

Przedmiot: Dietetyka

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział Wychowania Fizycznego Katedra Podstaw Fizjoterapii Kierownik: dr hab. prof. AWF Katarzyna Kaczmarczyk
Nazwa przedmiotu	Dietetyka
Kod przedmiotu	TZ-I-66
Język wykładowy	polski
Rodzaj przedmiotu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Poziom (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	I stopnia
Rok studiów	II
Semestr (zimowy, letni)	letni
Liczba punktów ECTS	1
Imiona i nazwiska prowadzących zajęcia	dr Beata Wojtyczek beata.wojtyczek@awf.edu.pl
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	Terapia Zajęciowa
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	Stacjonarny
Wymaganie wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji oraz dodatkowe	Wymagania wstępne. Przed przystąpieniem do przedmiotu student posiada wiedzę, umiejętności i kompetencje z zakresu: Podstawy anatomii, fizjologii człowieka, biologii medycznej, biochemii, biofizyki: ✓ Podstawowe informacje o budowie ciała ludzkiego w tym przewodu pokarmowego ✓ Fizjologia przewodu pokarmowego ✓ Podstawowe wiadomości dotyczące przemian biochemicznych ✓ Podstawy biologii komórki

Informacje szczegółowe

Cele przedmiotu

C1	Przekazanie studentowi wiedzy z zakresu podstaw nowoczesnej dietetyki i jej roli w zachowaniu zdrowia i leczeniu współczesnego człowieka
C2	Nabycie przez studenta umiejętności korzystania i szukania współczesnej naukowej wiedzy z zakresu żywienia i dietetyki
C3	Uświadomienie potrzeby współpracy dietetyka z zespołem leczącym oraz nabycie umiejętności zaplanowania i oceny właściwego sposobu żywienia
C4	Reprezentowanie przez studenta postawy afirmującej prawidłowy sposób żywienia, pogłębiania zmieniającej się wiedzy w tym zakresie oraz wspierania działań w swoim środowisku dotyczących roli żywienia w zachowaniu zdrowia

Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu

Efekt uczenia się kierunkowy	Efekty uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do celów	Charakterystyki drugiego stopnia PRK
Wiedza			
K_W11 Zna podstawowe pojęcia opisujące stan zdrowia populacji. Posiada wiedzę na temat chorób cywilizacyjnych, patologii społecznych i niepełnosprawności, w ujęciu epidemiologicznym, oraz zna metody działań prewencyjnych i promocji zdrowia.	1. Zna zasady prawidłowego żywienia człowieka, definiuje żywienia dietetyczne, 2. Potrafi scharakteryzować wybrane diety dotyczące najczęściej występujących przewlekłych chorób niezakaźnych, 3. Zna zagrożenia wynikające ze stosowania alternatywnych sposobów żywienia	C1	P6S_WG
Umiejętności			
K_U28 Potrafi podjąć działania ukierunkowane na edukację zdrowotną i promocję zdrowia, oraz współpracować w zakresie prewencji chorób cywilizacyjnych, niepełnosprawności, patologii społecznych i wykluczenia społecznego.	1. Umie oceniać sposób żywienia i dobór diety 2. Potrafi wyjaśnić związek między sposobem żywienia a stanem zdrowia i występowaniem chorób dieto- zależnych 3. Potrafi wyszukiwać prawidłowe źródła wiedzy z zakresu racjonalnego żywienia i leczenia dietetycznego	C3, C2,	P6S_UO

Kompetencje społeczne			
K_P05, K_P07 K_P09, K_P12	1. Wspiera działania związane z realizacją prawidłowego sposobu żywienia i rozpowszechniania wiedzy w tym zakresie 2. Jest chętny do pogłębiania wiedzy dotyczącej tematyki żywieniowej	C4	P6S_KK P6S_UK P6S_KR

