

## KARTA PRZEDMIOTU

Kod przedmiotu	0915.4.DI1.D.DZO	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Dietetyka zaburzeń odżywiania</i> <i>Dietetics eating disorders</i>
	angielskim	

## 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Dietetyka
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia I stopnia
1.4. Profil studiów	Praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Dr n. rol. Kamila Sobaś, mgr Monika Tomaszewska
1.6. Kontakt	kamila.sobas@ujk.edu.pl

## 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne	Żywnienie człowieka zdrowego i chorego, zdrowie publiczne

## 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Wykłady/ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Przedmiot realizowany w sali dydaktycznej CM UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Zaliczenie z oceną/zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Wykład: informacyjny z prezentacją multimedialną, konwersatoryjny Ćwiczenia: projektowe wspomagane komputerowo, dyskusja	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gawęcki J., Roszkowski W. (red.). Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wyd. PWN, Warszawa, 2009.</li> <li>Mijakowska U. Diet coaching. Wyd. Edgard, 2016.</li> <li>Wiatrowska A. Jakość życia w zaburzeniach odżywiania. Wyd. UMCS, 2009.</li> <li>Ogden J., Andruszko R. Psychologia odżywiania się od zdrowych do zaburzonych zachowań żywieniowych. Wyd. UJ, Kraków, 2011.</li> </ol>
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ogden J. Psychologia odżywiania. Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków, 2011.</li> <li>Jeżewska-Zychowicz M. Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania. Wyd. SGGW, Warszawa, 2007.</li> <li>Jarosz M. (red.). Praktyczny podręcznik dietetyki. Wyd. IŻŻ, Warszawa, 2011.</li> </ol>

## 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

<p><b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <i>Wykłady:</i> C1. Przekazanie wiedzy nt. wpływu sposobu odżywiania na powstawanie chorób oraz roli odżywiania się w leczeniu chorób. C2. Przekazanie wiedzy nt. konsekwencji stosowania diet oraz problemów związanych z teorią ograniczeń dietetycznych. C3. Zapoznanie z diet coaching – jako specyficznej formule rozmowy dietetycznej pozwalającej zwiększyć motywację, samoświadomość oraz precyzującą cel pracy dietetycznej.</p> <p><i>Ćwiczenia:</i> C1. Zapoznanie z wiedzą z zakresu najczęściej występujących zaburzeń odżywiania, uwzględniając przyczyny, objawy, leczenie, skutki oraz profilaktykę tych zaburzeń. C2. Wyrobienie umiejętności krytycznej oceny wiedzy żywieniowej przekazywanej przez środki masowego przekazu. C3. Wyrobienie umiejętności skutecznej pracy z formułami/narzędziami diet coaching-u</p>
<p><b>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <i>Wykłady</i> Wpływ sposobu odżywiania na powstawanie chorób. Rola odżywiania się w leczeniu chorób. Znaczenie troski o zdrowie. Pomiar sposobu żywienia. Wybory żywieniowe. Poznawcze modele wyborów żywieniowych. Psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych. Znaczenie wymiarów ciała. Znaczenie płci. Sposób przedstawiania kobiet i mężczyzn w mediach. Przemysł związany z odchudzaniem. Dieta i przejadanie się. Konsekwencje stosowania diety. Problemy związane z teorią ograniczeń dietetycznych. Wpływ precyzyjnego formuowania celu pracy dietetycznej na skuteczność zbudowania modelu zdrowego odżywiania. Budowanie motywacji wewnętrznej. Wpływ błędnych przekonań żywieniowych na utrwalenie negatywnych wzorców żywienia.</p>

**Cwiczenia**

Anoreksja – przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka. Bulimia - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka. Jedzenie kompulsywne - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka. Niedożywienie organizmu - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka. Zespół metaboliczny - przyczyny, objawy, leczenie, skutki, profilaktyka. Planowanie i realizacja edukacji prozdrowotnej u młodzieży z zaburzeniami odżywiania. Praktyczne zastosowanie formuł pracy coachingowej.

**4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się**

<b>Efekt</b>	<b>Student, który zaliczył przedmiot</b>	<b>Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się</b>
<b>w zakresie WIEDZY:</b>		
W01	Posiada wiedzę dotyczącą wpływu sposobu odżywiania na powstawanie chorób oraz roli odżywiania się w leczeniu chorób. Potrafi omówić poznawcze i psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych.	DI1P_W07
W02	Student posiada wiedzę dotyczącą konsekwencji stosowania diet oraz problemów związanych z teorią ograniczeń dietetycznych.	DI1P_W06
<b>w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:</b>		
U01	Potrafi omówić poznawcze i psychofizjologiczne modele wyborów żywieniowych.	DI1P_U05
U02	Posiada umiejętności krytycznej oceny wiedzy żywieniowej przekazywanej przez środki masowego przekazu.	DI1P_U10
<b>w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
K01	Aktywnie uczestniczy w dyskusji i edukacji prozdrowotnej u młodzieży z zaburzeniami odżywiania.	DI1P_K04
K02	Ma świadomość potrzeby doksztalcania i samodoskonalenia przez całe życie.	DI1P_K05

**4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się**

<b>Efekty przedmiotowe (symbol)</b>	<b>Sposób weryfikacji (+/-)</b>											
	<b>Kolokwium</b>			<b>Aktywność na zajęciach</b>			<b>Praca własna</b>					
	<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>			<i>Forma zajęć</i>					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...			
W01	+	+		+								
W02	+	+		+								
U01		+			+			+				
U02		+			+			+				
K01		+			+			+				
K02					+			+				

**4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się**

<b>Forma zajęć</b>	<b>Ocena</b>	<b>Kryterium oceny</b>
<b>Wykład (W)</b>	<b>3</b>	61-68% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
	<b>3,5</b>	69-76% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
	<b>4</b>	77-84% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
	<b>4,5</b>	85-92% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
	<b>5</b>	93-100% poprawnych odpowiedzi z kolokwium oraz aktywność na zajęciach.
<b>Ćwiczenia (C)</b>	<b>3</b>	61-68% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
	<b>3,5</b>	69-76% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
	<b>4</b>	77-84% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
	<b>4,5</b>	85-92% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.
	<b>5</b>	93-100% jako średnia z kolokwium, aktywności na zajęciach oraz pracy własnej.

**5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

<b>Kategoria</b>	<b>Obciążenie studenta</b>	
	<b>Studia stacjonarne</b>	<b>Studia niestacjonarne</b>

<b>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</b>	<b>35</b>	<b>25</b>
<i>Udział w wykładach</i>	15	10
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	20	15
<b>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</b>	<b>40</b>	<b>50</b>
<i>Przygotowanie do wykładu</i>	10	15
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	30	35
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>75</b>	<b>75</b>
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

**Przyjmuję do realizacji** (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....