

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Dietetyka**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **WYKŁAD MONOGRAFICZNY – WSPÓŁCZESNE  
TRENDY W ZYWIENIU CZŁOWIEKA I DIETETYCE**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_DT\_1\_W\_G.15\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Dietetyki**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Małgorzata Mizgier**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Małgorzata Mizgier

Data opracowania: **30.09.2022 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 3, semestr 5			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	15			
Liczba punktów ECTS	1			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Wykształcenie świadomości znaczenia najnowszych trendów w dietoterapii i profilaktyce chorób.
----	---

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

– brak.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 6)
EK1	ma wiedzę z zakresu suplementacji, zna rolę probiotyków, żywienia w chorobach autoimmunologicznych, przeciwutleniaczy oraz zastosowania diety bezglutenowej; ma świadomości znaczenia najnowszych trendów w dietoterapii i profilaktyce chorób	K_W03 K_W12 K_K08	P6S_WG P6S_WG P6S_KO

## 5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Współczesne zalecenia dotyczące uzupełniania diety poprzez suplementację. Zagadnienie 1: Definicja i podział suplementów oraz aktualne regulacje prawne Zagadnienie 2: Znaczenie suplementów i ich rola we współczesnej dietoterapii Zagadnienie 3: Podział suplementów diety ze względu na różne przeznaczenie: zapobieganie i leczenie otyłości, chorób układu krążenia, działanie hipoglikemizujące, wspomagające funkcje wątroby, inne.	3

W2	Rola probiotyków i prebiotyków oraz synbiotyków we współczesnej diecie. Zagadnienie 1: Flora bakteryjna a występowanie otyłości i innych chorób. Zagadnienie 2: Żywieniowa modulacja mikroflory jelitowej w terapii chorób. Zagadnienie 3: Właściwości prozdrowotne probiotyków i prebiotyków. Działanie profilaktyczne i lecznicze.	3
W3	Aktualne trendy w dietoterapii i żywieniu pacjenta w chorobach autoimmunologicznych, metabolicznych oraz w zespole jelita drażliwego. Zagadnienie 1: Terapie dietetyczne w chorobach autoimmunologicznych. Zagadnienie 2: Terapie dietetyczne w IBS oraz SIBO.	3
W4	Zastosowanie i rola potencjału antyoksydacyjnego żywności w profilaktyce chorób. Zagadnienie 1: Teoria wolnych rodników. Zagadnienie 2: Antyoksydanty pochodzące z diety. Zagadnienie 3: Aktywność przeciwutleniająca żywności.	3
W5	Dieta bezglutenowa, wskazania i przeciwwskazania do jej stosowania. Zagadnienie 1: Celiaka. Zagadnienie 2: Nieceliakalna nietolerancja glutenu.	3
<b>Razem</b>		<b>15</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład multimedialny.
M2	Wykład problemowy.
M3	Dyskusja.

## 7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	15
Zaliczenia w sesji	1
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	2
Przygotowanie do zaliczenia	7
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>25</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	1

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Pytania kontrolne podczas wykładów. Dyskusje.
----	---

## b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie w formie ustnej.
----	-----------------------------

## c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- uzyskanie oceny minimum 3.0 z zaliczenia ustnego dotyczącego wykładanej tematyki zajęć.

## 9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student nie posiada wystarczającej wiedzy dotyczącej tematyki przedmiotu
na ocenę 3	Student wykazuje się podstawową wiedzą na temat suplementacji, roli probiotyków, żywienia w chorobach autoimmunologicznych, przeciwutleniaczy oraz zastosowania diety bezglutenowej; ma świadomości znaczenia najnowszych trendów w dietoterapii i profilaktyce chorób.
na ocenę 4	Student potrafi szczegółowo omówić współczesne trendy w żywieniu i dietetyce, obejmujące suplementację diety, rolę pro- i prebiotyków, zastosowania diety w chorobach autoimmunologicznych, IBS oraz SIBO, potrafi zastosować produkty zawierające antyoksydanty w dietoterapii oraz prawidłowo ocenić konieczność eliminacji glutenu w diecie.
na ocenę 5	Student posiada wiedzę o współczesnej dietoterapii z wykorzystaniem żywności o właściwościach antyoksydacyjnych, bezglutenowej oraz probiotycznej; potrafi omówić wzbogacanie diety poprzez nowoczesną suplementację.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W03, K_W12 K_K08	C1	W1–W5	M1–M3	P1

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Czapski J., Górecka D., <i>Żywność prozdrowotna – składniki i technologia</i> , Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu, Poznań 2014.
2.	Gawęcki J.(red.), <i>Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Gawęcki J., Jeszka J.(red.), <i>Energia w żywności i żywieniu</i> , Wydawnictwo UP w Poznaniu, 2010.
2.	Jarosz M., Wierzejska R., <i>Celiakia. Porady lekarzy i dietetyków</i> , PZWL, Warszawa 2019.

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)