Treści programowe

Ćwiczenia		
TP1,2	Historyczne i aktualne pojęcie „diety”. Miejsce dietetyki w naukach żywieniowych oraz w medycynie profilaktycznej i leczniczej. Informacje i literatura dotycząca problematyki żywieniowej. Normy żywienia człowieka. Zasady racjonalnego żywienia. Zalecane techniki kulinarne. Dieta śródziemnomorska.	K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP3,4	Sposób żywienia i stan odżywienia. Charakterystyka składników odżywczych. trawienie i wchłanianie. Metabolizm. Energetyka pożywienia. Wartość odżywcza i jakość zdrowotna żywności. Suplementy żywności.	K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP5,6	Żywność gmo. Zanieczyszczenia. Substancje antyodżywcze w żywności. Alergeny żywności. Żywność funkcjonalna w tym probiotyczna. Znakowanie żywności.	K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP7,8	Zalety i zagrożenia zdrowotne diet alternatywnych jak wegetarianizm, dieta atkinsa, kwaśniowskiego i innych tzw modnych diet.	K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP9,10	Choroby dietozależne i choroby cywilizacyjne jako przewlekłe choroby niezakaźne. Rola diety w profilaktyce i leczeniu chorób układu krążenia na podłożu miażdżycy, chorób nowotworowych i chorób zwyrodnieniowych narządu ruchu.	K_U28/1,2 K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,

TP11,12	Charakterystyka i zastosowanie zasadniczych diet leczniczych w profilaktyce i terapii chorób.	K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP13,14,15	Zasady tworzenia i oceny różnych jadłospisów	K_U28/1,2 K_W11/1,2 , K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,

Planowane formy/działania/metody dydaktyczne		
Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów uczenia się kierunkowych/ przedmiotowych
TP1-8	Ćwiczenia z wykorzystaniem metod interaktywnych.	K_W11/1,2, K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,
TP9-TP 10	Metody interaktywne-praca w grupach-ocena jakościowa przykładowych diet	K_W11/1,2, K_P05/1,2, K_U28
TP13- TP15	Metoda problemowa-tworzenie przykładowych jadłospisów	K_U28/1,2, K_P05/1,2, K_P09/1,2
Środki dydaktyczne: Komputer, rzutnik, prezentacje tematyczne, materiały edukacyjne, plakaty informacyjne, artykuły naukowe		

Metody i kryteria oceniania		
Efekt uczenia się dla przedmiotu	Treści programowe (TP)	Typy/ Metody oceniania D – oceniane diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące *

		lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
K_W11/1,2, K_U28/1,2, K_P05/1,2, K_P09/1,2, K_P12/1,2,	TP1- TP15	F –sprawdzian pisemny

*D – ocena przypadku, rozpoznanie , F – sprawdzian pisemny, dyskusja , obserwacja , P - egzamin pisemny lub wybór z załączonej walidacji wyników.

Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe
Literatura obowiązkowa: 1. Włodarek D.: Dietetyka. Wyd. Format AB. Warszawa 2005. 2. Sa`eed B., Gajewska D., Kozłowska L., Lange E., Myszkowska-Ryciak J.: Dietoterapia 1. Wyd. SGGW Warszawa 2009. 3. Bujko J.: Podstawy dietetyki. Wyd. SGGW Warszawa 2006. 4. Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2009. 5. Jarosz M.: Praktyczny podręcznik dietetyki. Instytut żywności i żywienia, Warszawa 2010. 6. Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B. (red.): Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych. Instytut Żywności i Żywienia. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 2008.
Literatura uzupełniająca: 1. Hasik J., Hryniewiecki L., Grzymisławski M.: Dietetyka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 1999. 2. Gawęcki J., Roszkowski W.: Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2009. 3. Hasik J., Gawęcki J.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Tom 2. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2004. 4. Gawęcki J., Libudzisz Z. (red.): Mikroorganizmy w żywności i żywieniu. Wyd. Akademii Rolniczej w Poznaniu. Poznań 2006.

Punkty ECTS (1 pkt - 30 godz. pracy studenta)

RODZAJ ZAJĘĆ	GODZINY
Godziny kontaktowe	15
Przygotowanie do zajęć	5
Zapoznanie się z zalecaną literaturą	5
Przygotowanie jadalospisu	5
Razem = 30 godz. = 1 ECTS	