

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/ 2021

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu kształcenia

Suplementy diety

2. Nazwa jednostki

Wydział Nauk o Zdrowiu
Zakład Dietetyki

3. Grupa treści kształcenia

-

4. Typ przedmiotu

do wyboru

5. Poziom studiów

studia pierwszego stopnia

6. Liczba punktów ECTS

1

7. Poziom przedmiotu

podstawowy

8. Rok studiów, semestr

rok II, semestr IV

9. Liczba godzin w semestrze

Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
15	15					

10. Język wykładowy:

polski

11. Wykładowca (wykładowcy)

Angelika Dadej, dr inż.

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

12. Wymagania wstępne

Podstawy chemii, biochemii i fizjologii człowieka, podstaw dietetyki

13. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studenta z suplementami diety - definicja, podział, działanie, regulacje prawne

C2 Zapoznanie studenta z problemem interakcji suplementów diety z lekami czy żywnością

14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01 potrafi podać definicję suplementu diety oraz rozumie podstawowe regulacje prawne związane z wprowadzaniem suplementów diety do obrotu

K_W05, K_W32

EU02 posiada wiedzę na temat roli wybranych składników aktywnych, składników mineralnych i witamin w suplementach diety

K_W05

EU03 zna działanie niepożądane suplementów oraz interakcje suplementów diety z lekami

K_W20

UMIEJĘTNOŚCI

EU04 potrafi planować, projektować i realizować działania związane z suplementacją różnych grup ludności/o specjalnym przeznaczeniu żywieniowym

K_U05, K_U06, K_U14,
K_U16, K_U18,

EU05 potrafi prawidłowo odczytać skład suplementu diety i ustalić jego zastosowanie	K_U28
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU06 zgodnie z rzeczywistością ocenia swoje kompetencje, jest świadom ich ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do specjalistów	K_K01
EU07 ma świadomość swojej roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych i stosowaniu prawidłowej i bezpiecznej suplementacji	K_K03, K_K10
15. Treści programowe	
Forma zajęć - wykłady	
1. Definicja, rodzaje i podział suplementu diety. Spożycie suplementów diety w Polsce. Regulacje prawne dotyczące rynku suplementów diety. 2. Czy „zwyczajowe” żywienie zawiera niezbędne makro- i mikroskładniki? 3. Suplementy diety a zdrowie układu krążenia 4. Suplementy diety i ich potencjalne działanie przeciwcukrzycowe 5. Suplementy diety – ich znaczenie u osób w wieku starszym 6. Suplementy diety a okres rozrodczy i ciąża 7. Suplementacja diety preparatami witaminowo-mineralnymi 8. Suplementy diety a zapobieganie i leczenie chorób nowotworowych 9. Działania niepożądane suplementów oraz interakcje suplementów diety z lekami	
Forma zajęć – ćwiczenia	
1. Tworzenie ankiet badających poziom wiedzy respondentów o suplementach diety oraz ich zastosowaniu. Ankietyzacja grupy docelowej. Analiza danych ankietowych. Przedstawienie i omówienie wyników badania ankietowego. 2. Suplementy diety dla wybranych grup ludności- układanie programów suplementacji wraz z uzasadnieniem. Prezentacja na forum grupy. 3. Suplementy diety o specjalnym przeznaczeniu żywieniowym -układanie programów suplementacji wraz z uzasadnieniem. Prezentacja na forum grupy. 4. Zapoznanie się z przykładowymi suplementami diety (opakowaniami, składem itp.). 5. Analiza piśmiennictwa naukowego. Prezentacje studentów na temat wybranych suplementów roślinnych. Dyskusja dydaktyczna.	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Konsultacje	
2. Analiza tekstów	
3. Praca w grupach zadaniowych	
4. Dyskusja, burza mózgów	
5. Objaśnienie i prezentacja multimedialna	
6. Film edukacyjny	
7. Analiza wybranych opakowań suplementów diety	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1.Tematyczna prezentacja multimedialna	
F2 Ankieta badawcza/programy suplementacji	
F3. Obserwacja pracy studenta	
F4. Obecność i aktywność na zajęciach	
P1. Kolokwium na zajęciach/ test końcowy	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	32
Przygotowanie się do zajęć i zaliczenia końcowego	3
SUMA	35
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1
DLA PRZEDMIOTU	

19. Literatura podstawowa i uzupełniająca
Literatura podstawowa:
1) Jarosz M., Suplementy diety a zdrowie. Porady lekarzy i dietetyków. PZWL, Warszawa 2008
2) Włodarek D., Lange E., Kozłowska L., Głąbska D., Dietoterapia. PZWL, Warszawa 2020
3) Grzymisławski M. Dietetyka kliniczna. PZWL, Warszawa 2019
4) Moyad M., Przewodnik po świecie suplementów. Wyd. Galaktyka 2016
Literatura uzupełniająca:
1) Aktualne publikacje dotyczące zagadnień związanych z suplementami diety, dietetyką, dietoterapią, żywieniem człowieka, fizjologią człowieka.
20. Formy oceny – szczegóły
Przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną. <u>Podstawą zaliczenia wykładów jest:</u> - pozytywna ocena z kolokwium końcowego. Test (pytania zamknięte/otwarte), czas trwania 30 min, 30 pytań. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów. Punktacja - maksymalnie można uzyskać 30 pkt., minimalnie na ocenę pozytywną 15 pkt. Za udzielenie prawidłowej odpowiedzi można uzyskać 1 pkt. 0 – 14 pkt - niedostateczny (2,0) 15,0-18,0 pkt - dostateczny (3,0) 19,0 – 22,0 pkt - dostateczny plus (3,5) 23,0-25,0 pkt - dobry (4,0) 26,0- 28,0 pkt - dobry plus (4,5) 29,0-30,0 pkt- bardzo dobry (5,0) <u>Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest:</u> - uzyskanie pozytywnej oceny ze wszystkich prac zaliczeniowych. - student może uzyskać oceny częściowe za aktywny udział w zajęciach (obserwacja zaangażowania studenta podczas zajęć, dyskusja) Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wyżej wymienionych zadań. Kryteria oceny efektów kształcenia w zakresie wiedzy - pisemny test – sprawdzian wiedzy; w zakresie umiejętności - kontrola ustna w czasie zajęć, interpretacja sytuacji podczas pracy w grupach; w zakresie kompetencji społecznych - samoocena, ocena grupy, obserwacja studenta podczas zajęć, ocena grupy.
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie
1. Zajęcia odbywają się w PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
2. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
3. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem
4. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**