KARTA MODUŁU

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE								
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ								
Kierunek studiów:		Zdrowie publiczne						
Poziom studiów:		Studia drugiego stopnia						
Profil studiów:		praktyczny						
Forma studiów:		stacjonarne						
Nazwa modułu:		Promocja zdrowia						
Rodzaj modułu:		Moduł kształcenia podstawowego						
Język wykładowy:		Język polski*						
Rok studiów:	1	**Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:**						
Semestr:	1,2	Wykład	Ćwiczenia					
Liczba punktów ECTS ogółem:	8	40	60					
Forma zaliczenia:		Zaliczenie z oceną						
Wymagania wstępne:		Wiedza z zakresu biologii, fizjologii na poziomie studiów licencjackich oraz chemii na poziomie szkoły średniej.						

II. CELE KSZTAŁCENIA

Cele kształcenia:

Cel 1: . Zapoznanie studenta z determinantami zdrowia i czynnikami zwiększającymi ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne.
Cel 2: Wskazywanie zagrożeń wynikających z niewłaściwego stylu życia, weryfikacja dotychczasowych poglądów oraz określenie konkretnych zaleceń i działań najlepiej służących utrzymaniu zdrowia.

III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH

Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:	Odniesienie do efektów kierunkowych
	wiedzy:	
W01	Zna pojęcia związane ze zdrowiem i promocją zdrowia. Zna determinanty w zakresie promocji zdrowia oraz główne czynniki ryzyka.	K2ZP_W03
W02	Student zna przyczyny rozpowszechniania wybranych chorób cywilizacyjnych i społecznych oraz czynniki zwiększające ryzyko zachorowania	K2ZP_W03
	umiejętności:	
U01	Potrafi scharakteryzować zaburzenia i choroby związane ze stylem życia.	K2ZP_U04
U02	Potrafi określić zagrożenia i korzyści dla zdrowia uwarunkowane, jakością żywności	K2ZP_U07
U03	Potrafi prowadzić działania profilaktyczne z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych	K2ZP_U11
	kompetencji społecznych:	
K01	Potrafi kształtować i rozwijać prawidłowe zachowania w środowisku pracy i życia codziennego.	K2ZP_K02
K02	Wykazuje postawę zaangażowania społecznego w zakresie promocji zdrowia publicznego oraz świadomość problemów polityki społecznej i zdrowotnej.	K2ZP_K04

IV. TREŚCI PROGRAMOWE

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

Wykład

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
W1	Holistyczne podejście do zdrowia. Biomedyczny model zdrowia. Profilaktyka i choroby cywilizacyjne charakterystyka pojęć. Holistyczna definicja zdrowia. Determinanty zdrowia.	2
W2	Populacje i plemiona długowieczne.	2
W3	Filary długowieczności.	6

W4	Medycyna środowiskowa –czynniki ryzyka	6
W5	Kształtowanie postaw prozdrowotnych w różnych okresach rozwoju człowieka. Epigenetyczny model zdrowia.	2
W6	Pełnowartościowe pożywienie – odżywianie dla zdrowia.	2
W7	Żywieniowe zaburzenia immunologiczne – polaryzacja układu odpornościowego	2
W8	Promocja zdrowia w środowisku naturalnym	10
W9	Holistyczne terapie wschodnie.	4
W10	Aktywność fizyczna w promocji zdrowia.	4

Ćwiczenia

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćw1	Wykorzystanie naturalnego otoczenia do kształtowania prozdrowotnych nawyków Edukacja w zakresie profilaktyki chorób cywilizacyjnych poprzez praktyczne działania w terenie.	10
Ćw2	Bilans energetyczny w aspekcie nadwagi i otyłości.	4
Ćw3	Metody oceny składu i sprawności fizycznej wg koncepcji h-rf	4
Ćw4	Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach ciała.	6
Ćw5	Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	4
Ćw6	Bezpieczeństwo żywności a produkcja ekologiczna. Negatywne skutki oraz następstwa intensyfikacji produkcji roślinnej i zwierzęcej. Źródła skażenia produktów roślinnych i zwierzęcych.	10
Ćw7	Kontrowersje wokół zaleceń dietetycznych.	10
Ćw8	Projekty studenckie	12

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. **Metody kształcenia:**
- Wykład problemowy
- Studium przypadku
- Dyskusja
- Projekt studencki

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. **Formy zaliczenia:**
- Zaliczenie z oceną

2. **Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:**

a) Przygotowanie i przedstawienie projektu studenckiego
b) Ćwiczenia praktyczne -. Kryteria oceny: • 51% - 60% - ocena dostateczna, • 61% - 70% - ocena dostateczna plus, • 71% - 80% - ocena dobra, • 81% - 90% - ocena dobra plus, • 91% - 100% - ocena bardzo dobra.
c) Obserwacja i ocena postaw studenta \
d) Ustny test wiedzy, aktywność na zajęciach, wypowiedzi ustne i pisemne, ocena realizacji zadań

3. **Podstawowe kryteria** oceny określane są indywidualnie

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	**Obciążenie studenta**
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe (semestr 1 i 2)	100
Udział w wykładach	40
Udział w innych formach zajęć (ćwiczenia)	60
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	100
Przygotowanie do wykładu	20
Przygotowanie do ćwiczeń (projekt studencki)	40
Przygotowanie do egzaminu	
Przygotowanie do zaliczenia ćwiczenia (odpowiedź ustna)	40
Łączna liczba godzin	200
Punkty ECTS za moduł	8

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Karski J. B. Teoria i praktyka promocji zdrowia. Wybrane zagadnienia, Warszawa 2003
2. Murawska - Ciałowicz E. Zatoń M. Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia, Wrocław 2005
3. Zdrowie Publiczne, wybrane zagadnienia, red. Indulski J. A., Jethon Z., Dawydzik L.,T., Łódź, 2000
4. Zdrowie Publiczne - wybrane zagadnienia, PWSZ im. Witelona w Legnicy
5. Pitchford P. Odżywianie dla zdrowia. Łódź 2010
6. Szołtysek K., 2004. Zarys problematyki żywności ekologicznej. Wyd. AE Wrocław

Literatura uzupełniająca:

Narodowy Program Zdrowia na lata 2016 – 2020. http: //www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/narodowy-program-zdrowia/

1. Jethon Z., Schorzenia środowiskowe. Medycyna zapobiegawcza i środowiskowa; Higiena, ekologia kliniczna, zdrowie, red. Jethona Z., Warszawa, Wydaw. Lekarskie PZWL. 1997
2. Medycyna mitochondrialna, Bodo Kukliński, Anja Schemionek
3. Dieta Ketogeniczna jak odzyskać zdrowie dzięki tłuszczom, Bruce Fife

Na kierunkach studiów, na których obowiązują standardy kształcenia oraz odrębne przepisy określone przez właściwego ministra, karty modułów powinny także uwzględniać powyższe uregulowania

*należy odpowiednio wypełnić

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