

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2016/2017

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Zarządzanie Ośrodkami SPA

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Dietetyka i organizacja żywienia
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ANSP5
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
3	10	10	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cel1 Zapoznanie z podstawami dietetyki oraz organizacji żywienia indywidualnego i zbiorowego

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

1 Podstawy biochemii i fizjologii człowieka Podstawy żywienia człowieka

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Posiada rozszerzoną wiedzę w zakresie biochemicznych i fizjologicznych podstaw żywienia człowieka i dietetyki oraz żywieniowych uwarunkowań stanu zdrowia

EK2 Wiedza: Posiada rozszerzoną wiedzę w zakresie zaleceń żywieniowych i planowania żywienia człowieka zdrowego i chorego oraz organizacji żywienia zbiorowego w ośrodkach SPA i innych jednostkach

EK3 Wiedza: Zna terminologię w zakresie żywienia, dietetyki i organizacji żywienia

EK4 Wiedza: Potrafi dokonać ilościowej i jakościowej oceny sposobu żywienia człowieka zdrowego i chorego

EK5 Wiedza: Potrafi opracować racje pokarmowe z uwzględnieniem zaleceń i norm żywieniowych w żywieniu indywidualnym i zbiorowym

EK6 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy żywieniowej i dbałość o zdrowy sposób żywienia

EK7 Kompetencje społeczne: Jest zdolny do rozwiązywania niektórych problemów zdrowotnych poprzez podejmowanie racjonalnych wyborów żywieniowych

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Przegląd alternatywnych modeli żywieniowych w kontekście analizy założeń i zaleceń tzw. modnych diet. Wartość odżywcza i zdrowotne konsekwencje stosowania diet nefizjologicznych.	2
W2	Zasady planowania racjonalnego żywienia dla różnych grup ludności. Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia. Poradnictwo żywieniowe.	2
W3	Diety lecznicze - klasyfikacja, charakterystyka i zastosowanie.	1
W4	Żywnienie w prewencji, etiologii i leczeniu wybranych chorób dietozależnych.	3
W5	Zasady i organizacja żywienia zbiorowego i żywienia w szpitalach.	2
	RAZEM	10

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Charakterystyka wartości odżywczej grup produktów spożywczych.	2
C2	Piramidy żywieniowe - analiza aktualnych zaleceń racjonalnego odżywiania.	2
C3	Założenia diety ubogoenergetycznej. Metodyka planowania racjonalnej diety redukcyjnej- strategie dietetyczne.	2
C4	Planowanie diety w hiperlipidemii i nadciśnieniu tętniczym i innych chorobach dietozależnych - opracowywanie propozycji jadłospisów.	4
	RAZEM	10



7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Praca w grupach

M2 Wykłady

M3 Projekty

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	20
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	0
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Odpowiedź ustna
F2	Projekt zespołowy
F3	Aktywność na zajęciach

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Zaliczenie pisemne
----	--------------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	aktywny udział w ćwiczeniach, złożenie poprawnych projektów, pozytywny wynik testu pisemnego
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	50% prawidłowych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	75% prawidłowych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	90% prawidłowych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	50% prawidłowych odpowiedzi
NA OCENĘ 4	75% prawidłowych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	90% prawidłowych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	50% prawidłowych odpowiedzi



NA OCENĘ 4	75% prawidłowych odpowiedzi
NA OCENĘ 5	90% prawidłowych odpowiedzi
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	50% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	50% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	deklarowanie raczej pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia
NA OCENĘ 4	deklarowanie pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia
NA OCENĘ 5	deklarowanie zdecydowanie pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia
EFEKT KSZTAŁCENIA 7	
NA OCENĘ 3	deklarowanie raczej pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia
NA OCENĘ 4	deklarowanie pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia
NA OCENĘ 5	deklarowanie zdecydowanie pozytywnej postawy względem racjonalnego żywienia

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W12	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 C1 C2 C3 C4		F1 P1
EK2	K_W12	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 C1 C2 C3 C4		F1 P1
EK3	K_W12	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 C1 C2 C3 C4		F1 P1
EK4	K_U04, K_U11	Cel1	C1 C2 C3 C4		F3 F2 F1
EK5	K_U04, K_U11	Cel1	C1 C2 C3 C4		F3 F2 F1
EK6	K_K01, K_K09	Cel1	W1		F1
EK7	K_K01, K_K09	Cel1	C3 C4		F1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Ciborowska H., Rudnicka A.: — *Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka.*, Warszawa, 2007, Wyd. Lekarskie PZWL
- 2 Hasik J., Gawęcki J.: — *Żywnienie człowieka zdrowego i chorego.*, Warszawa, 2010, Wyd. Naukowe PWN
- 3 Kunachowicz H., Nadolna I., Iwanow K., Przygoda B. — *Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw.*, Warszawa, 2008, Wyd. Lekarskie PZWL



LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Jarosz M., Bułhak-Jachymczyk B.:** — *Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych.*, Warszawa, 2008, Wyd. Lekarskie PZWL, IŻŻ

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab. Barbara Frączek (kontakt: barbara.fraczek@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Barbara Frączek (kontakt: barbara.fraczek@awf.krakow.pl)

dr Maria Gacek (kontakt: maria.gacek@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....