

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: NIE WYPEŁNIAMY						
Moduł: Wykład ogólnouczeniowy						
Nazwa przedmiotu: Dietetyka - fakty i mity (OGÓLNOUCZELNIANE)					Kod przedmiotu: [uzupełnione automatycznie przez system]	
Nazwa kierunku: NIE WYPEŁNIAMY						
Forma studiów: niestacjonarne		profil studiów: NIE WYPEŁNIAMY			Specjalność: NIE WYPEŁNIAMY	
Status przedmiotu: fakultatywny				Język przedmiotu: semestr: 3 – język		
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wykład	10		ZO	1
Razem			10			1
Koordynator przedmiotu:		dr inż. Anna Krajewska-Pędzik				
Prowadzący zajęcia:		dr inż. Anna Krajewska-Pędzik				
Cele przedmiotu:		Celem zajęć jest zapoznanie studenta z podstawami nauki o żywieniu człowieka, w tym z aktualnym systemem dietetycznym oraz z wybranymi faktami i najczęstszymi mitami w dziedzinie bromatologii.				
Wymagania wstępne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SIĘ						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Student zna podstawowe wyznaczniki zdrowego stylu życia poprzez <u>właściwe odżywianie.</u>		NIE UZUPEŁNIAMY	
	2	EP2	Student zna działania dietetyczno-profilaktyczne stosowane wobec jednostki i grupy.		jw.	
			jw.	
umiejętności	1	EP3	Student posiada umiejętności planowania i projektowania prawidłowego schematu żywienia z uwzględnieniem obowiązujących		jw.	
	2	EP4			jw.	
			jw.	
kompetencje społeczne	1	EP5	Student jest gotów zadbać o własne zdrowie i bliskich poprzez wdrażanie programów dotyczących zasad racjonalnego odżywiania.		jw.	
	2	EP6			jw.	
			jw.	
TREŚCI PROGRAMOWE					Liczba godzin	
					Semestr	w tym e-learning
Przedmiot:						
Forma zajęć: wykład						
Podstawowe zagadnienia z zakresu dietetyki, jej cele oraz aktualny system dietetyczny. Dietetyczne trendy 2022 roku.					2	

2. Najlepsze diety świata – aktualny ranking.		1			
3. Comfort food. Ukryte źródła cukru.		1			
4. Dieta dla mózgu. Jedzenie na lepsze myślenie. Co jeść podczas uczenia się? Interakcje leków z żywnością.		2			
5. Stereotypy żywieniowe, popularne stereotypy dotyczące żywienia.		2			
6. Nawodnienie organizmu. Rekomendacje zapotrzebowania na wodę. Herbata niczym lekarstwo.		1			
7. Budowanie odporności – zalecenia.		1			
Metody kształcenia	Wykład				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	ZAJECIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJE)				
	KOŁOKWIUM PISEMNE				
Forma i warunki zaliczenia					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Wykłady: zaliczenie wykładów na podstawie oceny z kolokwium.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	Dietetyka – fakty i mity		nieobliczana	
	3	Dietetyka – fakty i mity (wykład)	zaliczenie z oceną		
Literatura podstawowa	1. Nowe trendy w dietetyce, praca zbiorowa, pod redakcją naukową Prof. K. Krzystyniaka, Medyk 2020. 2. Podstawy żywienia i dietoterapią. Gajewska D., Peckenpaugh N.J. Edra Urban & Partner, 2015				
Literatura uzupełniająca	aktualne publikacje naukowe polsko i angielskojęzyczne				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		w tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		10			
Udział w egzaminie/zaliczeniu		1			
Przygotowanie się do zajęć		3			
Studiowanie literatury		3			
Udział w konsultacjach		2			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		3			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		3			
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.		25			
Liczba punktów ECTS		1			