

KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	0915.4.D11.D.ŻOD	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Żywnienie osób dorosłych</i> <i>Nutrition adults</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Dietetyka
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia I stopnia
1.4. Profil studiów	Praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Prof. dr hab. Edyta Suliga, mgr Dorota Mikołajewicz
1.6. Kontakt	edyta.suliga@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	Polski/angielski (2h ćwiczeń)
2.2. Wymagania wstępne	Podstawy żywienia człowieka

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykłady/ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Zajęcia w pomieszczeniu dydaktycznym CM UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną/zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny; ćwiczenia: opracowanie zadania problemowego.	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	- Ostrowska L. (red.) Dietetyka. Kompendium. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020. - Jarosz M. Żywnienie osób w wieku starszym. IŻŻ, Warszawa, 2019. - Szostak-Węgierek D. Żywnienie osób starszych. PZWL, Warszawa, 2020.
	uzupełniająca	- Suliga E, Kozieł D, Głuszek-Osuch M, i in. Zaburzenia stanu odżywienia u osób w starszym wieku. Diagnostyka i postępowanie terapeutyczne. WPG t.2. Wydawnictwo UJK, Kielce 2020. - Gawęcki J., Roszkowski W. (red.): Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2022. - Cichocka A. Dieta DASH w teorii i zastosowaniu. Wydawnictwo Medyk. Warszawa 2018. - Sytuacja demograficzna Polski do 2020 r. GUS, Warszawa 2021. http://www.who.int/nutrition/topics/ageing/en/index1.html - Ostrowska L., Orywał K., Stefańska E. Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce. PZWL, Warszawa, 2023.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Zapoznanie studentów ze zmianami fizjologicznymi związanymi ze starzeniem się organizmu. C2. Zapoznanie ze skutkami zdrowotnymi błędów w żywieniu człowieka dorosłego i starszego oraz możliwości ich zapobiegania. C3. Omówienie zasad prawidłowego żywienia ze szczególnym uwzględnieniem roli składników pokarmowych istotnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu osób w wieku dorosłym i podeszłym. Ćwiczenia: C1. Opanowanie zasad prawidłowego żywienia ze szczególnym wyeksponowaniem roli składników pokarmowych istotnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu osób w dorosłym i podeszłym wieku w wybranych przypadkach chorobowych i dysfunkcjach.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: Sytuacja demograficzna osób dorosłych i starszych w Polsce i na świecie. Normy i zalecenia żywieniowe dla osób dorosłych i starszych. Czynniki wpływające na sposób żywienia osób dorosłych, w tym seniorów. Zmiany w składzie ciała i funkcjonowaniu organizmu człowieka zachodzące wraz z wiekiem. Główne problemy zdrowotne osób dorosłych i starszych oraz ich związek z żywieniem - skutki nieprawidłowego żywienia i małej aktywności fizycznej, diagnozowanie nieprawidłowości w stanie odżywienia. Zastosowanie wybranych diet alternatywnych w żywieniu

osób dorosłych i starszych.

Ćwiczenia:

Wyznaczanie zapotrzebowania energetycznego z uwzględnieniem proporcji pomiędzy składnikami pokarmowymi dla osób dorosłych i starszych. Zapotrzebowanie na płyny dla osób dorosłych i starszych. Rozwiązywanie problemów żywienia osób starszych – wybrane przykłady działań. Układanie i analiza jadłospisów dla osoby dorosłej i starszej. Analiza wybranych prac w języku obcym z uwzględnieniem treści programowych.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efek t	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY :		
W01	Charakteryzuje zmiany w składzie ciała i funkcjonowaniu organizmu.	DI1P_W05 DI1P_W06
W02	Zna zasady prawidłowego żywienia osób dorosłych i starszych.	DI1P_W01 DI1P_W07
W03	Definiuje i charakteryzuje wpływ sposobu żywienia na rozwój chorób dietozależnych adekwatnie do wieku.	DI1P_W09
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI :		
U01	Przeprowadza obliczenia dotyczące zapotrzebowania na składniki odżywcze i płyny u człowieka dorosłego i starszego.	DI1P_U04 DI1P_U05
U02	Ocenia stan odżywienia osób dorosłych i starszych.	DI1P_U04
U03	Umie interpretować błędy żywieniowe popełniane przez ludzi dorosłych i starszych, zdrowych i chorych.	DI1P_U03
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH :		
K01	Pracuje w zespole.	DI1P_K04
K02	Dostrzega potrzebę uzupełniania i weryfikacji wiedzy.	DI1P_K05

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																	
	Kolokwium			Projekt			Praca własna			Aktywność na zajęciach								
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć								
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...						
W01	+									+								
W02	+									+								
W03	+									+	+							
U01					+						+							
U02					+			+			+							
U03	+				+			+			+							
K01								+		+								
K02					+			+										

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
Wykład (W)	3	61-68% poprawnych odpowiedzi z kolokwium.
	3,5	69-76% poprawnych odpowiedzi z kolokwium.
	4	77-84% poprawnych odpowiedzi z kolokwium.
	4,5	85-92% poprawnych odpowiedzi z kolokwium.
	5	93-100% poprawnych odpowiedzi z kolokwium.
Ćwiczenia (C)	3	61-68% poprawnych odpowiedzi z kolokwium, aktywność na zajęciach, praca własna oraz realizacja projektu.
	3,5	69-76% poprawnych odpowiedzi z kolokwium, aktywność na zajęciach, praca własna oraz realizacja projektu.
	4	77-84% poprawnych odpowiedzi z kolokwium, aktywność na zajęciach, praca własna oraz realizacja projektu.
	4,5	85-92% poprawnych odpowiedzi z kolokwium, aktywność na zajęciach, praca własna oraz realizacja projektu.
	5	93-100% poprawnych odpowiedzi z kolokwium, aktywność na zajęciach, praca własna oraz realizacja projektu.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	50	30
<i>Udział w wykładach</i>	25	15
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	25	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	50	70
<i>Przygotowanie do wykładu</i>	25	35
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	25	35
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....