

SYLABUS PRZEDMIOTU

EDUKACJA ZDROWOTNA I ZASADY ŻYWIENIA

Liczba punktów ECTS: 3

Kod przedmiotu:

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
Koordinator przedmiotu:	
Prowadzący przedmiot:	

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).	4	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.	3	EKW1 EKW2 EKU3 EKK2	KK_W32 KK_W34 KK_U03 KK_K12
Razem		15		
Semestr IV				
L.p.	Tematyka- konwersatorium	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.	8	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.	5	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.