

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2021/2022

INFORMACJE OGÓLNE

1.Nazwa przedmiotu	Suplementy diety														
2. Nazwa kierunku	Dietetyka														
3. Poziom studiów	studia pierwszego stopnia														
4. Liczba punktów ECTS	1														
5. Liczba godzin w semestrze															
<table><tr><td>semestr</td><td>w</td><td>ćw</td><td>lab</td><td>prj/zp</td><td>pws</td><td>prk</td></tr><tr><td>IV</td><td>15</td><td>15</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>		semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk	IV	15	15				
semestr	w	ćw	lab	prj/zp	pws	prk									
IV	15	15													
6. Język wykładowy: polski															
7. Wykładowca	Angelika Dadej, dr inż.														

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne	
1. Podstawy chemii, biochemii i fizjologii człowieka, podstaw dietetyki	
9. 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	
10. 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_W04, K_W30
EU02 posiada wiedzę na temat roli wybranych składników aktywnych, składników mineralnych i witamin w suplementach diety	K_W04
EU03 zna działanie niepożądane suplementów oraz interakcje suplementów diety z lekami	K_W19
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_U27
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU06 zgodnie z rzeczywistością ocenia swoje kompetencje, jest świadom	K_K01

ich ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do specjalistów	
EU07 ma świadomość swojej roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych i stosowaniu prawidłowej i bezpiecznej suplementacji	K_K03, K_K10
11. Treści programowe	
Forma zajęć – wykłady/ ćwiczenia	
Wykłady 1. Definicja, rodzaje i podział suplementu diety. Spożycie suplementów diety w Polsce. Korzyści i zagrożenia ze stosowania suplementacji. 2. Regulacje prawne dotyczące rynku suplementów diety. Problemy na polskim rynku suplementów diety. 3. Jak czytać etykiety suplementów diety 4. Suplementacja w sporcie 5. Suplementacja w wieku rozrodczym 6. Suplementy diety podczas ciąży i laktacji 7. Suplementy diety i ich znaczenie u osób w wieku starszym 8. Interakcje suplementów diety z lekami 9. Suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych Ćwiczenia 1. Tworzenie ankiet badających poziom wiedzy respondentów o suplementach diety oraz ich zastosowaniu. Ankietyzacja grupy docelowej. Przedstawienie i omówienie wyników badania ankietowego. 2. Analiza przykładowych suplementów diety (opakowaniami, składem itp.). 3. Suplementy diety o specjalnym przeznaczeniu żywieniowym/ Suplementy diety dla wybranych grup ludności- układanie programów suplementacji wraz z uzasadnieniem. Prezentacja na forum grupy. 4. Suplementy dla sportowców w opinii klientów sklepów z suplementacją. Tworzenie rankingu popularności, zdrowotności i przeznaczenia suplementacji w aspekcie treningu sportowego. Prezentacja na forum grupy. 5. Suplementy diety zawierające składniki roślinne. Analiza literatury przedmiotu. Prezentacja na forum grupy. Dyskusja i wnioski.	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Konsultacje	
2. Analiza tekstów	
3. Praca w grupach zadaniowych	
4. Dyskusja, burza mózgów	
5. Objasnienie i prezentacja multimedialna	
6. Film edukacyjny	
7. Analiza wybranych opakowań suplementów diety	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
F1. Wypracowanie tematyczne	
F2. Ankieta badawcza/programy suplementacji	
F3. Obserwacja pracy studenta	
F4. Obecność i aktywność na zajęciach	
P1. Kolokwium na zajęciach/ test końcowy	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	32
2. Nakład pracy studenta	10

suma	42
liczba punktów ECTS	1
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Grzymisławski M., Dietetyka kliniczna. Wyd. PZWL, Warszawa 2022	
2. Paweł Konrad Tuszyński P., Układ sercowo - naczyniowy: leki układu krążenia, choroby, wytyczne i suplementacja. Wyd. Farmaceutyczne, Kraków 2021	
3. Tuszyński P., Cukrzyca i otyłość: opieka farmaceutyczna, wytyczne, leki i suplementacja. Wyd. Farmaceutyczne, Kraków 2021	
4. Spattini M., Żywnienie i suplementacja w sporcie: od kulturystyki do maratonu poprzez crossfit: suplementy diety od A do Z. Wyd. Esteri, Wrocław 2021	
5. Szostak-Węgierek D., Żywnienie w czasie ciąży i karmienia piersią. PZWL Wyd. Lekarskie, Warszawa 2021	
6. Jarosz E., Dieta seniora. PZWL Wyd. Lekarskie, Warszawa 2021	
7. Moyad M., Przewodnik po świecie suplementów. Wyd. Galaktyka, Łódź 2016	
16. Formy oceny – szczegóły	
Przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną.	
<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)	
Wykłady kończą się zaliczeniem z oceną.	
<u>Podstawą zaliczenia wykładów jest:</u>	
- <i>pozytywna ocena z kolokwium końcowego - testu.</i> Czas trwania 30 minut, 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 – 21,0 pkt - dostateczny plus (3,5)	
22,0-24,0 pkt - dobry (4,0)	
25,0- 27,0 pkt - dobry plus (4,5)	
28,0-30,0 pkt- bardzo dobry (5,0)	
Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen.	
Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wyżej wymienionych zadań.	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji	
2. Zajęcia odbywać się będą w ABNS w Białej Podlaskiej	
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć	
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem	