



Collegium  
Medicum



Nowiny, 23.03.2023

Studenci 2 roku studia II stopnia kierunku Dietetyka pod opieką dr inż. Kamili Sobaś pracownika Instytutu Nauk o Zdrowiu Collegium Medicum wzięli czynny udział w warsztatach profilaktyki żywieniowej dzieci w wieku szkolnym „Zdrowo jem”. Zajęcia edukacyjne odbyły się w Szkole Podstawowej im. Orłąt Lwowskich w Nowinach.

Omówiono potrzebę profilaktyki żywieniowej u dzieci w wieku szkolnym. Celem zajęć było kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych. Po zakończonych warsztatach uczniowie powinni samodzielnie dokonywać prawidłowych wyborów żywieniowych,

Z-ca DYREKTORA  
INSTYTUTU NAUK O ZDROWIU  
ds. kształcenia  
*Kamila Sobaś*  
dr h. c. Kamila Sobaś

.....  
*Podpis*

Potwierdzam udział Studentów w warsztatach w dniu 23.03.2023.

DYREKTOR SZKOŁY

*Wojciechyńska*  
mgr Joanna Wojciechyńska

.....  
*Podpis*

### **Załącznik do pisma**

W celu doskonalenia umiejętności zawodowych Studentów II stopnia kierunku dietetyka w ramach *Dietoprofilaktyka dzieci i młodzieży*, zostały zorganizowane warsztaty, w których wykorzystywana jest metoda uczenia flipped education, czyli kształcenie odwrócone. Studenci uzyskali niezbędne materiały, przygotowali program edukacji żywieniowej dla dzieci w wieku 8-10 lat. ”. Zajęcia odbyły się w Szkole Podstawowej im. Orłąt Lwowskich w Nowinach w dniu 23.03.2023, w godzinach 11:15-14:15 (zgodnie z harmonogramem).

Studenci zostali podzieleni na 6 grup ćwiczeniowych. Każda grupa przeprowadziła wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, a następnie poprowadzono zadania ćwiczeniowe połączone z indywidualnym poradnictwem dla każdego dziecka.

### **Warsztaty profilaktyki żywieniowej „Zdrowo jem!”**

*Celem zajęć:*

Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych.

*Zdobyte umiejętności:*

Uczeń potrafi samodzielnie dokonywać prawidłowych wyborów żywieniowych. Potrafi wskazać produkty zalecane i te, które należy ograniczać w diecie.

1. Każda grupa przygotowała wykład informacyjny na temat źródeł energii z pożywienia, składników pokarmowych, które są niezbędne do zachowania dobrego stanu zdrowia i samopoczucia.
2. W formie warsztatowej każda grupa przeprowadziła zajęcia z następujących tematów: napoje uwzględniane w codziennej diecie, potrzeba jedzenia śniadań, alternatywa dla przekąsek z uwzględnieniem dodatków do żywności (2h). Przygotowano pomoce do realizacji zajęć w formie warsztatowej pomoce.







