

**Karta opisu zajęć (syllabus)**

Nazwa kierunku studiów	Biokosmetologia
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Podstawy dietetyki Basics of dietetics
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu	fakultatywny
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	niestacjonarne
Rok studiów dla kierunku	III
Semestr dla kierunku	6
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	4 (1,4/2,6)
Tytuł naukowy/stopień naukowy, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za moduł	Dr hab. prof. uczelni Anna Winiarska-Mieczan
Jednostka oferująca moduł	Instytut Żywienia Zwierząt i Bromatologii Zakład Bromatologii i Fizjologii Żywienia
Cel modułu	Przedstawienie wiedzy obejmującej tematykę żywności, żywienia oraz znaczenia składników pokarmowych w żywieniu i ich wpływu na funkcjonowanie organizmu. Zapoznanie studenta z zasadami racjonalnego żywienia poszczególnych grup ludności. Pojęcie diety i jej roli w żywieniu ludzi chorych. Charakterystyka i zastosowanie diet leczniczych. Zapoznanie z zasadami planowania podstawowych diet. Modelowe diety.
Efekty uczenia się dla modułu to opis zasobu wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, które student osiągnie po zrealizowaniu zajęć.	Wiedza:
	W1. zna elementy anatomii prawidłowej ciała, mechanizmy funkcjonowania organizmu ludzkiego.
	W2. zna ogólne zasady dietetyki i żywienia człowieka, zna podstawowe zagadnienia na temat terapii stosowanych w profilaktyce i terapii chorób skórnych.
	W3. zna współczesne trendy w kosmetologii, w tym istotę dietetycznego wsparcia postępowania kosmetycznego w zakresie pielęgnacji ciała i urody oraz opóźnienia procesów starzenia się skóry.
	Umiejętności:
U1. potrafi aktywnie promować zasady zdrowego stylu życia, dbać o pielęgnację ciała i urody, udzielać	

	<p>podstawowych informacji w zakresie diety, stosowania kosmetyków i doraźnej pomocy przedmedycznej.</p> <p>U2. potrafi ocenić wpływ substancji toksycznych, alergicznych, endokrynych oraz czynników patogennych na stan czynnościowy organizmu.</p> <p>U3. potrafi wykonać zadania badawcze, praktyczne lub projektowe oraz przedstawić wyniki przy użyciu różnych technik prezentacji. Potrafi redagować teksty i przygotowywać wystąpienia oraz prezentacje multimedialne.</p> <p>Kompetencje społeczne:</p> <p>K1. Student ma świadomość skutków swojej działalności, w tym jej oddziaływania na środowisko i zdrowie człowieka.</p> <p>K2. Student potrafi pracować i współpracować w grupie podczas wykonywania pracy.</p>
Wymagania wstępne i dodatkowe	zaliczenie przedmiotów: chemia, biochemia, fizjologia człowieka
Treści programowe modułu	<p>Tematyka przedmiotu obejmuje: Zasady żywienia człowieka. Podział produktów spożywczych. Piramida zdrowego żywienia. Źródła i rola w diecie składników pokarmowych i bioregulacyjnych. Procesy przemiany materii, bilans energetyczny organizmu. Normy żywienia poszczególnych grup ludności. Sposób żywienia i stan odżywienia organizmu a stan zdrowia. Żywienie a procesy starzenia. Choroby przewlekłe niezakaźne i ich dietoterapia. Klasyfikacja i charakterystyka diet. Alergie i nietolerancje pokarmowe. Zasady żywienia w alergiach i nietolerancjach pokarmowych. Zaburzenia odżywiania.</p>
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej	<p><b>Literatura podstawowa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bujko J. (red.). Podstawy dietetyki. Wyd. SGGW. 2015.</li> <li>2. Saeed B., Gajewska D., Kozłowska L., Lange E., Myszkowska-Ryciak J., Włodarek D. Dietoterapia 1. Wyd. SGGW. 2015.</li> <li>3. Jarosz M (red.). Praktyczny Podręcznik Dietetyki. Warszawa, Instytut Żywności i Żywienia 2010.</li> </ol> <p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jarosz M. Normy żywienia dla populacji Polski, Wyd. IŻŻ, Warszawa. 2017.</li> <li>2. Peckenpaugh, Nancy J. Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Health Sciences, 2012.</li> <li>3. Żywienie i aktywność fizyczna w prewencji otyłości i innych chorób przewlekłych. Wyd, IŻŻ. 2010.</li> <li>4. Placek W. (red.). Dieta w chorobach skóry. Wyd.</li> </ol>

