

KARTA MODUŁU 2023/2024

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA							
WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Dietetyka						
Poziom studiów:	I stopień						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne						
Nazwa modułu:	Promocja zdrowia						
Rodzaj modułu:	obowiązkowy/nieobowiązkowy						
Język wykładowy:	Język polski*						
Rok studiów:	1	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:					
Semestr:	1	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
Liczba punktów ECTS ogółem:	3	20	-	30	-	-	-
Forma zaliczenia:	Zaliczenie na ocenę						
Wymagania wstępne:	Student ma wiedzę z zakresu nauk biologicznych i nauk o człowieku.						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
Cele kształcenia:							
<p>Cel 1: Zapoznanie studenta z determinantami zdrowia i czynnikami zwiększającymi ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne.</p> <p>Cel2: Wskazywanie zagrożeń wynikających z niewłaściwego odżywiania, weryfikacja dotychczasowych poglądów oraz określenie konkretnych zaleceń i diet najlepiej służących utrzymaniu zdrowia.</p> <p>Cel3: Przygotowanie studenta do działań profilaktycznych z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH ORAZ METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW							
Efekt	Student, który zaliczył moduł w zakresie:					Odniesienie do efektów kierunkowych	Metody weryfikacji
wiedzy:							
1	Definiuje pojęcia związane ze zdrowiem i stylem życia. Zna wpływ aktywności fizycznej na stan zdrowia. Zna zasady zdrowego i racjonalnego żywienia, poradnictwa żywieniowego i zdrowego stylu życia.					K1D_W23	Kolokwium
umiejętności:							
1	Potrafi prowadzić edukację żywieniową dla osób zdrowych, chorych, ich rodzin i pracowników ochrony zdrowia oraz prowadzić dokumentację dotyczącą podejmowanych działań.					K1D_U09	Prezentacja
2	Potrafi określić sposób żywienia, stan odżywiania, zdefiniować problemy żywieniowe różnych grup ludności, osób zdrowych i chorych oraz zaplanować diety i wdrożyć żywienie dostosowane do ich potrzeb.					K1D_U11	Prezentacja
kompetencji społecznych:							
1	Potrafi pracować w grupie, przyjmując w niej różne role.					K1D_K08	Obserwacja
2	Potrafi myśleć i działać w sposób kreatywny i przedsiębiorczy.					K1D_K09	Obserwacja

IV. TREŚCI PROGRAMOWE

Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)

Wykład

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Wykład 1	Historia i idea promocji zdrowia w Polsce i na Świecie. Światowa Organizacja Zdrowia wobec zadań promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.	2
Wykład 2	Holistyczne podejście do zdrowia. Biomedyczny model zdrowia. Profilaktyka i choroby cywilizacyjne charakterystyka pojęć. Holistyczna definicja zdrowia. Determinanty zdrowia.	4
Wykład 3	Populacje i plemiona długowieczne. Filary długowieczności.	4
Wykład 4	Pełnowartościowe pożywienie □ odżywianie dla zdrowia Żywieniowe zaburzenia immunologiczne □ polaryzacja układu odpornościowego.	2
Wykład 5	Kształtowanie postaw prozdrowotnych w różnych okresach rozwoju człowieka. Epigenetyczny model zdrowia.	2
Wykład 6	Aktywność fizyczna w promocji zdrowia.	2
Wykład 7	Metody oceny składu i sprawności fizycznej wg koncepcji h-r –f.	2
Wykład 8	Medycyna środowiskowa.	2

Ćwiczenia

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenie 1	Specyfika promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej realizowana w populacji osób dorosłych i starszych.	2
Ćwiczenie 2	Bilans energetyczny w aspekcie nadwagi i otyłości.	2
Ćwiczenie 3	Metody oceny składu i sprawności fizycznej wg koncepcji h-rf	2
Ćwiczenie 4	Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach	4
Ćwiczenie 5	Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	2
Ćwiczenie 6	Bezpieczeństwo żywności a produkcja ekologiczna. Negatywne skutki oraz następstwa intensyfikacji produkcji roślinnej i zwierzęcej. Źródła skażenia produktów roślinnych i zwierzęcych.	6
Ćwiczenie 7	Kontrowersje wokół zaleceń dietetycznych.	6
Ćwiczenie 8	Czynniki środowiskowe w chorobach cywilizacyjnych. Smog elektromagnetyczny	4
Ćwiczenie 9	Dietetyczne terapie naturalne. Rola suplementów diety w terapiach leczniczych.	2

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:

- Wykład multimedialny
- Dyskusja,
- praca w zespole

2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. Sposób zaliczenia:

- egzamin
- zaliczenie z oceną
- zaliczenie bez oceny

2. Forma zaliczenia modułu.

Zaliczenie na ocenę

Kryteria oceny formującej***:

- Kolokwium
- Obserwacja zachowań

Kryteria oceny podsumowującej***

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonuje podstawowe zadania, wymagające korekty ze strony prowadzącego. Przestrzega zasad etycznych w dietetyce. Uczęszcza na zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje pozytywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wykonane zadania są nieprawidłowe, większość wymaga korekty ze strony prowadzącego, brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad etycznych w dietetyce. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określone są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
<i>Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)</i>	50
Udział w wykładach	20
Udział w innych formach zajęć	30
Inne (-)	-
<i>Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)</i>	
Przygotowanie do wykładu	10
Przygotowanie do innych form zajęć	15
Przygotowanie do egzaminu	
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
<i>Łączna liczba godzin</i>	75
<i>Punkty ECTS za moduł</i>	3

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Paul Pitchford; Odżywianie dla zdrowia - tradycje wschodnie i nowoczesna wiedza o żywieniu. Galaktyka, 2014.
2. Karski J.: Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia. CeDeWu, Warszawa, 2016.
3. Barbara Woynarowska; Edukacja zdrowotna, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2013.

Literatura uzupełniająca:

1. Chruściel Paweł, Wiesława Ciechaniewicz; Edukacja zdrowotna z elementami teorii wychowania. Przewodnik dydaktyczny; PZWL, 2018.

*należy odpowiednio wypełnić

**należy wpisać formę/formy przypisane do modułu określone w programie studiów (wykład, ćwiczenia, seminarium, konwersatorium, lektorat, laboratorium, warsztat, projekt, zajęcia praktyczne, zajęcia terenowe, zajęcia wychowania fizycznego, praktyka zawodowa, inne)

*** należy wpisać odpowiednie kryteria oceny