

*Akademia Wychowania Fizycznego  
Józefa Piłsudskiego w Warszawie*

<b>PRZEDMIOTY KIERUNKOWE</b>	nr w planie studiów	ECTS
<b>Promocja zdrowia i higiena</b>	<b>22</b>	<b>3</b>

Profil kształcenia	<b>ogólnoakademicki</b>	
Wydział / Kierunek	<b>Wychowanie Fizyczne / Wychowanie Fizyczne</b>	
Jednostka organizacyjna	<b>Zakład Antropologii i Promocji Zdrowia</b>	
Poziom studiów	<b>II<sup>o</sup></b>	
Rok, semestr	<b>II rok, sem. 4</b>	
Język wykładowy	<b>Polski</b>	
Tryb studiów	<b>stacjonarne</b>	<b>niestacjonarne</b>
Forma zajęć: wykłady / ćwiczenia	<b>30 / -</b>	<b>18 / -</b>
Forma zaliczenia	<b>Zo4</b>	
Charakter zajęć	<b>obligatoryjny</b>	

### CELE PRZEDMIOTU

Pogłębienie wiedzy w zakresie zdrowia, identyfikowanie własnych problemów zdrowotnych oraz ich rozwiązywanie, ochrona zdrowia innych ludzi i tworzenia zdrowego środowiska. Doskonalenie przygotowania do realizacji edukacji zdrowotnej w reformowanej szkole, na wszystkich etapach kształcenia, a także do pracy z innymi grupami ludzi w zakresie promocji zdrowia. Kreowanie postaw gwarantujących stosowanie zasad higieny, zdrowego stylu życia, skuteczną pielęgnację zdrowia, zapobieganie chorobom, diagnozowanie zagrożeń. Pobudzanie pozytywnego zainteresowania sprawami zdrowia przez epizodyczne i systematyczne wzbogacanie i pogłębianie wiedzy o własnym organizmie i rozwoju, a także o prawach rządzących zdrowiem.

Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	<b>Przedmiotowe efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P_W), umiejętności (P_U) i kompetencji społecznych (P_S)</b>	Odniesienie do efektów obszarowych
KW_01	<b>PW_01.</b> Analizuje i ocenia procesy, związki i przyczyny zmian zachodzących w organizmie człowieka powstałe w wyniku określonych zachowań zdrowotnych i czynników środowiskowych, zna programy zdrowotne krajowe i zagraniczne	M2_W04
KW_08	<b>PW_02.</b> Rozumie i objaśnia rolę aktywności fizycznej i racjonalnego żywienia w zachowaniu zdrowia przez człowieka	M2_W06
KU_10	<b>PU_01.</b> Opracowuje programy edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia dla uczniów na różnych etapach kształcenia i dla innych grup społecznych	M2_U05
KK_08	<b>PS_01.</b> Propaguje zachowania prozdrowotne i higieniczne w działalności pedagogicznej i w środowisku lokalnym	M2_K09
KK_10	<b>PS_02.</b> Jest chętny i świadomy konieczności uaktualniania wiedzy w zakresie promocji zdrowia i higieny	M2_K01 M2_K02

### LITERATURA

podstawowa	Charzewska J., Rogalska-Niedźwiedz M.: Potrzeby żywieniowe dzieci i młodzieży w wieku szkolnym, Cz.IV,rozd.1, w Zasady prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży, IŻŻ, Warszawa, 2008. Jarosz M.(red.): Otyłość, żywienie, aktywność fizyczna a zdrowie Polaków, Wyd. Inst. Żywn. i Żywienia, Warszawa 2006. Jarosz M.(red. ): Suplementy diety a zdrowie, Instytut Żywności i Żywienia poleca, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2008. Karski J: Polityka zdrowotna samorządu terytorialnego. CeDeWu, Warszawa 2009. Kolarzyk E: Wybrane problemy higieny i ekologii człowieka. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
------------	--

*Akademia Wychowania Fizycznego  
Józefa Piłsudskiego w Warszawie*

	<p>Monografia zbiorowa pod red. Cendrowski i wsp.: Aktywność fizyczna a otyłość. Profilaktyka, psychika, estetyka. Aktywność fizyczna, Toruń 2008.</p> <p>Oblacińska A., Jodkowska M.: Otyłość u polskich nastolatków, epidemiologia, styl życia, samopoczucie, Wyd. Inst. Matki i Dziecka, Warszawa 2007.</p>
uzupełniająca	<p>Bartkowiak G.: Czynniki kształtujące zachowania zdrowotne człowieka na przestrzeni życia. Teoria i praktyka. AM Poznań, Poznań 2008.</p> <p>Siemiński M.: Środowiskowe zagrożenia zdrowia. Wyd. Naukowe PWN. Warszawa 2001.</p> <p>Karski J. Postępy promocji zdrowia. Przegląd międzynarodowy. CeDeWu, Warszawa, 2008</p> <p>Czaplicki Z. Aktywność fizyczna a otyłość. Profilaktyka, psychika, estetyka. Wyd. Enea Communication, Toruń 2008.</p>

Wydział Wychowania Fizycznego