

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

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**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. dr hab. Anna Skarpańska-Stejnborn**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. prof. dr hab. Anna Skarpańska-Stejnborn
2. mgr inż. Hanna Dziewiecka

Data opracowania: **29.09.2023 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	Zapoznanie się z podstawowymi zagadnieniami dotyczącymi wiadomości w zakresie żywienia człowieka.
C2	Zdobycie umiejętności praktycznego wykorzystania uzyskanych wiadomości w życiu osobistym i zawodowym.

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

- Podstawy nauki o żywności i żywieniu: definicje, podział składników pokarmowych ich źródła i rola w organizmie 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	Podstawy żywienia człowieka.	4
W2	Analiza zachowań żywieniowych dzieci i młodzieży.	4
W3	Edukacja żywieniowa – porady praktyczne.	4
W4	Nieprawidłowe żywienie jako czynnik przewlekłych chorób niezakaźnych. Współczesne zalecenia żywieniowe dla ludności krajów rozwiniętych. Zasady kształtowania prawidłowych zachowań żywieniowych.	3

	<b>Razem</b>	<b>15</b>
<b>ĆWICZENIA</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych</b>	<b>Liczba godzin</b>
ĆW1	Determinanty wyborów żywieniowych. Motywacja do zmiany zachowania. Dlaczego diety nie działają. Rola reklamy i mediów w kształtowaniu zachowań żywieniowych społeczeństwa. Przygotowanie do przeprowadzenia pogadanki na temat żywienia w oparciu o analizę problemów związanych z żywieniem.	9
ĆW2	Żywność w sporcie. Żywność w różnych dyscyplinach sportowych. Nawodnienie.	6
	<b>Razem</b>	<b>15</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną
M2	Burza mózgów, mapa myśli (nt.: rola reklamy i mediów w kształtowaniu zachowań żywieniowych społeczeństwa).

## 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	30
Zaliczenia w sesji	3
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	4
Przygotowanie prac zaliczeniowych	8
Przygotowanie do zaliczenia	5
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>50</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Weryfikacja wiedzy i zainteresowań studenta w trakcie dyskusji prowadzonych podczas ćwiczeń (EK1).
F2	Ocena za pracę podczas ćwiczeń – umiejętność wykonania powierzonych zadań pod nadzorem nauczyciela akademickiego, umiejętność pracy w zespole, umiejętność analizy wyników obliczeń i wyciągania logicznych wniosków w oparciu o zdobytą wiedzę (EK1).

### b. Ocena podsumowująca

P1	Ocena z kolokwium.
----	--------------------

P2	Praca zaliczeniowa.
----	---------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na ćwiczeniach zgodnie z regulaminem studiów,
- pozytywny wynik oceny formującej,
- uzyskanie pozytywnej oceny z pracy zaliczeniowej.

## 9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student nie potrafi scharakteryzować i wyjaśnić wybranego problemu żywieniowego. Nie umie zaplanować i zrealizować działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną oraz promocję zdrowia.
na ocenę 3	Student potrafi scharakteryzować i wyjaśnić wybrany problem żywieniowy. Potrafi wymienić działania ukierunkowane na edukację zdrowotną oraz promocję zdrowia.
na ocenę 4	Student potrafi scharakteryzować i wyjaśnić wybrany problem żywieniowy. Potrafi zaplanować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną oraz promocję zdrowia.
na ocenę 5	Student potrafi scharakteryzować i wyjaśnić wybrany problem żywieniowy. Potrafi zaplanować i realizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną oraz promocję zdrowia. Potrafi zdiagnozować problem związany z żywieniem i przeprowadzić analizę.

## 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–C2	W1–W4, ĆW1–ĆW2	M1, M2	F1, F2, P1, P2

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Gawęcki J., <i>Żywnie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu</i> , PWN, Warszawa 2010.
2.	Ciborowska H., Rudnicka A., <i>Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka</i> , PZWL, Warszawa 2010.
3.	Hasik J., Gawęcki J. (red.), <i>Żywnie człowieka zdrowego i chorego</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	„Żywnie Człowieka i Metabolizm”, Czasopismo IŻiŻ w Warszawie.
----	---

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

.....  
(kierownik zakładu)

.....  
(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)