

## 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>	Dietetyka						
<b>Poziom studiów:</b>	I stopień						
<b>Profil studiów:</b>	praktyczny						
<b>Forma studiów:</b>	stacjonarne						
<b>Nazwa modułu:</b>	Promocja zdrowia						
<b>Rodzaj modułu:</b>	Obowiązkowy						
<b>Język wykładowy:</b>	Język polski*						
<b>Rok studiów:</b>	1	<b>Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:</b>					
<b>Semestr:</b>	1	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
<b>Liczba punktów ECTS ogółem:</b>	3	20	-	30	-	-	-
<b>Forma zaliczenia:</b>	Zaliczenie na ocenę						
<b>Wymagania wstępne:</b>	Student ma wiedzę z zakresu nauk biologicznych i nauk o człowieku.						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
<b>Cele kształcenia:</b>							
<p><b>Cel 1:</b> Zapoznanie studenta z determinantami zdrowia i czynnikami zwiększającymi ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne.</p> <p><b>Cel2:</b> Wskazywanie zagrożeń wynikających z niewłaściwego odżywiania, weryfikacja dotychczasowych poglądów oraz określenie konkretnych zaleceń i diet najlepiej służących utrzymaniu zdrowia.</p> <p><b>Cel3:</b> 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
<b>wiedzy:</b>							
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
<b>umiejętności:</b>							
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 odżywienia, zdefiniować problemy żywieniowe różnych grup ludności, osób zdrowych i chorych oraz zaplanować diety i wdrożyć żywienie dostosowane do ich potrzeb.					K1D_U11	Prezentacja
<b>kompetencji społecznych:</b>							
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
- Studium literatury

##### 2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna

## VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

**Forma zaliczenia modułu.**  
Zaliczenie na ocenę

**Kryteria oceny formującej\*\*\*:**

- Prezentacja
- Aktywność
- Kolokwium

**Kryteria oceny podsumowującej\*\*\***

- Średnia ważona ocen formujących

**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	20
Udział w innych formach zajęć	30
Inne (-)	-
<b><i>Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)</i></b>	
Przygotowanie do wykładu	5
Przygotowanie do innych form zajęć	10
Przygotowanie do egzaminu	
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć	
Inne (np. gromadzenie materiałów do projektu, kwerenda internetowa, opracowanie prezentacji multimedialnej itp.)	10
<b><i>Łączna liczba godzin</i></b>	<b>75</b>
<b><i>Punkty ECTS za moduł</i></b>	<b>3</b>

## 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