



Wydział	Wydział Chemiczny
Studia	III stopnia (doktoranckie)
Dyscyplina	Technologia chemiczna

### KARTA MODUŁU

Nazwa modułu		<b>Sposób odżywiania jako źródło sprawności intelektualnej i psychofizycznej</b>			
Kod modułu		Grupa przedmiotów	<b>Moduły specjalistyczne: Wykład monograficzny</b>		
Koordynator modułu		<b>Przemysław Sanecki, dr hab. inż. , prof. PRz</b>			
Osoby prowadzące zajęcia		<b>Przemysław Sanecki, dr hab. inż. , prof. PRz</b>			
Wymiar i forma zajęć					
Rok studiów	3-4	Semestr	V-VII	Obowiązuje od roku akademickiego	<b>2016/2017</b>
<b>Opis efektów kształcenia dla modułu</b>					
Nr efektu kształcenia	Doktorant, który zaliczył moduł wie/umie/potrafi			Symbol efektu	Sposób weryfikacji efektów kształcenia
1	ma wiedzę o charakterze podstawowym na światowym poziomie dla dziedziny nauki i dyscypliny naukowej lub dyscyplin naukowych, związanych z obszarem prowadzonych badań			TC_W_01 IC_W_01	Sprawdzian pisemny
2	ma dobrze podbudowaną teoretycznie wiedzę o charakterze szczegółowym, związaną z obszarem prowadzonych badań, której źródłem są w szczególności publikacje o charakterze naukowym, obejmujące najnowsze osiągnięcia nauki w obszarze prowadzonych badań			TC_W_02 IC_W_02	Sprawdzian pisemny
3	ma wiedzę dotyczącą metodyki prowadzenia badań naukowych, a także ma wiedzę dotyczącą prawnych i etycznych aspektów			TC_W_03 IC_W_03	Sprawdzian pisemny

	działalności naukowej, w tym metod przygotowywania publikacji i prezentowania wyników badań		
<b>Treści modułu (program zajęć)</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Historia i ewolucja poglądów na temat odżywiania w aspekcie teoretycznym i praktycznym.</li> <li>2. Podstawowe diety cywilizacji europejskiej i innych cywilizacji. Klimat a dieta.</li> <li>3. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Definicja zdrowego sposobu odżywiania.</li> <li>4. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Kazeina i gluten jako problem zdrowotny.</li> <li>5. Chemia i biochemia żywności. Rola enzymów w odżywianiu.</li> <li>6. Zagrożenia wynikające ze spożywania pokarmów o dużym stopniu przetworzenia chemicznego i termicznego.</li> <li>7. Jak wdrożyć u siebie zdrową dietę, gwarantującą maksymalną sprawność intelektualną, krok po kroku.</li> </ol>			
<b>Wymagania wstępne i dodatkowe</b>			
Ukończenie studiów inżynierskich i magisterskich			
<b>Zalecana literatura i pomoce naukowe</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Edward Howell - Odżywianie enzymowe. Koncepcja Enzymów Pokarmowych Copyright 1985 by Edward Howell (wersja pdf).</li> <li>2. Ji. Sayer: The Dark Side of Wheat, GreenMedInfo. Store. (wersja pdf).</li> <li>3. H.G. Bieler: Pożywienie najlepszym lekarstwem, wyd. Polska Direct, Warszawa 1993.</li> <li>4. Wiliam Dufty: Sugar Blues, wyd. Hito, na podstawie wydania amerykańskiego 1975.</li> <li>5. Franz Binder, Josef Wahler, Cukier. Biała trucizna. wyd. Interspar, Warszawa.</li> <li>6. Jerzy Zięba, ukryte terapie. Czego ci lekarz nie powie. Wydawca Egida Halina Kostka, Rzeszów 2015, wyd. trzecie.</li> <li>7. Bożena Przyjemska, Z daleka od mleka, wyd, Vital, Białystok 2015.</li> <li>8. Bożena Przyjemska, Niebezpieczne Zboża, Groźny Gluten, wyd, Vital, Białystok 2013.</li> <li>9. Walter Last, Jak wyleczyć się z drożdżaków, wyd. Nolpres s.c., Białystok 2016.</li> </ol> <p>Dalszą najnowszą literaturę w formie elektronicznej dostarcza słuchaczom wykładowca. Wskazuje także aktualnie najlepsze w świecie portale internetowe zajmujące się przedmiotową problematyką.</p>			
<b>Nakład pracy doktoranta (bilans punktów ECTS)</b>			
Forma nakładu pracy doktoranta (udział w zajęciach, przygotowanie do zajęć, przygotowanie prezentacji, przygotowanie do zaliczenia, przygotowanie do egzaminu, egzamin itp.)			Obciążenie doktoranta [h]
Przygotowanie do zajęć			4
Udział w zajęciach			5
Przygotowanie do zaliczenia			3
Zaliczenie			1

Sumaryczne obciążenie pracą doktoranta	13
<b>Punkty ECTS za moduł</b>	0,5
<b>Warunki zaliczenia modułu i ocena końcowa (OK):</b> Sprawdzian pisemny po zakończeniu zajęć. OK = ocena z sprawdzianu x 1	
<b>Uwagi:</b>	