

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/ 2021

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu kształcenia

Dietetyka praktyczna i diety niekonwencjonalne

2. Nazwa jednostki

Wydział Nauk o Zdrowiu
Zakład Dietetyki

3. Grupa treści kształcenia

treści kształcenia kierunkowego

4. Typ przedmiotu

obowiązkowy

5. Poziom studiów

studia pierwszego stopnia

6. Liczba punktów ECTS

4

7. Poziom przedmiotu

podstawowy

8. Rok studiów, semestr

rok III, semestr VI (letni)

9. Liczba godzin w semestrze

Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
30	30					

10. Język wykładowy:

polski

11. Wykładowca (wykładowcy)

Angelika Dadej, dr inż.
Agnieszka Panasiuk, mgr

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

12. Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z zakresu żywienia człowieka

13. Cele przedmiotu

C1 Dostarczenie wiedzy i kształtowanie umiejętności z zakresu niekonwencjonalnego sposobu żywienia oraz znaczenia diet niekonwencjonalnych w żywieniu i dietetyce

C2 Dostarczenie wiedzy z zakresu dietetyki praktycznej i interpretacji indywidualnych uwarunkowań zdrowotnych

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

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01 zna i rozumie podstawowe pojęcia z zakresu dietetyki praktycznej i niekonwencjonalnej

K_W04

EU02 wykazuje znajomość poszczególnych diet niekonwencjonalnych i zna efekty ich stosowania

K_W17, K_W18

UMIEJĘTNOŚCI

EU03 analizuje efektywność poszczególnych diet niekonwencjonalnych oraz potrafi wykorzystać wyniki i wnioski do edukacji żywieniowej i dietetycznej

K_U02

EU04 rozumie konieczność korzystania wyłącznie z obiektywnych źródeł informacji i krytycznej oceny promowanych

K_U05, K_U07, K_U08, K_U09

diet niekonwencjonalnych	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU05 dostrzega potrzebę edukowania społeczeństwa w zakresie racjonalnego żywienia	K_K03
EU06 potrafi planować pracę w zespole i z nim współpracować	K_K08
15. Treści programowe	
Forma zajęć - wykłady	
1. Wprowadzenie do zajęć. Ogólna charakterystyka i podział najpopularniejszych diet niekonwencjonalnych. 2. Charakterystyka i założenia proteinowej diety Dukana 3. Dieta Atkinsa –założenia diety i analiza przykładowych jadłospisów 4. Dieta Montignaca – znaczenie indeksu glikemicznego produktów 5. Diety wegetariańskie i ich odmiany – bezpieczeństwo ich stosowania w różnych grupach populacyjnych 6. Podstawy współczesnej diety paleolitycznej. Wpływ paleolitycznego modelu żywienia na zdrowie. 7. Dieta ketogeniczna – mechanizm działania i perspektywy zastosowania w terapii 8. Dieta rozdzielną Dr Haya 9. Dieta zgodna z grupą krwi w świetle doniesień naukowych 10. Podstawowe zasady diety makrobiotycznej	
Forma zajęć – ćwiczenia	
1. Diety konwencjonalne a diety alternatywne – różnicowanie, dyskusja na temat popularnych niekonwencjonalnych diet oraz motywacji do ich stosowania 2. Dieta kopenhaska – założenia i charakterystyka, ocena wartości odżywczej 3. Diety jednoskładnikowe (monodiety) – prezentacje 4. Analiza porównawcza rekomendowanych modeli żywienia z dietami alternatywnymi (dieta Montignaca, roślinnymi, sirtfood, paleo) 5. Bilansowanie przykładowych diet roślinnych 6. Głodówki, posty, post przerywany (IF) – praca z materiałami źródłowymi 7. Diety o bardzo niskiej zawartości energii, dieta Cambridge 8. Dieta ketogeniczna – założenia, zastosowanie; bilansowanie przykładowego jadłospisu	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Praca w grupach zadaniowych	
2. Studium przypadku	
3. Wykład problemowy	
4. Dyskusja/ Burza mózgów	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Prezentacja multimedialna/ konspekt	
F2. Obecność i aktywność na zajęciach	
P1. Kolokwium/ Test końcowy	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	62
Nakład pracy studenta	
Przygotowanie do zajęć	30
Przygotowanie do zaliczenia i egzaminu	8
SUMA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1. Grzymisławski M. (red.), Dietetyka kliniczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020	

2. Krauss H. (red.), Fizjologia żywienia, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2019
3. Ostrowska L. (red.), Dietetyka: kompendium, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021
Literatura uzupełniająca:
1. Brytek-Matera A. (red.), Psychodietetyka, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020
2. Ostrowska L., Bogdański P., Mamcarz A., Otyłość i jej powikłania: praktyczne zalecenia diagnostyczne i terapeutyczne, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021
20. Formy oceny – szczegóły
Przedmiot kończy się egzaminem. Podstawą zaliczenia wykładów jest: - pozytywna ocena z testu wiedzy (pytania zamknięte/otwarte), czas trwania 45 minut. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów. Punktacja - maksymalnie można uzyskać 30 pkt., minimalnie na ocenę pozytywną 15 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) Ćwiczenia kończą się zaliczeniem z oceną. Podstawą zaliczenia ćwiczeń jest: Obecność na zajęciach oraz wykonywanie zleconych prac. Ocenę końcową z zajęć stanowi średnia arytmetyczna z wszystkich uzyskanych ocen.
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie
1. Zajęcia odbywają się w ABNS 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**