

Kierunek studiów, rok i kod obszaru efektów kształcenia	Kosmetologia, rok akademicki 2022/2023, studia podyplomowe, OM1							
Kod przedmiotu	K –kierunkowy, P-podstawowy, O-ogólny				Rodzaj studiów:	Niestacjonarne		
Nazwa przedmiotu, jego statut i powiązanie obszarowymi efektami kształcenia	Podstawy dietetyki i suplementacji P6S_WK; P6S_UW; P6S_KK							
Jednostka prowadząca	Wydział Profilaktyki i Zdrowia							
Rok, semestr, formy zajęć i liczba godzin	Rok	Semestr	Formy zajęć				Punkty ECTS: 2	
	I	II	wykład	ćwiczenia	Seminarium	samokształcenie	Godziny kontaktowe	Praca własna słuchacza
			10	5	-	-	0,5	0,5
Koordynator Realizatorzy:								
Szacowane nakłady pracy w ECTS	- uzupełnianie notatek z wykładów – 15% - przygotowanie i przedstawienie prezentacji – 15% - przygotowanie do zaliczenia– 20% - ilość godz. pracy studenta z nauczycielem – 50%							
Wymagania wstępne: Założenia i cele przedmiotu	Przed przystąpieniem do realizacji przedmiotu słuchacz powinien posiadać wiedzę z zakresu biologii wyniesioną ze szkoły średniej (pogłębianą w toku nauki) oraz umiejętność analitycznego myślenia. W zakresie kompetencji społecznych słuchacz powinien posiadać świadomość konieczności pogłębiania wiedzy. Założenia – Absolwent ma być przygotowany do prowadzenia podstawowych działań z zakresu profilaktyki zdrowotnej. Cel - Nauczenie umiejętności posługiwania się podstawową wiedzą z zakresu żywienia człowieka zdrowego, zapobiegania chorobom żywieniowo zależnym. Nabycie umiejętności obsługi sprzętu stosowanego w ocenie stanu odżywienia i sposobu żywienia.							
Efekty kształcenia K_W24 K_W25 K_W26 K_U31 K_U32 K_U33 K_K01 K_K10	W zakresie wiedzy: <ul style="list-style-type: none"> • Zna, rozumie i potrafi wyjaśnić znaczenie składników odżywczych w żywieniu człowieka. • Zna i potrafi wdrażać zasady zdrowego żywienia i stylu życia. • Zna rodzaje suplementów diety występujących na rynku. 							
	W zakresie umiejętności: <ul style="list-style-type: none"> • Umie ustalić indywidualne zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze. • Potrafi przeprowadzić wywiad żywieniowy, umie na podstawie wyników badań antropometrycznych ocenić stan odżywienia ludzi. • Umie posługiwać się zaleceniami żywieniowymi i normami. 							
	W zakresie kompetencji interpersonalnych i społecznych: <ul style="list-style-type: none"> • Ma świadomość istotnego znaczenia prawidłowego odżywiania organizmu dla ogólnie pojętego zdrowia człowieka. Posiada świadomość potrzeby stałego dokształcania się. Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów. • Posiada świadomość odpowiedzialności za działania własne. 							
Program przedmiotu	W załączeniu							

Forma i warunki zaliczenia:	Wykład – obecność na zajęciach. Ćwiczenia – pozytywne zaliczenie sprawozdań z ćwiczeń.	
Metody dydaktyczne	Wykład konwersatoryjny, ćwiczenia rachunkowe.	
Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia	<p>Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie wiedzy:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sprawdzian pisemny (<u>test wielokrotnego wyboru</u>, test wielokrotnej odpowiedzi, <u>test otwarty</u>, esej); 2. <u>Ocena aktywności studenta podczas zajęć</u> 3. <u>Ocena przygotowania do zajęć</u> <p>Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Zaliczenie ćwiczenia praktycznego</u> 2. <u>Zaliczenie poszczególnych czynności/ ćwiczeń</u> 3. <u>Obserwacja pracy na ćwiczeniach</u> 4. <u>Ocena przygotowania do zajęć</u> 	
Kryteria oceniania	Ocena niedostateczna (2,0)- student nie osiągnął wymaganych efektów kształcenia	poniżej 60%
	Ocena dostateczna (3,0)- student osiągnął efekty w stopniu dostatecznym	60-65%
	Ocena dość dobra (3,5)- student osiągnął efekty w stopniu dość dobrym	66-70%
	Ocena dobra (4,0)- student osiągnął efekty w stopniu dobrym	71-80%
	Ocena ponad dobra (4,5)- student osiągnął efekty w stopniu ponad dobrym	81-90%
	Ocena bardzo dobra (5,0)- student osiągnął efekty w stopniu bardzo dobrym	91-100%
Piśmiennictwo podstawowe i uzupełniające	Literatura podstawowa	
	1. Gawęcki J., Hryniewiecki L.: Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu. Cz. I. PWN, Warszawa 2007	
	2. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele wartości odżywczej produktów spożywczych. IŻŻ, Warszawa 1998.	
	3. Album fotografii produktów i potraw”, IŻŻ, PZWL, Warszawa 2008	
	4. Nowelizacja norm żywienia człowieka dla populacji polskiej, IŻŻ, Warszawa 2012	
	5. Jarosz M., Ciok J., Respondek W., Suplementy diety a zdrowie, PZWL, Warszawa 2013.	
	Literatura uzupełniająca:	
	1. Peckenpaugh N., Podstawy żywienia i dietoterapia, Elsevier, Urban’ n’ Partner, Wrocław 2011	
	2. Langley-Evans S., Żywnienie. Wpływ na zdrowie człowieka, PZWL, Warszawa 2014	
	3. Biernat J., Żywnienie a uroda, Astrum, Warszawa 2006	

Podpis autora.....