

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015

Wydział Rehabilitacji Ruchowej

Kierunek studiów: Kosmetologia studia licencjackie I stopnia

Profil: Praktyczny

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 71

Stopień studiów: I

Specjalności: Wellness & SPA z zarządzaniem

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Podstawy dietetyki
KOD PRZEDMIOTU	RR71 PSD10
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Specjalność: Wellness & SPA z zarządzaniem
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	6

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA KLINICZNE
6	14	14	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 1. Znajomość zasad prawidłowego żywienia (wpływ na skórę, włosy, paznokcie).
Cel2 2. Umiejętność planowania i układania diet w prewencji chorób oraz w wybranych schorzeniach.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 1. Znajomość podstaw fizjologii, anatomii i immunologii.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: EK1. Posiada wiedzę dotyczącą podstawowych mechanizmów fizjologicznych, z zakresu immunologii oraz nietolerancji na pokarmy.
EK2 Wiedza: EK2. Zna czynniki ryzyka i możliwości leczenia dietetycznego chorób przewlekłych niezakaźnych.
EK3 Wiedza: EK3. Potrafi prowadzić edukację żywieniową dla osób chorych i zdrowych.
EK4 Wiedza: EK4. Potrafi określić rodzaj diety, przygotować materiały edukacyjne dla pacjentów i uczniów.
EK5 Kompetencje społeczne: EK5. Posiada umiejętność propagowania i wdrażania działań profilaktycznych i leczniczych.
EK6 Kompetencje społeczne: EK6. Potrafi ocenić stan odżywienia i zasugerować zmiany w diecie i konsultacje.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	1. Żywnienie a rozwój osobniczy. Charakterystyka składników pokarmowych.	2
W2	2. Witaminy, makro- i mikroelementy (rola w organizmie, klasyfikacja, źródła w pożywieniu). Rodzaje bilansu energetycznego.	4
W3	3. Rola żywienia i jego wpływ na skórę, włosy, paznokcie.	2
W4	4. Charakterystyka chorób dietozależnych (otyłość, miażdżyca, cukrzyca typu 2., osteoporoza itp.). Prewencja i leczenie.	4
W5	5. Zasady planowania żywienia, rodzaje diet. Zanieczyszczenia żywności, substancje antyodżywcze.	2
	RAZEM	14

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	1. Całkowita i podstawowa przemiana materii (Ppm). Obliczanie Ppm.	2
Ć2	2. Zapotrzebowanie energetyczne organizmu z uwzględnieniem różnych czynników (wiek, płeć, rodzaj wysiłku, schorzenia).	4
Ć3	3. Charakterystyka diet. Zasady przygotowania i planowania żywienia. Dieta w profilaktyce nadwagi i otyłości.	4
Ć4	4. Diety w różnych schorzeniach. Planowanie diety w wybranej chorobie.	2
Ć5	5. Ocena sposobu żywienia. Programy komputerowy stosowane w dietetyce.	2
	RAZEM	14



7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Prezentacje multimedialne
- M2 Wykłady
- M3 Ćwiczenia projektowe

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	28
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	12
Opracowanie wyników	6
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	4
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	Projekt indywidualny
F2	Kolokwium

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
----	-----------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Obowiązkowa obecność na ćwiczeniach. Przedstawienie przygotowanych diet. Pozytywna ocena z egzaminu pisemnego.
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	60% wiadomości
NA OCENĘ 4	80% wiadomości
NA OCENĘ 5	95% wiadomości
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	60% wiadomości
NA OCENĘ 4	80% wiadomości
NA OCENĘ 5	95% wiadomości
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	60% umiejętności
NA OCENĘ 4	80% umiejętności



NA OCENĘ 5	95% umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	60% umiejętności
NA OCENĘ 4	80% umiejętności
NA OCENĘ 5	95% umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	60% kompetencji
NA OCENĘ 4	80% kompetencji
NA OCENĘ 5	95% kompetencji
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	60% kompetencji
NA OCENĘ 4	80% kompetencji
NA OCENĘ 5	95% kompetencji

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W03, K_W09, K_W10	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK2	K_W03, K_W09, K_W10, K_U04, K_U19, K_K02, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3	M1 M2	F1 F2 P1
EK3	K_W03, K_W09, K_W10, K_U04, K_U19, K_K02, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK4	K_W03, K_W09, K_W10, K_U04, K_U19, K_K02, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1	F1 F2
EK5	K_W03, K_W09, K_W10, K_U04, K_U19, K_K02, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK6	K_W03, K_W09, K_W10, K_U04, K_U19, K_K02, K_K04, K_K07	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1 M2 M3	F1 F2 P1



11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Ciborowska H., Rudnicka A. — *Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka*, Warszawa, 2000, PZWL

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Hasik J., Gawęcki J. — *Żywnienie człowieka zdrowego i chorego*, Warszawa, 2000, PZWL

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab Ewa Mędreła-Kuder (kontakt: ewa.medrela@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr hab Ewa Mędreła-Kuder (kontakt: ewa.medrela@awf.krakow.pl)

dr hab Ewa Mędreła-Kuder (kontakt: ewa.medrela@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)

.....
.....