

## KARTA MODUŁU 2021/2022

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
<b>PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ</b>							
<b>Kierunek studiów:</b>	<b>Dietetyka</b>						
<b>Poziom studiów:</b>	<b>I stopień</b>						
<b>Profil studiów:</b>	<b>praktyczny</b>						
<b>Forma studiów:</b>	<b>stacjonarne</b>						
<b>Nazwa modułu:</b>	<b>Żywnienie kobiet ciężarnych i w okresie laktacji</b>						
<b>Rodzaj modułu:</b>	<b>Obowiązkowy</b>						
<b>Język wykładowy:</b>	<b>Język polski*</b>						
<b>Rok studiów:</b>	<b>3</b>	<b>Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:</b>					
<b>Semestr:</b>	<b>5</b>	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
<b>Liczba punktów ECTS ogółem:</b>	<b>2</b>	15	15	-	-	-	-
<b>Forma zaliczenia:</b>	<b>Zaliczenie na ocenę</b>						
<b>Wymagania wstępne:</b>	Podstawowa wiedza, umiejętności oraz kompetencje w zakresie żywienia człowieka i dietetyki						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
<b>Cele kształcenia:</b>							
<b>Cel 1:</b> Zapoznanie z właściwym zapotrzebowaniem na składniki pokarmowe w zależności od stopnia odżywienia, wieku, wykonywanej pracy i sytuacji zdrowotnej kobiety oraz w różnych stanach fizjologicznych.							
<b>Cel 2:</b> Zapoznanie z klasyfikacją i charakterystyką diet dla kobiet ciężarnych.							
<b>Cel 3:</b> Zapoznanie z zasadami żywienia kobiet w okresie laktacji.							
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
<b>wiedzy:</b>							
1	Zna metody oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia z uwzględnieniem dzieci i młodzieży.					K1D_W16	Kolokwium
2	Ma wiedzę z zakresu zaleceń i norm żywieniowych, zasad żywienia różnych grup społecznych ludzi w zdrowiu i w chorobie, w tym typy stosowanych diet. Zna powiązania między nieprawidłowym żywieniem, a wybranymi chorobami, przyczynami i skutkami zaburzeń odżywiania z uwzględnieniem profilaktyki żywieniowej w wybranych chorobach.					K1D_W18	Kolokwium
3	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
<b>Umiejętności:</b>							
1	Potrafi wybrać i zastosować metodologię pozyskiwania informacji na temat sposobu żywienia pacjenta/grupy ludności oraz ich przetwarzania w oparciu o narzędzia informatyczne, a także sporządzić pisemny raport w oparciu o pozyskane dane.					K1D_U04	Kolokwium
2	Potrafi określić sposób żywienia, stan odżywienia, zdefiniować problemy żywieniowe różnych grup ludności, osób zdrowych i chorych oraz zaplanować diety i wdrożyć żywienie dostosowane do ich potrzeb.					K1D_U11	Kolokwium
3	Umie posługiwać się aktualnymi zaleceniami żywieniowymi i normami stosowanymi w zakładach żywienia zbiorowego i żywieniu człowieka.					K1D_U14	Kolokwium
4	Potrafi określić wartość odżywczą i energetyczną diet na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw oraz w oparciu o programy komputerowe.					K1D_U15	Kolokwium

