



Wydział	<b>Wydział Chemiczny</b>
Studia	<b>III stopnia (doktoranckie)</b>
Dyscyplina	<b>Technologia chemiczna, Inżynieria chemiczna</b>

### 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		<b>5 godz., wykład</b>			
Rok studiów	II-III	Semestr	IV-VI	Obowiązuje od roku akademickiego	<b>2015/2016</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 działalności naukowej, w tym metod przygotowywania publikacji i prezentowania wyników badań			TC_W_03 IC_W_03	Sprawdzian pisemny
<b>Treści modułu (program zajęć)</b>					
1. Historia i ewolucja poglądów na temat odżywiania w aspekcie teoretycznym i praktycznym.					

<p>2. Podstawowe diety cywilizacji europejskiej i innych cywilizacji. Klimat a dieta.</p> <p>3. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Definicja zdrowego sposobu odżywiania.</p> <p>4. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Kazeina i gluten jako problem zdrowotny.</p> <p>5. Zagrożenia wynikające ze spożywania pokarmów o dużym stopniu przetworzenia chemicznego i termicznego.</p> <p>6. Jak wdrożyć u siebie zdrową dietę, gwarantującą maksymalną sprawność intelektualną, krok po kroku.</p>	
<b>Wymagania wstępne i dodatkowe</b>	
Ukończenie studiów inżynierskich i magisterskich	
<b>Zalecana literatura i pomoce naukowe</b>	
<p>1. Edward Howell - Odżywianie enzymowe. Koncepcja Enzymów Pokarmowych Copyright 1985 by Edward Howell (wersja pdf).</p> <p>2. Ji. Sayer: The Dark Side of Wheat, GreenMedInfo. Store. (wersja pdf).</p> <p>3. H.G. Bieler: Pożywienie najlepszym lekarstwem, wyd. Polska Direct, Warszawa 1993.</p> <p>4. Wiliam Dufty: Sugar Blues, wyd. Hito, na podstawie wydania amerykańskiego 1975.</p> <p>5. Franz Binder, Josef Wahler, Cukier. Biała trucizna. wyd. Interspar, Warszawa.</p> <p>6. Jerzy Zięba, ukryte terapie. Czego ci lekarz nie powie. Wydawca Egida Halina kostka, Rzeszów 2015, wyd. trzecie.</p> <p>7. Bożena Przyjemska, Z daleka od mleka, wyd, Vital, Białystok 2015.</p> <p>8. Bożena Przyjemska, Niebezpieczne Zboża, Groźny Gluten, wyd, Vital, Białystok 2013.</p> <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>	
<b>Sprawdzian pisemny po zakończeniu zajęć.</b>	
<b>OK = ocena z sprawdzianu x 1</b>	
<b>Uwagi:</b>	