Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Nysie

Instytut Nauk o Zdrowiu

Opis modułu kształcenia

Nazwa modułu (przedmiotu)	**Podstawy żywienia**	**Kod podmiotu**	S-DIET-I-P-DK-PODZ_III
Kierunek studiów	Dietetyka		
Profil kształcenia	praktyczny		
Poziom studiów	pierwszego stopnia		
Specjalność	dietetyka kliniczna		
Forma studiów	stacjonarne		
Semestr studiów	IV		

Tryb zaliczenia przedmiotu	Egzamin	**Liczba punktów ECTS**						Sposób ustalania oceny z przedmiotu
		Całkowita	5	Zajęcia kontaktowe	2,5	Zajęcia praktyczne	3	

Formy zajęć i inne	**Liczba godzin zajęć w semestrze**			**Sposoby weryfikacji efektów kształcenia w ramach form zajęć**	Waga w %
	Całkowita	Pracy studenta	Zajęcia kontaktowe		
Wykład	60	30	30	Egzamin pisemny z materiału wykładowego	60
Ćwiczenia	90	45	45	Kolokwium zaliczeniowe na koniec semestru. Przygotowanie prezentacji dotyczącej realizowanych zagadnień. Przedstawienie publikacji naukowej dotyczącej realizowanych zagadnień	40
Razem:	150	75	75	Razem	100 %

Kategoria efektów	**Lp.**	**Efekty kształcenia dla modułu (przedmiotu)**	**Sposoby weryfikacji efektu kształcenia**	**Efekty kierunkowe**	**Formy zajęć**
Wiedza	1.	Posiada wiedzę o błędach żywieniowych młodzieży i ich wpływie na rozwój chorób dietozależnych	Egzamin pisemny na koniec semestru	K_W13 K_W15 K_W21	wykład
	2.	Posiada wiedzę o racjonalnym żywieniu ludzi dorosłych, dietach śródziemnomorskiej i alternatywnych	Egzamin pisemny na koniec semestru	K_W08 K_W07	wykład
	3.	Zna zalecenia dla kobiet w ciąży i karmiących, osób starszych i uprawiających różne dyscypliny sportowe	Egzamin pisemny na koniec semestru	K_W15 K_W25	wykład
Umiejętności	1.	Potrafi zaplanować i wdrożyć prawidłowe żywienie dla odpowiedniej grupy ludności	Przygotowanie prezentacji dotyczącej realizowanych zagadnień	K_U11 K_U12, K_U13 K_U15,	ćwiczenia
	2.	Potrafi udzielać porady dietetycznej i pracować w zespole wielodyscyplinarnym	Przedstawienie publikacji naukowej dotyczącej realizowanych zagadnień	K_U01 K_U02	ćwiczenia
	3.	Potrafi wdrożyć edukację żywieniową dla osób zdrowych	Przygotowanie prezentacji dotyczącej realizowanych zagadnień	K_U01 K_U02 K_U03	ćwiczenia
	4.	Dokonuje podziału ludności zależnie od wieku płci i aktywności, charakteryzuje procesy rozwoju osobniczego dla określonej grupy	Przedstawienie publikacji naukowej dotyczącej realizowanych zagadnień	K_U11 K_U12, K_U13 K_U15	ćwiczenia
Kompetencje społeczne	1.	Bierze odpowiedzialność za swoje działania i właściwie organizuje pracę własną	Przygotowanie prezentacji dotyczącej realizowanych zagadnień, dyskusja, obserwacje	K_K06	ćwiczenia

Prowadzący

Forma zajęć	Prowadzący zajęcia (tytuł/stopień naukowy, imię i nazwisko)
Wykład	dr hab. inż. Joanna Wyka, prof. PWSZ w Nysie
Ćwiczenia	dr inż. Marzena Zołoteńka-Synowiec

Treści kształcenia

Wykład	Metody dydaktyczne	wykład

L.p.	Tematyka zajęć	Liczba godzin
1.	BŁĘDY ŻYWIENIOWE MŁODZIEŻY SZKOLNEJ	5
2.	PODSTAWY RACJONALNEGO ŻYWIENIA LUDZI DOROSŁYCH. DIETA ŚRÓDZIEMNOMORSKA	5
3.	ALTERNATYWNE SPOSOBY ŻYWIENIA NIEKTÓRYCH GRUP LUDNOŚCI – NA PRZYKŁADACH	5
4.	ZASADY ŻYWIENIA KOBIET W OKRESIE PROKREACYJNYM, CIĄŻY I KARMIĄCYCH	5
5.	ZASADY ŻYWIENIA LUDZI STARSZYCH	5
6.	ZASADY ŻYWIENIA ZGODNE Z DYSCYPLINĄ SPORTOWĄ	5
	Razem liczba godzin:	**30**

Ćwiczenia	Metody dydaktyczne	Ćwiczenia tablicowe

L.p.	Tematyka zajęć	Liczba godzin
1.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA MŁODZIEŻY 13-15 LAT	6
2.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA MŁODZIEŻY 16-20 LAT	3
3.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA MĘŻCZYZN 21-64 LAT (PRACA LEKKA I UMIARKOWANIE CIĘŻKA)	3
4.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA MĘŻCZYZN 21-64 LAT (PRACA CIĘŻKA I BARDZO CIĘŻKA)	3
5.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA KOBIET 21-59 LAT (PRACA LEKKA, UMIARKOWANIE CIĘŻKA I CIĘŻKA)	3
6.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA KOBIET CIĘŻARNYCH I KARMIĄCYCH	6
7.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA LUDZI W PODESZŁYM WIEKU (MĘŻCZYZNI 65-75 LAT)	3
8.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA LUDZI W PODESZŁYM WIEKU (MĘŻCZYZNI POWYŻEJ 75 LAT)	3
9.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA LUDZI W PODESZŁYM WIEKU (KOBIETY 60-75 LAT)	3
10.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA LUDZI W PODESZŁYM WIEKU (KOBIETY POWYŻEJ 75 LAT)	3
11.	PLANOWANIE JADŁOSPISÓW DLA SPORTOWCÓW	6
12.	Zaliczenie	3
	Razem liczba godzin:	**45**

Literatura podstawowa:

1	Żywienie osób w wieku starszym, M. Jarosz, PZWL 2008
2	Żywienie kobiet w ciąży. Porady lekarzy i dietetyków. D. Szostak-Węgierek, A. Cichocka, PZWL 2006
3	Zdrowa dieta śródziemnomorska. Szostak W.B, Cichocka A., Cybulska B, Agencja Wyd. Comes 2001
4	Dietetyczno-treningowe wspomaganie zdrowia i sprawności fizycznej. A. Zają c, Z. Waśkiewicz. AWF Katowice, 2001
5	Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka. A. Jaskólski AWF Wrocław, 2002

Literatura uzupełniająca:

1	Bromatologia zarys nauki o żywności i żywieniu. H. Gertig, J. Przysławski, PZWL 2006
2	Żywność a zdrowie i prawo, H. Gertig, G. Duda, PZWL 2004

....

Koordynator modułu (przedmiotu) — podpis

Dyrektor Instytutu — pieczęć i podpis