

Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie

PRZEDMIOTY KIERUNKOWE	nr w planie studiów	ECTS
Wykład monograficzny – nauki przyrodnicze	24	4

Profil kształcenia	ogólnoakademicki	
Wydział / Kierunek	Wychowanie Fizyczne / Wychowanie Fizyczne	
Jednostka organizacyjna	Katedra Nauk Biomedycznych	
Poziom studiów	II^o	
Rok, semestr	II rok, sem. 4	
Język wykładowy	polski	
Tryb studiów	stacjonarne	niestacjonarne
Forma zajęć: wykłady / ćwiczenia	30 / 0	18 / 0
Forma zaliczenia	Zo4	
Charakter zajęć	fakultatywny	

CELE PRZEDMIOTU

Przedstawienie zagadnień uznanych za priorytetowe w skali zdrowia publicznego w Europie i w Polsce. Nawiązanie do celów strategii Światowej Organizacji Zdrowia dotyczącej potrzeby zwiększenia aktywności ruchowej i poprawy żywienia. Rola aktywności fizycznej w opracowaniu nowych norm żywienia człowieka oraz w formułowaniu zasad zdrowego stylu życia i zdrowego żywienia. Zapoznanie studentów z rolą racjonalnego żywienia w warunkach spoczynku i podczas wysiłku fizycznego. Przedstawienie zagadnień dotyczących zachowań prozdrowotnych.

Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Przedmiotowe efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P_W), umiejętności (P_U) i kompetencji społecznych (P_S)	Odniesienie do efektów obszarowych
K_W01	P_W 01 Posiada wiedzę dotyczącą wprowadzanych przez WHO prozdrowotnych strategii dotyczących zdrowia publicznego.	M2_W01 M2_W02 M2_W04
K_W01 K_W08 K_W09	P_W 02 Student zidentyfikuje rolę braku aktywności ruchowej i nieprawidłowości w żywieniu w rozwoju najczęstszych chronicznych chorób. P_W 03 Wskaże na konsekwencje nieprawidłowego żywienia i bierności fizycznej dla rozwoju fizycznego i stanu zdrowia dzieci i młodzieży. P_W 04 Zidentyfikuje nowe zagrożenia dla rozwoju i stanu zdrowia młodego pokolenia.	M2_W01 M2_W02 M2_W04 M2_W07 M2_W08
K_U01	P_U01 Potrafi dobrać odpowiednią dietę suplementację.	M2_U02,07, 08
K_K01	P_S01 Działa aktywnie w zakresie promocji zachowań prozdrowotnych na terenie szkoły i innych instytucji społecznych	M2_K08 M2_K09

LITERATURA

podstawowa	Praktyczny Podręcznik Dietetyki, red.nauk. M.Jarosz, Wyd. Min.Zdr.i Int.Żywn. i Żywienia, Warszawa, 2010. Normy Żywienia Człowieka, Podstawy prewencji otyłości i Chorób niezakaźnych, red.nauk. M. Jarosz i B. Bułhak-Jachymczyk, Wyd.Wyd.Lekars.PZWL, Warszawa, 2008. Znowelizowane w roku 2012 Normy Żywienia Człowieka, www.izz.waw.pl Górski J. (red.) Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2001. Dobrzańska A.i Zesp. Ekspertów: Polskie zalecenia dotyczące profilaktyki niedoborów witaminy D-rok2009, w Standardy Medyczne / pediatria, Nr 6, tom 6, 2009. lub w Pol Merk Lek 2010, 28, 164: 130-133.
uzupełniająca	Bieżący przegląd aktualnego piśmiennictwa w czasopismach, dotyczący poruszanych zagadnień.