

SYLABUS PRZEDMIOTU

| | |
|-------------------------|---|
| PROMOCJA ZDROWIA | Liczba punktów ECTS: 3 |
| | Kod przedmiotu: 14-KOS-D3-DW2.1-PZ |

Kategoria przedmiotu/modułu: Grupa treści kierunkowych do wyboru

| | |
|--------------------------------|-------------------------|
| Kierunek studiów: | Kosmetologia |
| Forma studiów: | Stacjonarne |
| Poziom studiów: | I-go stopnia, licencjat |
| Profil studiów | Praktyczny |
| Jednostka prowadząca: | Wydział Nauk o Zdrowiu |
| Język wykładowy: | Polski |
| Koordynator przedmiotu: | mgr Jolanta Żurakowska |
| Prowadzący przedmiot: | mgr Jolanta Żurakowska |

1. Sumaryczna liczba godzin

| Forma kształcenia | | Łączna liczba godzin |
|---|-------------------------|----------------------|
| Bezpośredni kontakt z nauczycielem akademickim | Wykład | 15 |
| | Ćwiczenia laboratoryjne | - |
| | Ćwiczenia w pracowniach | - |
| | Konwersatorium | 30 |
| Praca własna | | 45 |
| SUMA GODZIN | | 90 |

2. Formy zaliczenia przedmiotu

| Forma zajęć | Liczba godzin | Semestr | Rok studiów | Forma zaliczenia przedmiotu (E, Z/O, Z) |
|----------------|---------------|---------|-------------|---|
| Wykład | 15 | I | I | Z/O |
| Konwersatorium | 30 | I | I | Z/O |

3. Opis przedmiotu

Cel przedmiotu:

Pogłębienie wiedzy o zdrowiu i czynnikach je warunkujących. Kształcenie umiejętności opisu i interpretacji wiedzy o racjonalnym żywieniu człowieka. Nabycie umiejętności objaśniania problemów zdrowotnych, stosowania w praktyce metodycznych podstaw edukacji zdrowotnej.

4. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i postaw

- wiedza z zakresu anatomii i fizjologii
- wiedza z zakresu biochemii

5. Oczekiwane efekty uczenia się

| Nr efektu | Przedmiotowe efekty uczenia się | Metody weryfikacji efektów uczenia się (egzamin ustny/pisemny, kolokwium, prezentacja, praca samokształceniowa, dyskusja, dziennik, obserwacja pracy studenta, sprawozdanie z praktyk, analiza przypadku,) | | | | |
|--|---|---|---|-------------------------|-------------------|----------|
| | | kolokwium | przygotowanie i przedstawienie prezentacji multimedialnej | praca samokształceniowa | analiza przypadku | dyskusja |
| Wiedza | | | | | | |
| EKW1 | posiada wiedzę o zdrowiu i czynnikach je warunkujących | + | + | + | + | + |
| EKW2 | posiada wiedzę z zakresu żywienia i żywności oraz podstaw dietetyki | + | + | + | + | + |
| EKW3 | zna i rozumie metody oceny zaburzeń strukturalnych i funkcjonalnych wywołanych chorobą | + | + | + | + | + |
| Umiejętności | | | | | | |
| EKU1 | posiada umiejętności objaśniania problemów zdrowotnych, stosowania w praktyce metodycznych podstaw edukacji zdrowotnej, | | + | + | + | |
| EKU2 | potrafi interpretować zasady żywienia i dietetyki | | + | + | + | + |
| EKU3 | potrafi powiązać zasady żywienia i dietetyki z innymi dyscyplinami naukowymi | | + | + | | |
| Kompetencje społeczne (postawy) | | | | | | |
| EKK1 | potrafi pracować w zespole | | + | | + | + |
| EKK2 | jest gotów propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocji zdrowia i profilaktyki prozdrowotnej | | + | + | + | + |

6. Kryteria oceny efektów uczenia się

| na ocenę 2.0 | na ocenę 3.0 | na ocenę 3.5 | na ocenę 4.0 | na ocenę 4.5 | na ocenę 5 |
|--|---|---|---|---|--|
| Student nie opanował zakładanych efektów uczenia się | Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 55-64% | Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 65-74% | Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 75-84% | Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 85-94% | Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 95-100% |