<b>kompetencji społecznych:</b>			
1	Przestrzega zasad etyki zawodowej. Przestrzega tajemnicy obowiązującej pracowników. Ma świadomość znaczenia społecznej, zawodowej i etycznej odpowiedzialności za wysoką jakość żywności i żywienia.	K1D_K04	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	Znaczenie prawidłowego żywienia kobiety planujących ciążę. Ocena stanu odżywienia. Niepłodność kobieca- interwencje dietetyczne.	2	
Wykład 2	Ogólne zasady prawidłowego żywienia się kobiet w okresie rozrodczym. Wpływ otyłości i nadmiernego przyrostu masy ciała w ciąży na przebieg porodu i powikłań okołoporodowych.	3	
Wykład 3	Zasady żywienia dla kobiet w I, II, III trymestrze ciąży. Dieta w chorobach matki wklajających przebieg ciąży. Niedobory składników krwiotwórczych u ciężarnych- dietoterapia.	3	
Wykład 4	Zasady żywienia po porodzie. Stosowanie diet podczas karmienia.	2	
Wykład 5	Zasady żywienia kobiety karmiącej. Przyczyny niedoboru substancji odżywczych. Produkty spożywcze wspomagające wytwarzanie mleka. Wpływ diety matki podczas laktacji na skład pokarmu.	2	
Wykład 6	Spożywanie cukru, soli, alkoholu i używek jako zagrożenia dla zdrowia kobiet. Substancje antyodżywcze zawarte w żywności wpływające na rozwój płodu. Suplementacja u kobiet ciężarnych- zalecenia Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego.	3	
Laboratorium			
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S	
Laboratorium 1	Przeprowadzanie 24-godzinnego wywiadu żywieniowego oraz wywiadu klinicznego u kobiet planujących ciążę.	2	
Laboratorium 2	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych w I, II i III trymestrze ciąży.	5	
Laboratorium 3	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet karmiących.	2	
Laboratorium 4	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych z cukrzycą ciążową.	2	
Laboratorium 5	Opracowanie jadłospisów dekadowych dla kobiet ciężarnych z niedokrwistością.	2	
Laboratorium 6	Opracowanie materiałów edukacyjnych dla kobiet planujących ciążę, kobiet w ciąży oraz kobiet podczas laktacji.	2	
V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE			
<p><b>1. Metody kształcenia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wykład multimedialny</li> <li>• Wykład informacyjny</li> <li>• Ćwiczenia problemowe z obliczeniami przy tablicy</li> <li>• Ćwiczenia teoretyczne</li> <li>• Ćwiczenia praktyczne</li> <li>• Zajęcia laboratoryjne</li> <li>• Zajęcia obliczeniowe</li> <li>• Pokaz</li> <li>• Prezentacja</li> <li>• Studium przypadku</li> <li>• Dyskusja, praca w zespole</li> <li>• Studium literatury</li> </ul> <p><b>2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projektor/tablica multimedialna</li> <li>• Tablica</li> <li>• Sprzęt do praktycznej nauki zawodu</li> </ul>			
VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU			

**Forma zaliczenia modułu.**  
**Zaliczenie na ocenę**

**Kryteria oceny formującej\*\*\*:**

- Aktywność na zajęciach
- Kolokwium
- Obserwacja
- Test
- Prezentacja
- Sprawozdania
- Prezentacja umiejętności

**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.

**Ocena podsumowująca\*\*\*:**

Średnia arytmetyczna ocen formujących.

**VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA**

Kategoria	Obciążenie studenta
<b><i>Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)</i></b>	
Udział w wykładach	15
Udział w innych formach zajęć	15
Inne (-)	-
<b><i>Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)</i></b>	
Przygotowanie do wykładu	5
Przygotowanie do innych form zajęć	10
Przygotowanie do egzaminu	5
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	-
<b><i>Łączna liczba godzin</i></b>	<b>50</b>
<b><i>Punkty ECTS za moduł</i></b>	<b>2</b>

## VIII. ZALECANA LITERATURA

### Literatura podstawowa:

- 1: Szostak-Węgierek D., Żywnienie w okresie ciąży i karmienia piersią, PZWL, Warszawa 2021
- 2: Muß K.: Karmienie piersią poradnictwo i promocja. MedPharm Polska, Wrocław 2008.
- 3: Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2009.
- 4: Cypryk K., Wender-Ożegowska E. (red.), Cukrzyca i ciąża, Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021

### Literatura uzupełniająca:

1. Murkoff H., Mazel S.: W oczekiwaniu na dziecko. Rebis, Warszawa, 2008.
  2. Żywnienie kliniczne. Red. W. Łysia-Szydłowska. Via Medica, Gdańsk, 2000.
  3. Wybrane zagadnienie z nauki o żywieniu człowieka. Red. J. Biernat. Wyd. Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu, Wrocław 2009.
  4. Kopeć I., Problemy hematologiczne w okresie ciąży, „Hematologia” 2016.
  5. Wiesner A., Paśko P., Stosowanie suplementów u kobiet ciężarnych w świetle najnowszych rekomendacji Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników, „Farm Pol” 2021.
- Bręborowicz G.H., *Położnictwo*, Tom 2: *Medycyna Matczyno-Płodowa*, PZWL, Warszawa 2012
6. Lesińska-Sawicka M., Planowanie ciąży a stosowanie używek w czasie ciąży przez kobiety z wybranych krajów europejskich, „Problemy Higieny i Epidemiologii” 2011.
  7. Kapka-Skrzypczak L., Niedźwiecka J., Skrzypczak M., Diatczyk J., Wojtyła A., Dieta ciężarnej a ryzyko wad wrodzonych dziecka, „Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu” 2011.

\*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