

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

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim
Zamiejscowy Wydział Kultury Fizycznej**

Kierunek: Wychowanie fizyczne

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **DIETETYKA**

Kod przedmiotu: **ZWKF_WF_2_O_C.1_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Biologicznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

prof. AWF dr hab. Anna Skarpańska-Stejnborn

Osoby prowadzące przedmiot:

1. prof. AWF dr hab. Anna Skarpańska-Stejnborn

Data opracowania: **30.09.2020 r.**

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia drugiego stopnia			
Profil	ogólnoakademicki			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 1, semestr 1			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	15	15		
Liczba punktów ECTS	2			

2. Cele przedmiotu

C1	Poznanie współzależności między pożywieniem a jego przemianą w organizmie.
C2	Poznanie roli żywienia w zapobieganiu chorobom żywieniowo-zależnym.
C3	Uczestnictwo w profilaktyce i propagowaniu zachowań prozdrowotnych.

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

- Znajomość podstawy anatomii i fizjologii człowieka ze szczególnym uwzględnieniem przewodu pokarmowego;
- Znajomość charakterystyki biochemicznej oraz roli podstawowych składników pokarmowych w żywieniu człowieka.

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 7)
EK1	potrafi wdrażać zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia	A1_W11 A1_U13 A1_K13	P7S_WG P7S_UO P7S_UU P7S_KR

5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
W1	Składniki odżywcze. Rola wody. Proporcje podaży energii z białek – tłuszczów – węglowodanów w dziennej racji pokarmowej.	3
W2	Otyłość. Definicja, etiologia. Wpływ otyłości na zdrowie. Dietoterapia otyłości.	3
W3	Cukrzyca. Etiologia zaburzeń gospodarki węglowodanowej. Postępowanie dietetyczne w zaburzeniach gospodarki węglowodanowej.	3

W4	Choroby układu krążenia. Etiologia. Żywnienie w profilaktyce pierwotnej i wtórnej chorób serca i układu sercowo-naczyniowego.	3
W5	Osteoporoza. Profilaktyka żywieniowa oraz wspomaganie leczenia dietą.	3
Razem		15
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Ilościowa analiza diety w odniesieniu do norm.	2
ĆW2	Jakościowa analiza diety.	2
ĆW3	Modyfikacja składu i receptur potraw i posiłków w odniesieniu do zaleceń żywieniowych w danej jednostce chorobowej.	4
ĆW4	Ocena stanu odżywienia.	2
ĆW5	Diety alternatywne w świetle zasad żywienia.	5
Razem		15

6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład informacyjny, konwersatoryjny.
M2	Praca w zespołach oraz indywidualna pod nadzorem nauczyciela akademickiego.
M3	Metoda problemowa.

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	30
Zaliczenia w sesji	2
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	6
Przygotowanie oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia	7
Przygotowanie do zaliczenia	5
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	50
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Zaplanowanie żywienia dla wybranej grupy.
F2	Zaplanowanie żywienia z uwzględnieniem jednostek chorobowych.

b. Ocena podsumowująca

P1	Kolokwium pisemne.
----	--------------------

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów;
- pozytywna ocena ze sprawozdań pisemnych.

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	nie zna roli i znaczenia podstawowych zasad żywienia w profilaktyce chorób dietozależnych.
na ocenę 3	zna i potrafi zaplanować plan posiłków, plan żywieniowy mających znaczenie w profilaktyce chorób dietozależnych. Umie wymienić i wdrożyć zasady edukacji w profilaktyce żywieniowej.
na ocenę 4	zna i potrafi obiektywnie ocenić sposób żywienia grup i osób indywidualnych. Omawia zasady edukacji żywieniowej oraz potrafi uwzględnić niektóre z nich w promowaniu zachowań prozdrowotnych.
na ocenę 5	zna rolę i znaczenie prawidłowego żywienia w dietoprofilaktyce chorób metabolicznych, potrafi planować działania promujące prawidłowe zachowania żywieniowe pacjenta lub grupy pacjentów stosując zróżnicowane metody. Zna metody planowania i wdrażania zasad dietoprofilaktyki; umie propagować zachowania prozdrowotne związane z prawidłowym stylem życia.

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W11, A1_U13 A1_K13	C1–C3	W1–W5, ĆW1–ĆW5	M1–M3	F1, F2, P1

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Gawęcki J., <i>Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu</i> , PWN, Warszawa 2010.
2.	Ciborowska H., Rudnicka A., <i>Dietetyka. Żywność zdrowego i chorego człowieka</i> , PZWL, Warszawa 2007.
3.	Hasik J., Gawęcki J. (red.), <i>Żywność człowieka zdrowego i chorego</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.

b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	<i>Żywność Człowieka i Metabolizm – IŻiŻ</i> w Warszawie.
----	---

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)