7. Treści programowe

| Semestr IV | | | | |
|--------------|---|---------------|---|--|
| L.p. | Tematyka - wykład | Liczba godzin | Przedmiotowe efekty uczenia się (np. EKW1, EKU1, EKK1) | Kierunkowe efekty uczenia się (np. K_W01, K_U01, K_K01) |
| 1. | Zdrowie – podstawowe pojęcia. Rodzaje profilaktyki zdrowotnej i determinanty zdrowia. Edukacja zdrowia – cele i zadania. Kształtowanie osobowości w procesie edukacji zdrowotnej (zachowania zdrowotne, styl życia, kultura zdrowotna). | 3 | EKW1 EKW2 EKK2 | KK_W32 KK_W34 KK_U03 KK_K12 |
| 2. | Metodyczne podstawy edukacji zdrowotnej. Strategie wychowawcze. Edukacja zdrowotna w szkole. Kompetencje edukatorów zdrowotnych. | 3 | EKW2 EKU2 EKK2 | KK_W34 KK_W35 KK_U03 |
| 3. | Uwarunkowania zdrowia – Czynniki genetyczne. Środowiskowe wyznaczniki zdrowia. Styl życia. Żywność i żywienie. | 3 | EKW3 EKW5 EKU1 EKU3 | KK_W33 KK_W34 KK_U03 KK_K12 |
| 4. | Główne problemy zdrowotne i zapobieganie im. Mierniki zdrowia. Stan i jakość zdrowotna społeczeństwa polskiego. Problemy zdrowotne współczesnych rodzin. | 2 | EKW1 EKW2 EKU1 EKK2 | KK_W34 KK_W35 KK_U03 KK_K04 |
| 5. | Profilaktyka uzależnień. Narodowy Program Zdrowia. Problematyka. Cele. Elementy promocji zdrowia. Planowanie i ewaluacji w edukacji zdrowotnej. Etapy planowania programu. Ustalanie celów i zadań. Ewaluacja. Obszary edukacji zdrowotnej. | 4 | EKW1 EKW2 EKU3 EKK2 | KK_W32 KK_W34 KK_U03 KK_K12 |
| Razem | | 15 | | |
| Semestr IV | | | | |
| L.p. | Tematyka- seminaria | Liczba godzin | Przedmiotowe efekty uczenia się (np. EKW1, EKU1, EKK1) | Kierunkowe efekty uczenia się (np. K_W01, K_U01, K_K01) |
| 1. | Rola składników odżywczych pożywienia w funkcjonowaniu organizmu. Znaczenia żywienia dla człowieka Rola i zadania dietetyki. | 5 | EKW1 EKW2 EKK2 | KK_W32 KK_W34 KK_U03 KK_K12 |
| 2. | Produkty spożywcze, jako źródło składników odżywczych i energii – Podział produktów na grupy. Wartość energetyczna produktów spożywczych. Tabele składu i wartości odżywczych produktów spożywczych. | 12 | EKW3 EKW5 EKU1 EKU3 EKK2 | KK_W32 KK_W34 KK_U03 KK_K12 |
| 3. | Przemiana materii – bilans energetyczny, przemiana podstawowa i spoczynkowa | 5 | EKW3 EKW5 | KK_W33 KK_W34 |

| | | | | |
|--|--|-----------|--|--|
| | | | EKU1 EKU3 | KK_U03 KK_K12 |
| 4. | Charakterystyka wybranych diet. Organizacja i higiena sporządzania posiłków. | 8 | EKW3 EKW5 EKU1 EKU3 EKK1 EKK2 | KK_W34 KK_W35 KK_U03 KK_K04 KK_K12 |
| Razem | | 30 | | |
| 8. Narzędzia dydaktyczne (prezentacja multimedialna, programy komputerowe, filmy, plansze, sprzęt specjalistyczny, narzędzia, odczynniki) | | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. prezentacje multimedialne 2. filmy 3. programy komputerowe 4. plansze | | | | |
| 9. Literatura podstawowa i uzupełniająca | | | | |
| <p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Barbara Woynarowska, Edukacja zdrowotna : podręcznik akademicki, Wydawnictwo Naukowe PWN , Warszawa 2007 2. Aldona Kubica, Edukacja zdrowotna na tle wybranych czynników, Wydawnictwo Naukowe Uniwersyt , Bydgoszcz 2012 3. Dietetyka : żywienie zdrowego i chorego człowieka, : Wydaw. Lekarskie PZWL , Warszawa. 2016. <p>Literatura uzupełniająca:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hanna Kuchanowicz, Zasady żywienia człowieka, Wydano: Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagog , 2007 2. Anne Payne. red. Dietetyka i żywienie kliniczne, : Elsevier Urban & Partner , Wrocław 2013 | | | | |

Sylabus obowiązuje dla naboru od: 1 października 2022r.