

KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	0915.4.DI2.B/C.PŻ	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Profilaktyka żywieniowa</i> <i>Nutritional prevention</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Dietetyka
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia II stopnia
1.4. Profil studiów	Praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Dr inż. Kamila Sobaś
1.6. Kontakt	kamila.sobas@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne	Epidemiologia chorób cywilizacyjnych, kliniczny zarys chorób, żywienie w otyłości i chorobach metabolicznych, żywienie osób dorosłych, żywienie dzieci.

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykład/ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Przedmiot realizowany w sali dydaktycznej CM UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną/zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny, dyskusja. Ćwiczenia: ćwiczenia praktyczne, dyskusja, flipped education, czyli kształcenie odwrócone.	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Jarosz M. Dietetyka. Żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. IŻŻ, Warszawa, 2017. 2. Panasiuk A. Choroby infekcyjne przewodu pokarmowego. PZWL, Warszawa, 2018. 3. Panasiuk A, Kowalińska J. Mikrobiota przewodu pokarmowego. PZWL, Warszawa, 2019.
	uzupełniająca	1. Poniewierka E. Dietetyka oparta na dowodach. Medpharm Polska, Wrocław, 2016. 2. Rychlik E., Stoś K. Woźniak A. Mojska H. Normy żywienia dla populacji Polski. NPZ - PZH, Warszawa, 2024. 3. Ostrowska L. Dietetyka – kompendium. PZWL, Warszawa, 2020. 4. Chmurzyńska A. Nutrigenomika. PZWL, Warszawa, 2022. 5. Contento I. Edukacja żywieniowa. PWN, Warszawa, 2018. 6. Ostrowska L. Dietetyka kobiet i mężczyzn. PZWL, Warszawa, 2024. 7. Szostak-Węgierek D. Żywienie osób starszych. PZWL, Warszawa, 2020. 8. Stachowska E. Żywienie w zaburzeniach mikrobioty jelitowej. PZWL, Warszawa, 2021. 9. Włodarek D., Lange E. Współczesna dietoterapia. PZWL, Warszawa, 2022.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Wykład:
C1. Przekazanie wiadomości nt. profilaktyki żywieniowej dla różnych grup ludności i dietoterapii wybranych schorzeń.
C2. Przekazanie wiedzy nt. żywieniowych determinantów wpływających na płodność kobiet i mężczyzn
Ćwiczenia:
C1. Kształtowanie umiejętności oceny spożycia żywności na poziomie indywidualnym oraz planowania żywienia różnych grup ludności, w tym uwzględnienie wybranych schorzeń u dorosłych i dzieci.
C2. Pogłębianie przez studentów wiedzy nt. nowości w dietetyce.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
Wykłady:
1. Metody profilaktyki żywieniowej dla różnych grup ludności.

2.	Profilaktyka żywieniowa jako metoda zapobiegania chorobom.
3.	Żywnienie w geriatric (teorie starzenia, dieta długowieczności).
4.	Prewencja i leczenie choroby uchyłkowej jelit.
5.	Żywieniowe determinanty wpływające na płodność kobiet i mężczyzn.
6.	Nowości i kontrowersje w dietetyce (np. chronodieta).
Ćwiczenia:	
1.	Planowanie planów żywieniowych dla osób zdrowych i osób z wybranymi schorzeniami.
2.	Grupowy projekt studencki oparty o przegląd aktualnych badań na temat nowości w dietetyce (wystąpienia studentów + dyskusja).

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Student zna i rozumie wpływ żywienia w prewencji i leczeniu chorób.	DI2P_W06
W02	Student zna i rozumie aktualne wyzwania medycyny w zapobieganiu powstawaniu chorób cywilizacyjnych.	DI2P_W07
W03	Student zna i rozumie wpływ czynników środowiskowych na stan zdrowia.	DI2P_W08 DI2P_W09
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi zaplanować i realizować kompleksowe postępowanie obejmujące żywienie, aktywność fizyczną i styl życia dla osób zdrowych i osób z wybranymi schorzeniami.	DI2P_U04
U02	Umie ocenić „fakty i mity” w dietetyce.	DI2P_U06
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Ma świadomość potrzeby dokształcania i samodoskonalenia przez całe życie.	DI2P_K02

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

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

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
Wykład (W)	3	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
	3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
	4	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
	4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
	5	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
Ćwiczenia (C)	3	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.
	3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.
	4	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.
	4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.
	5	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.

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>	40	30
<i>Udział w wykładach</i>	25	20
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	15	10
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	35	45
<i>Przygotowanie do wykładu</i>	25	30
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	10	15
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3	3

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

.....