



POLITECHNIKA RZESZOWSKA im. I. Łukasiewicza

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

KARTA MODUŁU

Nazwa modułu		Sposób odżywiania jako źródło sprawności intelektualnej i psychofizycznej			
Kod modułu		Grupa przedmiotów	Moduły specjalistyczne: Wykład monograficzny		
Koordynator modułu		Przemysław Sanecki, dr hab. inż. , prof. PRz			
Osoby prowadzące zajęcia		Przemysław Sanecki, dr hab. inż. , prof. PRz			
Wymiar i forma zajęć					
Rok studiów	3-4	Semestr	V-VII	Obowiązuje od roku akademickiego	2016/2017
Opis efektów kształcenia dla modułu					
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
Treści modułu (program zajęć)					

1. Historia i ewolucja poglądów na temat odżywiania w aspekcie teoretycznym i praktycznym.
2. Podstawowe diety cywilizacji europejskiej i innych cywilizacji. Klimat a dieta.
3. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Definicja zdrowego sposobu odżywiania.
4. Aktualne trendy i kierunki zdrowego odżywiania. Kazeina i gluten jako problem zdrowotny.
5. Chemia i biochemia żywności. Rola enzymów w odżywianiu.
6. Zagrożenia wynikające ze spożywania pokarmów o dużym stopniu przetworzenia chemicznego i termicznego.
7. Jak wdrożyć u siebie zdrową dietę, gwarantującą maksymalną sprawność intelektualną, krok po kroku.

Wymagania wstępne i dodatkowe

Ukończenie studiów inżynierskich i magisterskich

Zalecana literatura i pomoce naukowe

1. Edward Howell - Odżywianie enzymowe. Koncepcja Enzymów Pokarmowych Copyright 1985 by Edward Howell (wersja pdf).
2. Ji. Sayer: The Dark Side of Wheat, GreenMedInfo. Store. (wersja pdf).
3. H.G. Bieler: Pożywienie najlepszym lekarstwem, wyd. Polska Direct, Warszawa 1993.
4. Wiliam Dufty: Sugar Blues, wyd. Hito, na podstawie wydania amerykańskiego 1975.
5. Franz Binder, Josef Wahler, Cukier. Biała trucizna. wyd. Interspar, Warszawa.
6. Jerzy Zięba, ukryte terapie. Czego ci lekarz nie powie. Wydawca Egida Halina Kostka, Rzeszów 2015, wyd. trzecie.
7. Bożena Przyjemaska, Z daleka od mleka, wyd. Vital, Białystok 2015.
8. Bożena Przyjemaska, Niebezpieczne Zboża, Groźny Gluten, wyd. Vital, Białystok 2013.
9. Walter Last, Jak wyleczyć się z drożdżaków, wyd. Nolpres s.c., Białystok 2016.

Dalszą najnowszą literaturę w formie elektronicznej dostarcza słuchaczom wykładowca. Wskazuje także aktualnie najlepsze w świecie portale internetowe zajmujące się przedmiotową problematyką.

Nakład pracy doktoranta (bilans punktów ECTS)

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
Punkty ECTS za moduł	0,5

Warunki zaliczenia modułu i ocena końcowa (OK):

Sprawdzian pisemny po zakończeniu zajęć.

OK = ocena z sprawdzianu x 1

Uwagi: