

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: stacjonarne | | 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 | 15 | | ZO | 1 |
| Razem | | | 15 | | | 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 właściwe odżywianie. | | | 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 norm. | | | 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 | | | | | Semestr | Liczba godzin |
| | | | | | | w tym e-learning |
| Przedmiot: | | | | | | |

| | | | | |
|---|--|-----------------------------------|--------------------|---|
| Forma zajęć: wykład | | | | |
| 1. Podstawowe zagadnienia z zakresu dietetyki, jej cele oraz aktualny system dietetyczny. Dietetyczne trendy 2022 roku. | 2 | | | |
| 2. Najlepsze diety świata – aktualny ranking. | 2 | | | |
| 3. Comfort food. Ukryte źródła cukru. | 2 | | | |
| 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. | 4 | | | |
| 6. Nawodnienie organizmu. Rekomendacje zapotrzebowania na wodę. Herbata niczym lekarstwo. | 2 | | | |
| 7. Budowanie odporności – zalecenia. | 1 | | | |
| Metody kształcenia | Wykład, prezentacja multimedialna, praca indywidualna studenta, dyskusja, „burza mózgów” i/lub zajęcia warsztatowe. | | | |
| Metody weryfikacji efektów uczenia się | | | | Nr efektu uczenia się z sylabusa |
| | ZAJĘCIA 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 |
| | 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 dietoterapii. Gajewska D., Peckenpaugh N.J. Edra Urban & Partner, 2015 | | | |
| Literatura uzupełniająca | aktualne publikacje naukowe polsko i anglojęzyczne | | | |
| NAKŁAD PRACY STUDENTA | | | | |
| | Liczba godzin | | | |
| | | w tym e-learning | | |
| Zajęcia dydaktyczne | 15 | | | |
| Udział w egzaminie/zaliczeniu | 1 | | | |
| Przygotowanie się do zajęć | 1 | | | |
| Studiowanie literatury | 1 | | | |
| Udział w konsultacjach | 2 | | | |
| Przygotowanie projektu / eseju / itp. | 2 | | | |
| Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia | 3 | | | |
| ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz. | 25 | | | |
| Liczba punktów ECTS | 1 | | | |