KARTA PRZEDMIOTU (ZAJĘĆ)

Kod przedmiotu (zajęć): 0912.4.LEK.D.PŻ

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku polskim: Profilaktyka żywieniowa

Nazwa przedmiotu (zajęć) w języku angielskim: Nutritional prophylaxis

1. Usytuowanie przedmiotu (zajęć) w systemie studiów

1.1. Kierunek studiów	Lekarski
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Jednolitemagisterskie
1.4. Profil studiów	Ogólnoakademicki
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu (zajęć)	Dr n. rol. Kamila Sobaś
1.6. Kontakt	kamila.sobas@uj.edu.pl

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu (zajęć)

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne	Chemia ogólna, biologia, podstawy anatomii i fizjologii

3. Szczegółowa charakterystyka przedmiotu (zajęć)

3.1. Forma zajęć	Wyk 15 godz.
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym CM UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Wykład- Zaliczenie z oceną Wykłady są obowiązkowe zgodnie z rozdziałem III, §7, ust. 3, pkt. 2 Regulaminu Studiów UJK
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny
3.5.a. Wykaz literatury podstawowej	1. Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.): Żywienie człowieka zdrowego i chorego, t. 2. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2022, wyd. III. 2. Rychlik E., Stoś K. Woźniak A. Mojska H. Normy żywienia dla populacji Polski. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa, 2024.
3.5.b. Wykaz literatury uzupełniającej	1. Włodarek D., Lange E. Współczesna dietoterapia. PZWL, 2023 2. Gawęcki J. (red.): Żywienie człowieka, t. 1. Podstawy nauki o żywieniu. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa. 2022, wyd IV. 3. Langley-Evans S.: Żywienie – wpływ na zdrowie człowieka. Jarosz M. (red wydania polskiego), PZWL, Warszawa 2016.

4. Cele, treści i efekty uczenia się

4.1. Cele przedmiotu (zajęć) (z uwzględnieniem formy zajęć)

C1. Zapoznanie studenta z podstawowymi terminami i definicjami nauki o żywieniu.
C2. Przedstawienie funkcji fizjologicznych białek, tłuszczów i węglowodanów w organizmie człowieka.
C3. Zapoznanie z zasadami prawidłowego żywienia, błędami w żywieniu i podstawowymi chorobami powstałymi na tle wadliwego żywienia.
C4. Kształtowanie umiejętności ustalania zapotrzebowania energetycznego człowieka i układania jadłospisów.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady

1. Potrzeby energetyczne organizmu (wartość energetyczna żywności).
2. Rola składników pożywienia w organizmie człowieka (woda, białka, tłuszcze, węglowodany, witaminy i składniki mineralne – funkcje w organizmie).
3. Zasady prawidłowego żywienia.
4. Normy żywienia – ich rodzaje i zastosowanie. Zapotrzebowanie a zalecane spożycie.
5. Metody oceny sposobu żywienia i ich charakterystyka. Metody oceny stanu odżywienia i ich charakterystyka.

(w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

1. Prawidłowe żywienie w różnych okresach życia.

4.1. Efekty uczenia się realizowane w ramach przedmiotu (zajęć)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Student, który zaliczył przedmiot (zajęcia)	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
	w zakresie wiedzy:	
W01	konsekwencje niedoboru i nadmiaru witamin i składników mineralnych;	C.W39.
W02	przyczyny i konsekwencje niewłaściwego odżywiania, w tym długotrwałego niedostatecznego i nadmiernego spożywania pokarmów i stosowania niezbilansowanej diety oraz zaburzenia trawienia i wchłaniania;	C.W40.
W03	zasady karmienia naturalnego, żywienia dziecka zdrowego i zapobiegania otyłości oraz modyfikacje żywieniowe wynikające z chorób;	E.W1.
	w zakresie umiejętności:	
U01	prowadzić edukację zdrowotną pacjenta, w tym edukację żywieniową dostosowaną do indywidualnych potrzeb;	E.U21.
	w zakresie kompetencji społecznych:	
K01	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;	K.S5.
K02	korzystania z obiektywnych źródeł informacji;	K.S7.
K03	formułowania opinii dotyczących różnych aspektów działalności zawodowej;	K.S10.
K04	przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.	K.S11.

4.2. Sposoby weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się realizowanych w ramach przedmiotu (zajęć)

Sposób weryfikacji (+/-)

Efekty przedmiotowe (symbol)	Egzamin ustny/ pisemny/ praktyczny/ inny (jaki?)*	Kolokwium*	Projekt*	Aktywność na zajęciach*	Praca własna*	Praca w grupie*	Inne (jakie?)*

Forma zajęć

1: / 2:	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01-W03				+																	
U01				+						+											
K01-K04										+											

Adnotacja. 1: forma zajęć; 2: efekty uczenia się

4.3. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć:

WYKŁAD (W) (w tym zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)

Ocena	Kryterium oceny
3,0	61-68% prawidłowych odpowiedzi z kolokwium i aktywności na zajęciach.
3,5	69-76% prawidłowych odpowiedzi z kolokwium i aktywności na zajęciach.
4,0	77-84% prawidłowych odpowiedzi z kolokwium i aktywności na zajęciach.
4,5	85-92% prawidłowych odpowiedzi z kolokwium i aktywności na zajęciach.
5,0	93-100% prawidłowych odpowiedzi z kolokwium i aktywności na zajęciach.

5. Bilans punktów ECTS – nakład pracy studenta

Kategoria	Obciążenie studenta: studia stacjonarne	Obciążenie studenta: studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA (GODZINY KONTAKTOWE)	**15**	**15**
Udział w wykładach*	10	10
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*		
Inne (należy wskazać jakie? np. zajęcia prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość) *	5	5
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA (GODZINY NIEKONTAKTOWE)	**10**	**10**
Przygotowanie do wykładu*	10	10
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*		
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*		
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
Inne (jakie?)*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	**25**	**25**
PUNKTY ECTS za przedmiot (zajęcia)	**1**	**1**

***niepotrzebne usunąć**

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot (zajęcia) w danym roku akademickim)

……