

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

Informacje ogólne

1 Nazwa modułu kształcenia/przedmiotu										
Suplementy diety										
2 Nazwa jednostki prowadzącej moduł										
Wydział Nauk o Zdrowiu i nauk Społecznych										
Katedra Zdrowia										
Zakład Zdrowia Publicznego										
3 Kod modułu (wypełnia koordynator ECTS)			4 Grupa treści kształcenia					5 Typ modułu		
			specjalnościowy					fakultatywny		
6 Poziom studiów			7 Liczba punktów ECTS					8 Poziom przedmiotu		
studia I stopnia			2					średnio- zaawansowany		
9 Rok studiów			10 Liczba godzin w semestrze 15					11 Liczba godzin w tygodniu		
II, semestr IV			wyk.	ćw.	lab.	sem.	zp.	wyk.	ćw.	lab. sem. zp.
studia stacjonarne			15	15				1	1	
studia niestacjonarne										
12 Język wykładowy: język polski										
13 Wykładowca (wykładowcy)										
Aneta Danilewicz, lic.										
Informacje szczegółowe										

Informacje szczegółowe

14 Wymagania wstępne				
1.	Brak wymagań wstępnych			
15 Cele przedmiotu				
C1	Zaznajomienie studenta z pojęciem suplementów, podstawami prawnymi dystrybucji ich., zagrożeniami i zaletami wynikającymi z suplementacji.			
C2	Zapoznanie studenta z koniecznością suplementacji w przypadku niedoborów, zdobycie przez studenta wiedzy na temat skutków niedoborów i nadmiarów witamin i składników mineralnych.			
16 Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych				
nr	student, który zaliczył przedmiot, potrafi:	odniesienie do celów przedmiotu		
WIEDZA				
EK01	Posiada wiedzę z zakresu znajomości podstaw prawnych produkcji suplementów ich wad i zalet.	C1, C2		
EK02	Posiada wiedzę na temat niedoborów witamin i minerałów oraz zapobiegania im zrównoważoną dietą i suplementacją.	C1, C2		
UMIEJĘTNOŚCI				
EK03	Potrafi zastosować odpowiednią suplementację w przypadku kobiet ciężarnych, karmiących i planujących ciążę.	C1, C2		
EK04	Potrafi dobrać suplementację w przypadku niedoborów odżywczych.	C1, C2		
KOMPETENCJE				
EK05	Umiejętność pracy w grupie.	C1, C2		
EK06	Wykazuje odpowiedzialność dotyczącą rozważnego stosowania suplementacji, potrafi konsultować swoje decyzje lub zalecać konsultacje lekarskie.	C1, C2		
17 Treści programowe				
	forma zajęć - wykłady	liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do efektów kształcenia dla przedmiotu
W1	Pojęcie suplementu diety, podstawy prawne, podział	2		EK01, EK02

W2	Zastosowanie suplementacji witaminowej w leczeniu niedoborów.	2	EK01, EK02
W3	Zastosowanie suplementacji mineralowej w leczeniu niedoborów.	2	EK01, EK02
W4	Suplementacja witaminą D3, wskazania, skutki niedoborów.	1	EK01, EK02
W5	Roślinne suplementy diety.	2	EK01, EK02
W6	Suplementacja kobiet ciężarnych, karmiących i planujących ciążę.	1	EK01, EK02
W7	Suplementy – zalety stosowania i zagrożenia z nimi związane.	1	EK01, EK02
W8	Zastosowanie suplementów diety w dietoterapii.	2	EK01, EK02
W9	Interakcje suplementów diety	1	EK01, EK02
W 10	Zaliczenie końcowe	1	EK01, EK02
suma godzin		15	
forma zajęć – zajęcia praktyczne		liczba godzin S	liczba godzin NS
ZP1	Praca projektowa – badanie ankietowe na temat wiedzy respondentów o suplementach diety oraz ich stosowania.	3	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
ZP2	Układanie jadłospisów z uwzględnieniem suplementacji. Dobieranie suplementacji pod względem niedoborów.	4	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
ZP3	Zapoznanie się z przykładowymi suplementami diety (opakowaniami, składem itp.).	3	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
ZP4	Prezentacje studentów na temat wybranych suplementów roślinnych.	2	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
ZP5	Badanie składu wybranych suplementów.	2	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
ZP6	Kolokwium sprawdzające.	1	EK01, EK02, EK03, EK04, EK05, EK06
suma godzin		30	
forma zajęć - laboratoria		liczba godzin S	liczba godzin NS
L1			
suma godzin			
18 Narzędzia/metody dydaktyczne			
1.	Wykłady informacyjne z użyciem sprzętu multimedialnego.		
2.	Praca projektowa indywidualna.		
3.	Praca w grupach.		
4.	Dyskusja burza mózgów.		
5.	Metoda pokazująca		
19 Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)			
F1.	Obserwacja pracy studenta na zajęciach		
F2.	Zaliczenie wszystkich prac projektowych		
F3.	Kolokwium sprawdzające wiedzę.		
P1.	Zaliczenie końcowe.		
P2.	Zaliczenie końcowe		

20 Obciążenie pracą studenta

forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności	
	S	NS
Godziny kontaktowe z nauczycielem	30	
Przygotowanie się do zajęć	10	
Przygotowanie się do zaliczenia końcowego	10	
SUMA	50	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2	

21 Literatura podstawowa i uzupełniająca**Literatura podstawowa:**

1. Jarosz M.: Suplementy diety a zdrowie. Porady lekarzy i dietetyków. Wyd. PZWL, Warszawa 2008.
2. Jarosz M.: Praktyczny podręcznik dietetyki
3. Ciborowska H., Rudnicka A.: Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Wyd. PZWL, Warszawa 2019.
4. Gawęcki J.: Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Wyd. PWN, Warszawa 2017.

Literatura uzupełniająca:

- 1.

22 Kryteria oceny *

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną

Warunkiem zaliczenia zajęć praktycznych jest:

- oddanie wszystkich prac projektowych wykonywanych na zajęciach,
- uzyskanie pozytywnej oceny z kolokwium sprawdzającego wiedzę,
- obecność na zajęciach (w przypadku nieobecności zaliczenie jej w inny sposób np. w formie referatu)
- przygotowanie prezentacji na zadany temat.

Podstawą zaliczenia wykładów jest pozytywna ocena z zaliczenia końcowego. Czas trwania 45 min.

Zaliczenie w formie testu. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 50% maksymalnej liczby punktów.

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wyżej wymienionych zadań

23 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 PSW w Białej Podlaskiej
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem

*do decyzji koordynatora

Tabela podsumowująca

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia/metody dydaktyczne	Sposób oceny
EK01	K_W05	C1, C2	W1-W10, ZP1-ZP6	1-5	F1-F3, P1, P2
EK02	K_W05	C1, C2	W1-W10,	1-5	F1-F3, P1, P2

ZP1-ZP6					
EK03	K_U05, K_U12	C1, C2	W1-W10, ZP1-ZP6	1-5	F1-F3, P1, P2
EK04	K_U05, K_U12	C1, C2	W1-W10, ZP1-ZP6	1-5	F1-F3, P1, P2
EK05	K_K11	C1, C2	W1-W10, ZP1-ZP6	1-5	F1-F3, P1, P2
EK06	K_K02	C1, C2	W1-W10, ZP1-ZP6	1-5	F1-F3, P1, P2