

KARTA MODUŁU 2021/2022

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ

Kierunek studiów:	Zdrowie publiczne						
Poziom studiów:	I stopień/ II stopień/ jednolite studia magisterskie						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne/niestacjonarne						
Nazwa modułu:	Promocja zdrowia.						
Rodzaj modułu:	Obowiązkowy/ Fakultatywny						
Język wykładowy:	Język polski*						
Rok studiów:	2	Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:					
Semestr:	3	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
Liczba punktów ECTS ogółem:	4	20	-	30	-	-	-
Forma zaliczenia:	Egzamin/ Zaliczenie na ocenę						
Wymagania wstępne:	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 odżywiania, weryfikacja dotychczasowych poglądów oraz określenie konkretnych zaleceń i diet najlepiej służących utrzymaniu zdrowia.

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	Student zna pojęcia związane ze zdrowiem i promocją zdrowia. Zna determinanty w zakresie promocji zdrowia oraz główne czynniki ryzyka.	K2ZP_W03	Kolokwium
2	Student zna przyczyny rozpowszechniania wybranych chorób cywilizacyjnych i społecznych oraz czynniki zwiększające ryzyko zachorowania.	K2ZP_W03	Kolokwium
umiejętności:			
1	Student potrafi scharakteryzować zaburzenia i choroby związane ze stylem życia.	K2ZP_U04 K2ZP_U07 K2ZP_U11	Kolokwium
2	Student potrafi określić zagrożenia i korzyści dla zdrowia uwarunkowane, jakością żywności.	K2ZP_U04 K2ZP_U07 K2ZP_U11	Kolokwium
3	Student potrafi prowadzić działania profilaktyczne z uwzględnieniem holistycznych terapii naturalnych.	K2ZP_U04 K2ZP_U07 K2ZP_U11	Kolokwium
kompetencji społecznych:			
1	Student posiada umiejętności i świadomości tworzenia i rozwijania wzorów właściwego postępowania w środowisku pracy i życia.	K2ZP_K02	Kolokwium
2	Student przejawia zaangażowanie w promocję zdrowia publicznego i wykazuje zainteresowanie problemami polityki społecznej i zdrowotnej.	K2ZP_K04	Kolokwium

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	Holistyczne podejście do zdrowia. Biomedyczny model zdrowia. Profilaktyka i choroby cywilizacyjne charakterystyka pojęć. Holistyczna definicja zdrowia. Determinanty zdrowia.	2
Wykład 2	Populacje i plemiona długowieczne.	2
Wykład 3	Filary długowieczności.	6
Wykład 4	Medycyna środowiskowa –czynniki ryzyka.	6
Wykład 5	Kształtowanie postaw prozdrowotnych w różnych okresach rozwoju człowieka. Epigenetyczny model zdrowia.	2
Wykład 6	Pełnowartościowe pożywienie – odżywianie dla zdrowia.	2

Ćwiczenia

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenia 1	Specyfika promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej realizowana w populacji osób dorosłych i starszych.	10
Ćwiczenia 2	Bilans energetyczny w aspekcie nadwagi i otyłości.	4
Ćwiczenia 3	Metody oceny składu i sprawności fizycznej wg koncepcji h-rf	4
Ćwiczenia 4	Chemia w gospodarstwie domowym i kosmetykach ciała.	6
Ćwiczenia 5	Zdrowotne korzyści aktywności ruchowej w różnych okresach ontogenezy.	6

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:

- Wykład multimedialny
- Wykład problemowy
- Prezentacja
- Dyskusja, praca w zespole
- Studium przypadku
- Projekt studencki

2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna
- Tablica

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

Forma zaliczenia modułu.**Egzamin/ Zaliczenie na ocenę****Kryteria oceny formującej***:**

- Aktywność na zajęciach
- Kolokwium
- Obserwacja □ Test
- Prezentacja
- Projekt studencki

Kryteria oceny podsumowującej***

5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, planuje i wykonuje zadania. Przestrzega zasad etycznych w zdrowiu publicznym. 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 zdrowiu publicznym. 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 zdrowiu publicznym. 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 zdrowiu publicznym. 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 zdrowiu publicznym. 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 zdrowiu publicznym. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.

Ocena podsumowująca*:**

Średnia arytmetyczna ocen formujących.

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>	50
Przygotowanie do wykładu	
Przygotowanie do innych form zajęć	30
Przygotowanie do egzaminu	10
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	10
<i>Łączna liczba godzin</i>	100
<i>Punkty ECTS za moduł</i>	4

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. Szoltysek K., 2004. Zarys problematyki żywności ekologicznej. Wyd. AE Wrocław

Literatura uzupełniająca:

1. Narodowy Program Zdrowia na lata 2016 – 2020. <http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/narodowy-programzdrowia/>
2. Jethon Z., Schorzenia środowiskowe. Medycyna zapobiegawcza i środowiskowa; Higiena, ekologia kliniczna, zdrowie, red. Jethona Z., Warszawa, Wydaw. Lekarskie PZWL. 1997
3. Medycyna mitochondrialna, Bodo Kukliński, Anja Schemionek
4. Dieta Ketogeniczna jak odzyskać zdrowie dzięki tłuszczom, Bruce Fife

IX. AUTOR SYLABUSU

dr Grażyna Sondel

*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