

Arkusze opisu przedmiotu do Katalogu Przedmiotów ECTS

1 Nazwa przedmiotu Styl życia a zdrowie											
2 Kod przedmiotu 12.7 IV 2/3 002	3 Formuła przedmiotu wykład, ćwiczenia				4 Typ przedmiotu ograniczonego wyboru						
5 Liczba punktów ECTS: 2					6 Poziom przedmiotu średnio-zaawansowany						
7 Semestry: II rok, IV sem.		8 Liczba godzin w semestrze				9 Liczba godzin w tygodniu					
		Wyk.	Ćw.	Lab.	Sem.	Proj.	Wyk.	Ćw.	Lab.	Sem.	Proj.
		30	30	-	-	-	2	2	-	-	-
10 Język nauczania: polski											
11 Wykładowca (wykładowcy) prof. dr hab. Jadwiga Daniluk											
12 Wymagania wstępne: wiedza z zakresu psychologii, socjologii, podstaw epidemiologii, żywienia człowieka.											
13 Cel nauczania Student pozna co to jest styl życia w sensie medycznym i społecznym. Celem przedmiotu jest rozszerzenie wiedzy odnośnie potrzeb zdrowotnych człowieka oraz kulturowych uwarunkowań zdrowia a także społecznych i ekonomicznych determinantów stylu życia. Celem nauczania jest przekazanie studentom wiedzy o skutkach zdrowotnych i prewencyjnych wybranych aspektów stylu życia. Efekty kształcenia: - student zna główne problemy zdrowotne człowieka, związane z żywieniem oraz niską aktywnością fizyczną; - zna potrzeby żywieniowe oraz potrzeby w zakresie aktywności fizycznej (z uwzględnieniem faz życia); - zna zdrowotne oraz prewencyjne zalety aktywności fizycznej, - zna metody oceny poziomu aktywności oraz wydolności fizycznej; - student potrafi wyjaśnić wpływ kultury na kształtowanie potrzeb zdrowotnych człowieka.											

14 Program nauczania Wykłady: 1. Wpływ czynników kulturowych, społecznych, ekonomicznych na styl życia różnych grup społecznych. 2. Charakterystyka głównych problemów związanych z żywieniem w cyklu życia człowieka. 3. Charakterystyka nieprawidłowych nawyków żywieniowych w różnych grupach wiekowych. Konsekwencje zdrowotne wybranych zachowań żywieniowych. 4. Priorytetowe problemy związane z niską aktywnością fizyczną z uwzględnieniem cyklu życia człowieka.
--

5. Znaczenie zdrowotne aktywności fizycznej. Charakterystyka różnych form aktywności fizycznej oraz uwarunkowań dotyczących wyboru /preferencji.
6. Konsekwencje zdrowotne stosowania wybranych używek.
7. Priorytety polityki zdrowotnej ukierunkowane na zmianę stylu życia.
8. Pojęcie stylu życia i jego znaczenie socjologiczne i kulturowe.
9. Styl życia a jakość życia.
10. Medyczne pojęcie stylu życia i jego aspekty.

Ćwiczenia:

1. Potrzeby - ich powstawanie, rozwój i przekształcanie.
2. Analiza etnicznych i społeczno-ekonomicznych oraz czynników różnicujących wzory aktywności fizycznej, żywienia i stosowania używek.
3. Zadania instytucji społecznych w realizacji celów NPZ ukierunkowanych na zachowania żywieniowe i aktywność fizyczną.
4. Struktura potrzeb żywieniowych w cyklu życia człowieka.
5. Uwarunkowania wzorów żywienia, wyboru żywności oraz stosowania używek.
6. Zalecenia żywieniowe determinowane wiekiem, płcią oraz sytuacją zdrowotną.
7. Metody oceny poziomu aktywności fizycznej i wydolności fizycznej. Zalecenia dotyczące aktywności fizycznej.
8. Aktywność fizyczna w prewencji pierwotnej i wtórnej chorób społecznych.
9. Kultura a zdrowie. Kulturowe uwarunkowania sposobu postrzegania choroby
10. Styl życia człowieka wobec zagrożeń cywilizacyjnych.
11. Socjogenne uwarunkowania zdrowia.

15 Metody dydaktyczne:

Wykład informacyjny, prezentacja multimedialna, dyskusja problemowa, pogadanka.

16 Zalecana lektura i materiały pomocnicze

Literatura podstawowa:

1. Tylka J.: Zdrowie menadżera. Styl życia a zdrowie i choroba. Wyd. Difin, Warszawa 2008.
2. Piątkowski W.: Styl życia i zdrowie. Warszawa 2001.
3. Sygit M.: Zdrowie publiczne. Wyd. Wolters Kluwer business, Warszawa 2010.
4. Kulik T., Latański M.(red.): Zdrowie publiczne. Wyd. Czelej, Lublin 2002.
5. Andruszkiewicz A., Banaszkiewicz M.(red.): Promocja zdrowia. TOM II. Promocja zdrowia w praktyce pielęgniarstwa i położnej. Wyd. PZWL, Warszawa 2010.
6. Przybyła E.: Edukacja zdrowotna. Przewodnik do studiów. Wyd. AWF Katowice 2008

Literatura uzupełniająca:

1. Mossor – Pietraszewska T.(red.): Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu, wyd. PWN, Warszawa 2008.
2. Karczewski J.(red.): Higiena. Wyd. Czelej, Lublin 2002.
3. Przysławski J. (red.): Ocena wartości odżywczej żywienia, żywności i stanu odżywiania, wyd. AM Poznań 2009.

17 Metody i formy oceny pracy studenta

Wymagana jest obecność na zajęciach, aktywność (przygotowanie do zajęć), przygotowanie prezentacji multimedialnych na zadane tematy, praca w grupach.