

KARTA PRZEDMIOTU (ZAJĘĆ)

Kod przedmiotu (zajęć): 0915.4.DI2.B/C.PŻ

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku polskim: Profilaktyka żywieniowa

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku angielskim: Nutritional prevention

1. Usytuowanie przedmiotu (zajęć) 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 (zajęć)	dr inż. Kamila Sobaś
1.6. Kontakt	kamila.sobas@ujk.edu.pl

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu (zajęć)

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 (zajęć)

3.1. Forma zajęć	Wykład/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: wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny, dyskusja. Ćwiczenia: ćwiczenia praktyczne, dyskusja, flipped education, czyli kształcenie odwrócone.
3.5.a. Wykaz literatury podstawowej	1. Jarosz M. Dietetyka. Żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. Instytut Żywności i Żywienia, Warszawa, 2017. 2. Włodarek D., Lange E. Współczesna dietoterapia. PZWL, Warszawa, 2022. 3. Ostrowska L. Dietetyka – kompendium. PZWL, Warszawa, 2020.
3.5.b. Wykaz literatury uzupełniającej	1. Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H. Normy żywienia dla populacji Polski. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa, 2024. 2. Chmurzyńska A. Nutrigenomika. PZWL, Warszawa, 2022. 3. Contento I. Edukacja żywieniowa. PWN, Warszawa, 2018. 4. Ostrowska L. Dietetyka kobiet i mężczyzn. PZWL, Warszawa, 2024. 5. Szostak-Węgierek D. Żywienie osób starszych. PZWL, Warszawa, 2020. 6. Stachowska E. Żywienie w zaburzeniach mikrobioty jelitowej. PZWL, Warszawa, 2021.

4. treści i efekty uczenia się

4.1. Cele przedmiotu (zajęć)

Wykłady

- **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

Wykłady

1. Metody profilaktyki żywieniowej dla różnych grup ludności.
2. Profilaktyka żywieniowa jako metoda zapobiegania chorobom.
3. Nowości i kontrowersje w dietetyce (np. chronodieta).
4. Żywność w geriatric (teoria starzenia, dieta długowieczności).

Zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

4. Prewencja i leczenie choroby uchyłkowej jelit.
5. Żywieniowe determinanty wpływające na płodność kobiet i mężczyzn.

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. 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	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 efektów uczenia się realizowanych w ramach przedmiotu (zajęć)

Sposób weryfikacji (+/-)

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

Forma zajęć

1: 2:	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)	Wykład (W)	Ćwiczenia (C)
W01	+									+
W02	+									+
W03	+					+		+		+
U01				+		+		+		+
U02				+		+		+		+
K01				+		+		+		

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	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
4,0	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.
5,0	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z kolokwium.

Forma zajęć:

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

Ocena	Kryterium oceny
3,0	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.
4,0	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.
5,0	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów ze sprawozdań z poszczególnych ćwiczeń realizowanych w grupie i ocenionej pracy własnej oraz aktywności studenta.

5. punktów ECTS – nakład pracy studenta

Kategoria	Obciążenie studenta: studia stacjonarne	Obciążenie studenta: studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA (GODZINY KONTAKTOWE)	40	30
Udział w wykładach	15	20
Udział w ćwiczeniach	15	10
Inne (zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)	10	-
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA (GODZINY NIEKONTAKTOWE)	35	45
Przygotowanie do wykładu	25	30
Przygotowanie do ćwiczeń	10	15
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)

.....