	<p>Czelej. 2016</p> <p>5. Wieczorek-Chełmińska Z. Żywnienie w chorobach przewodu pokarmowego. PZWL, Warszawa 2004</p> <p>6. Wieczorek-Chełmińska Z. Dieta oczyszczająca i regeneracyjna. Wyd. PZWL. Warszawa 2008.</p>																														
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	<p>Wykład, ćwiczenia audytoryjne (prelekcja, pokaz multimedialny)</p> <p>Ćwiczenia laboratoryjne w pracowni informatycznej (korzystanie z programu komputerowego Dietetyk wersja profesjonalna, wykonanie projektu)</p>																														
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	<p>W - uczestnictwo w ćwiczeniach praktycznych, wykonanie projektu, zaliczenie pisemne.</p> <p>U - ocena zrealizowanych diet podczas ćwiczeń praktycznych, ocena projektu diety</p> <p>K – ocena aktywności podczas ćwiczeń praktycznych, ocena projektu.</p> <p>Formy dokumentowania osiągniętych wyników; dziennik prowadzącego, projekt, zaliczenie.</p>																														
Bilans punktów ECTS	<p><b>Kontaktowe:</b></p> <table> <tr> <td>Wykłady</td> <td>10 godz.</td> <td>0,40 ECTS</td> </tr> <tr> <td>ćwiczenia</td> <td>18 godz.</td> <td>0,72 ECTS</td> </tr> <tr> <td>Konsultacje</td> <td>5 godz.</td> <td>0,20 ECTS</td> </tr> <tr> <td>Egzamin</td> <td>2 godz.</td> <td>0,08 ECTS</td> </tr> <tr> <td><b>RAZEM kontaktowe</b></td> <td><b>35 godz.</b></td> <td><b>1,4 ECTS</b></td> </tr> </table> <p><b>Niekontaktowe</b></p> <table> <tr> <td>przygotowanie do ćwiczeń</td> <td>14godz.</td> <td>0,56ECTS</td> </tr> <tr> <td>przygotowanie projektu</td> <td>20 godz.</td> <td>0,80 ECTS</td> </tr> <tr> <td>studiowanie literatury</td> <td>14 godz.</td> <td>0,56ECTS</td> </tr> <tr> <td>przygotowanie do egzaminu</td> <td>17 godz.</td> <td>0,68ECTS</td> </tr> <tr> <td><b>RAZEM niekontaktowe</b></td> <td><b>65 godz.</b></td> <td><b>2,6 ECTS</b></td> </tr> </table> <p><b>Łączny nakład pracy studenta to 100 godz. co stanowi 4 pkt. ECTS</b></p>	Wykłady	10 godz.	0,40 ECTS	ćwiczenia	18 godz.	0,72 ECTS	Konsultacje	5 godz.	0,20 ECTS	Egzamin	2 godz.	0,08 ECTS	<b>RAZEM kontaktowe</b>	<b>35 godz.</b>	<b>1,4 ECTS</b>	przygotowanie do ćwiczeń	14godz.	0,56ECTS	przygotowanie projektu	20 godz.	0,80 ECTS	studiowanie literatury	14 godz.	0,56ECTS	przygotowanie do egzaminu	17 godz.	0,68ECTS	<b>RAZEM niekontaktowe</b>	<b>65 godz.</b>	<b>2,6 ECTS</b>
Wykłady	10 godz.	0,40 ECTS																													
ćwiczenia	18 godz.	0,72 ECTS																													
Konsultacje	5 godz.	0,20 ECTS																													
Egzamin	2 godz.	0,08 ECTS																													
<b>RAZEM kontaktowe</b>	<b>35 godz.</b>	<b>1,4 ECTS</b>																													
przygotowanie do ćwiczeń	14godz.	0,56ECTS																													
przygotowanie projektu	20 godz.	0,80 ECTS																													
studiowanie literatury	14 godz.	0,56ECTS																													
przygotowanie do egzaminu	17 godz.	0,68ECTS																													
<b>RAZEM niekontaktowe</b>	<b>65 godz.</b>	<b>2,6 ECTS</b>																													
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	<p>Wykłady 10 godz.</p> <p>Ćwiczenia 18 godz.</p> <p>Konsultacje 5 godz.</p> <p>Egzamin 2 godz.</p> <p><b>RAZEM 35 godz., co stanowi 1,4 pkt. ECTS</b></p>																														
Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	<p>W1- BK_W02</p> <p>W2, W3 – BK_W01, BK_W11, BK_W12</p> <p>U1, U2 BK_U04, BK_U08</p> <p>U3 - BK_U01, BK_U10, BK_U11,</p> <p>K1 – BK_K01</p> <p>K2 – BK_K03, BK_K04</p>																														

