



Diety i trendy żywieniowe.

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2025/2026
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	praktyczny
Poziom kształcenia	I stopnia
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Egzamin
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Żywienia Człowieka
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. Beata Sińska
Koordynator przedmiotu	Dr Magdalena Zegan magdalena.zegan@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr Magdalena Zegan
Prowadzący zajęcia	dr Magdalena Zegan, dr Alicja Kucharska, dr Ewa Michota-Katulska

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	II lic/semestr zimowy	Liczba punktów ECTS	2
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ			

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
wykład (W)	22	
seminarium (S)	24	
ćwiczenia (C)		
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	4	

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Wykazanie wpływu różnych czynników na kształtowanie nowych trendów na rynku żywności
C2	Ugruntowanie wiedzy i kształtowanie umiejętności z zakresu niekonwencjonalnego sposobu żywienia oraz korzyści i zagrożeń wynikających ze stosowania diet alternatywnych
C3	Dostarczenie wiedzy na temat diety planetarnej i możliwości wprowadzenia roślinnych alternatyw produktów zwierzęcych do diety
C4	Ugruntowanie wiedzy z zakresu różnych grup produktów spożywczych (żywności funkcjonalnej w tym wzbogacanej, żywności wygodnej i suplementów diety) oraz korzyści i potencjalnych zagrożeń związanych z ich spożywaniem
C5	Wykazanie korzyści i zagrożeń żywności GMO i żywności ekologicznej

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
E_W08	Charakteryzuje grupy produktów spożywczych oraz żywność wzbogaconą i funkcjonalną, i suplementy diety
E_W24	Posiada wiedzę na temat wpływu prawidłowego i nieprawidłowego żywienia na zdrowie człowieka oraz czynników determinujących zachowania żywieniowe różnych grup populacyjnych
E_W52	Charakteryzuje znane diety i trendy żywieniowe
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
E_U13	Określa korzyści i zagrożenia wynikające ze stosowania różnych diet i trendów żywieniowych
E_U53	Prezentuje w formie ustnej i pisemnej wyniki własnych działań oraz prawidłowo formułuje wnioski

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

E_K04	Posiada świadomość stałego dokształcania się.
E_K14	Potrafi współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role
E_K21	Posiada świadomość znaczenia czynników determinujących zachowania żywieniowe człowieka

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
1/2	Trendy żywieniowe	E_W08, E_W24, E_W52
3	Żywność funkcjonalna, nowy czy stary trend żywieniowy?	E_W08, E_W24, E_W52
4	Wzbogacanie żywności w aspekcie zdrowia	E_W08, E_W24, E_W52
5	GMO – korzyści i/czy zagrożenia?	E_W08, E_W24, E_W52
6	Żywność ekologiczna	E_W08, E_W24, E_W52
7/8	Diety niekonwencjonalne i ich ogólna charakterystyka	E_W08, E_W24, E_W52
9	Żywność wygodna, czy rzeczywiście ułatwia życie?	E_W08, E_W24, E_W52
10	Suplementy diety	E_W08, E_W24, E_W52
11	Nowe spojrzenie na diety roślinne	E_W08, E_W24, E_W52
Seminaria		
1	Trendy na rynku produktów fermentowanych	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
2	Żywność funkcjonalna w profilaktyce wybranych chorób	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
3	Żywność wzbogacona	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
4	Żywieniowe wspomaganie odporności	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
5	Diety alternatywne	E_W08, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
6	Żywność wygodna	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
7	Suplementy diety	E_W08, E_W24, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21
8	Zmiany w spożyciu żywności, aktualne trendy na rynku produktów spożywczych i w zachowaniach konsumenckich	E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Red. naukowa Fiedurek J. Żywność a zdrowie człowieka UMCS 2021

2. Red. naukowa Bartosik-Purgat M. Zachowania konsumentów. Globalizacja, nowe technologie, aktualne trendy otoczenie społeczno – kulturowe. PWN 2020
3. Żywnienie człowieka. Tom 3 Gawęcki J. Grzymisławski M. Moszak M. PWN 2023
4. Świderski F. Żywność funkcjonalna i żywność wygodna, WNT, 2020
5. Czernyszewicz E., Komor A., Białoskurski S., Wróblewska W., Pawlak J., Goliszek A. Trendy konsumpcyjne na rynku żywności - wybrane zagadnienia Instytut Naukowo-Wydawniczy „Spatium”, Radom 2022

Uzupełniająca

1. Przemysł spożywczy 2020 - 2025

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21	Zadania tematyczne realizowane i omawiane w czasie seminariów.	
E_W08, E_W24, E_W52, E_U13, E_U53, E_K04, E_K14, E_K21	Egzamin - test pisemny (pytania testowe, jednokrotnego wyboru) obejmujący treści wykładowe i seminaryjne.	Zaliczenie - zdobycie minimum 65% punktów

8. INFORMACJE DODATKOWE

Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. Dopuszczona jest jedna nieobecność usprawiedliwiona, w przypadku nieobecności powyżej 1 należy ją odrobić w formie zadań przydzielonych przez prowadzącego przedmiot.

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich