

KARTA PRZEDMIOTU (ZAJĘĆ)

Kod przedmiotu (zajęć): 0915.4.DI1.D.DZO

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku polskim: Dietetyka zaburzeń odżywiania

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku angielskim: Dietetics eating disorders

1. Usytuowanie przedmiotu (zajęć) 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 (zajęć)	dr n. rol. Kamila Sobaś, mgr Monika Tomaszewska
1.6. Kontakt	kamila.sobas@ujk.edu.pl

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu (zajęć)

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne	Żywnienie człowieka zdrowego i chorego, zdrowie publiczne

3. Szczegółowa charakterystyka przedmiotu (zajęć)

3.1. Forma zajęć	Wykłady, ćwiczenia. Obecność na wszystkich formach zajęć jest obowiązkowa.
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Przedmiot realizowany w sali dydaktycznej Collegium Medicum, Uniwersytetu Jana Kochanowskiego
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną/zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny Ćwiczenia: projektowe wspomagane komputerowo, dyskusja
3.5.a. Wykaz literatury podstawowej	1. Gawęcki J., Roszkowski W. (redaktorzy). Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wydawnictwo PWN, Warszawa, 2023. 2. Mijakowska U. Diet coaching. Wydawnictwo Edgard, 2016. 3. Wiatrowska A. Jakość życia w zaburzeniach odżywiania. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2009. 4. Ogden J., Andruszko R. Psychologia odżywiania się od zdrowych do zaburzonych zachowań żywieniowych. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków, 2011
3.5.b. Wykaz literatury uzupełniającej	1. Ogden J. Psychologia odżywiania. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków, 2011. 2. Jeżewska-Zychowicz M. Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania. Wydawnictwo Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego, Warszawa, 2007. 3. Jarosz M. (redaktor). Praktyczny podręcznik dietetyki. Wydawnictwo Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa, 2011. 4. Ostrowska L. Dietetyka w psychiatrii i neurologii. PZWL, Warszawa, 2022. 5. Kuk B., Gaber K. Kiedy cierpisz na zaburzenia odżywiania. PZWL, Warszawa, 2022. 6. Dutkiewicz A. Dietetyka w zaburzeniach odżywiania u dzieci i młodzieży. PZWL, Warszawa, 2024. 7. Jurek J., Wittenbeck K. Psychodietetyka dla każdego. PZWL, Warszawa, 2024. 8. Brytek-Matera A. Zaburzenia odżywiania. PZWL, Warszawa, 2021

4. Cele, treści i efekty uczenia się

4.1. Cele przedmiotu (zajęć)

Wykłady

- **C1.** Przekazanie wiedzy nt. wpływu sposobu odżywiania na powstawanie chorób oraz roli odżywiania się w leczeniu chorób.
- **C2.** Przekazanie wiedzy nt. konsekwencji stosowania diet oraz problemów związanych z teorią ograniczeń dietetycznych.
- **C3.** Zapoznanie z diet coaching – jako specyficznej formule rozmowy dietetycznej pozwalającej zwiększyć motywację, samoświadomość oraz precyzującą cel pracy dietetycznej.

Ćwiczenia

- **C1.** Zapoznanie z wiedzą z zakresu najczęściej występujących zaburzeń odżywiania, uwzględniając przyczyny, objawy, leczenie, skutki oraz profilaktykę tych zaburzeń.
- **C2.** WYROBIENIE UMIEJĘTNOŚCI KRYTYCZNEJ OCENY WIEDZY ŻYWIENIOWEJ PRZEKAZYWANEJ PRZEZ ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU.
- **C3.** WYROBIENIE UMIEJĘTNOŚCI SKUTECZNEJ PRACY Z FORMUŁAMI/NARZĘDZIAMI DIET COACHINGU.

4.2. Treści programowe

Wykłady

1. Wpływ sposobu odżywiania na powstawanie chorób.
2. Rola odżywiania się w leczeniu chorób. Znaczenie troski o zdrowie.
3. Pomiar sposobu żywienia. Wybory żywieniowe.
4. Poznawcze modele wyborów żywieniowych.
5. Psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych.
6. Znaczenie wymiarów ciała. Znaczenie płci.
7. Sposób przedstawiania kobiet i mężczyzn w mediach.
8. Przemysł związany z odchudzaniem.
9. Dieta i przejadanie się.
10. Konsekwencje stosowania diety.
11. Problemy związane z teorią ograniczeń dietetycznych.
12. Wpływ precyzyjnego formułowania celu pracy dietetycznej na skuteczność zbudowania modelu zdrowego odżywiania.
13. Budowanie motywacji wewnętrznej.
14. Wpływ błędnych przekonań żywieniowych na utrwalenie negatywnych wzorców żywienia.

Ćwiczenia

1. Anoreksja – przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka.
2. Bulimia - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka.
3. Jedzenie kompulsywne - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka.
4. Niedożywienie organizmu - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka.
5. Zespół metaboliczny - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka.
6. Planowanie i realizacja edukacji prozdrowotnej u młodzieży z zaburzeniami odżywiania.
7. Praktyczne zastosowanie formuł pracy coachingowej.

4.3. Efekty uczenia się realizowane w ramach przedmiotu (zajęć)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Student, który zaliczył przedmiot (zajęcia)	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
------------------------------	---	---

w zakresie wiedzy:

W01	Posiada wiedzę dotyczącą wpływu sposobu odżywiania na powstawanie chorób oraz roli odżywiania się w leczeniu chorób. Potrafi omówić poznawcze i psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych.	DI1P_W07
W02	Student posiada wiedzę dotyczącą konsekwencji stosowania diet oraz problemów związanych z teorią ograniczeń dietetycznych.	DI1P_W06

w zakresie umiejętności:

U01	Potrafi omówić poznawcze i psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych.	DI1P_U05
U02	Posiada umiejętności krytycznej oceny wiedzy żywieniowej przekazywanej przez środki masowego przekazu.	DI1P_U10

w zakresie kompetencji społecznych:

K01	Aktywnie uczestniczy w dyskusji i edukacji prozdrowotnej u młodzieży z zaburzeniami odżywiania.	DI1P_K04
K02	Ma świadomość potrzeby dokształcania i samodoskonalenia przez całe życie.	DI1P_K05

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się realizowanych w ramach przedmiotu (zajęć)

Sposób weryfikacji (+/-)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Kolokwium	Aktywność na zajęciach	Praca własna
------------------------------	-----------	------------------------	--------------

Forma zajęć

1: 2:	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)
W01	+	+	+			
W02	+	+	+			
U01		+		+		+
U02		+		+		+
K01		+		+		+
K02				+		+

Adnotacja. 1: forma zajęć; 2: efekty uczenia się

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć:

WYKŁAD (W) (w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

Ocena	Kryterium oceny
3,0	61-68% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
3,5	69-76% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
4,0	77-84% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.

4,5	85-92% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
5,0	93-100% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.

Forma zajęć:

ĆWICZENIA (C) (w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

Ocena	Kryterium oceny
3,0	61-68% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
3,5	69-76% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
4,0	77-84% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
4,5	85-92% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
5,0	93-100% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.

5. Bilans punktów ECTS – nakład pracy studenta

Kategoria	Obciążenie studenta: studia stacjonarne	Obciążenie studenta: studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA (GODZINY KONTAKTOWE)	35	25
Udział w wykładach	15	10
Udział w ćwiczeniach	20	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA (GODZINY NIEKONTAKTOWE)	40	50
Przygotowanie do wykładu	10	15
Przygotowanie do ćwiczeń	30	35
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot (zajęcia)	3	3

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

.....