizy informacji		
	[K7_K71] potrafi wyjaśnić potrzebę korzystania z wiedzy z zakresu nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych w funkcjonowaniu w środowisku społecznym		Student umie ocenić wpływ stylu życia i diety na zdrowie i funkcjonowanie społeczne		Ocena postępów pracy		
	[K7_W71] ma wiedzę ogólną w zakresie nauk humanistycznych lub społecznych lub ekonomicznych lub prawnych obejmującą ich podstawy i zastosowania		Student zna rolę białek, tłuszczów, polisacharydów, witamin i składników mineralnych w zapewnieniu człowiekowi zdrowia		Ocena opracowania tekstowego		
Treści przedmiotu	Wykład Wiedza o żywności jako zjawisku łączącym naukę, zdrowie i społeczeństwo. Energia życia: omówienie białek, węglowodanów i tłuszczów – ich funkcji, źródeł i norm spożycia. Znaczenie witamin i składników mineralnych dla organizmu człowieka. Przemiana materii i energii – bilans energetyczny, niedobór i nadmiar energii, stan między niedowagą a otyłością jako skutek żywieniowych dysproporcji. Bezpieczeństwo żywności. Etyka i świadomość konsumenta: żywność funkcjonalna, fake newsy, reklama i mody dietetyczne.						
	<Treści przedmiotu ćwiczenia>						
	<Treści przedmiotu laboratorium>						
	<Treści przedmiotu projekt>						
	<Treści przedmiotu seminarium>						
Wymagania wstępne i dodatkowe	Wiedza na poziomie licealnym z biologii i chemii.						
Sposoby i kryteria ilościowe weryfikacji osiągniętych efektów uczenia się	Sposób (składowe)		Próg zaliczeniowy		Składowa oceny końcowej		
	Obecność na wykładzie + esej/prezentacja		60%		100%		



Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur	1. Gawęcki J. Żywnienie człowieka 1 Podstawy nauki o żywieniu. Wydawnictwo Naukowe PWN, 2017. 2. Jarosz M., Rychlik E., Stoś K., Charzewska J. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Wyd. Naukowe PWN, 2020. 3. Przygoda B., Kunachowicz H., Nadolna I., Iwanow K. Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. Wyd. Lekarskie PZWL, 2020. 4. Nestle M. <i>Food Politics: How the Food Industry Influences Nutrition and Health</i>. University of California Press. 2013
	Uzupełniająca lista lektur	1. Witczak A., Sikorski Z. Szkodliwe substancje w żywności. Pochodzenie, działanie, zagrożenia dla zdrowia. Wyd. Naukowe PWN, 2020. 2. Giddens A. Nowoczesność i tożsamość (fragmenty o stylach życia). Wyd. Naukowe PWN, 2020
	Adresy eZasobów	<Adresy eZasobów>
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania	Dobre nawyki żywieniowe. Skutki niezdrowego odżywiania się. Obecność szkodliwych substancji w żywności. Wpływ składników odżywczych na zdrowie.	
Zajęcia praktyczne w ramach przedmiotu	Nie dotyczy	