

**SYLABUS**

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2019/2020 - 2021/2022  
(skrajne daty)

Rok akademicki 2021/2022

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE/MODULE**

Nazwa przedmiotu/ modułu	<b>Żywnienie kobiet w ciąży i połogu - zajęcia praktyczne</b>
Kod przedmiotu/ modułu*	-
Wydział (nazwa jednostki prowadzącej kierunek)	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom kształcenia	I stopień
Profil	Praktyczny
Forma studiów	Niestacjonarne
Rok i semestr studiów	Rok III; Semestr VI
Rodzaj przedmiotu	podstawowy
Język wykładowy	polski
Koordinator	mgr Klaudia Bielak - Nowaczyk
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	mgr Klaudia Bielak - Nowaczyk

\* - zgodnie z ustaleniami na Wydziale

**1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS**

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt ECTS
VI	-	-	-	-	-	20	-		1

**1.2. Sposób realizacji zajęć**

zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

**1.3 Forma zaliczenia przedmiotu /modułu (z toku)** (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

ZAJĘCIA PRAKTYCZNE: ZALICZENIE Z OCENĄ

**2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

-
---

**3. CELE, EFEKTY KSZTAŁCENIA, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE**

**3.1 Cele przedmiotu/modułu**

C <sub>1</sub>	Zaznajomienie studentów z zasadami i normami żywienia kobiet w różnym wieku, stanie zdrowia, ciąży i porodu.
C <sub>2</sub>	Zaznajomienie studentów z zasadami żywienia w profilaktyce nowotworów kobiecych i problemów zdrowotnych okresu klimakterium.
C <sub>3</sub>	Kształtowanie umiejętności oceny zapotrzebowania energetycznego i zapotrzebowania na składniki odżywcze u kobiet w ciąży, porodu, klimakterium.
C <sub>4</sub>	Kształtowanie umiejętności układania jadłospisu dla kobiety w okresie przedkoncepcyjnym, w poszczególnych trymestrach ciąży, porodu- laktacji.
C <sub>5</sub>	Kształtowanie postawy odpowiedzialności za podejmowane interwencje dietetyczne.

**3.2 Efekty kształcenia dla przedmiotu/ modułu ( wypełnia koordynator)**

EK (efekt kształcenia)	Treść efektu kształcenia zdefiniowanego dla przedmiotu (modułu)	Odniesienie do efektów kierunkowych (KEK)
EK_01	Zna zasady żywienia kobiety w okresie przedkoncepcyjnym, w ciąży, porodu i okresie klimakterium.	K_Wo8, K_Wo9
EK_02	Zna normy na energię i składniki odżywcze u kobiet w poszczególnych trymestrach ciąży.	K_Wo8, K_Wo9
EK_03	Planuje propozycje jadłospisu dla kobiety ciężarnej.	K_Uo3
EK_04	Określa zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze w poszczególnych trymestrach ciąży.	K_Uo3, K_Ko4
EK_05	Jest gotów do krytycznej oceny posiadanej wiedzy i odbieranych treści na kierunku Dietetyka.	K_Ko5

**3.3 Treści programowe (wypełnia koordynator)**

Zajęcia praktyczne

<b>Treści merytoryczne</b>
----------------------------

Żywienie w okresie przedkoncepcyjnym.
Ocena stanu odżywiania (badania antropometryczne i analiza badań biochemicznych) kobiet w ciąży – normy przyrostu masy ciała.
Ocena sposobu żywienia u kobiet w ciąży, porożu, po operacjach położniczych ginekologicznych.
Zasady układania jadłospisu indywidualnego dla kobiety w ciąży.
Żywienie w okresie okołoporodowym.
Żywienie i suplementy diety u kobiet w ciąży i porożu.
Zapobieganie niedożywieniu u kobiet w ciąży, porożu.
Profilaktyka żywieniowej osteoporozy, chorób sercowo naczyniowych, nadwagi w okresie klimakterium.
Profilaktyka żywieniowa chorób kobiecych nowotworowych.

### 3.4 Metody dydaktyczne

Wykład z prezentacją multimedialną, konwersatorium, ćwiczenia praktyczne, analiza przypadków

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów kształcenia

Symbol efektu	Metody oceny efektów kształcenia (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK <sub>-</sub> _01	Zaliczenie pisemne	ZP
EK_02	Zaliczenie pisemne	ZP
EK_03	Jadłospis	ZP
EK_04	Sprawozdanie	ZP
EK_05	Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena	ZP

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

## Semestr I

Zajęcia praktyczne - zaliczenie z oceną uwzględniającą : umiejętności studenta, obecność na zajęciach, oceny z kolokwiów częściowych

Zakres ocen: 2,0 – 5,0

Metody i kryteria oceny:

- Obecność na zajęciach praktycznych / praktykach zawodowych udokumentowana przez prowadzącego w karcie obecności (zgodnie z regulaminem praktyk zawodowych).
- Uzyskanie pozytywnej oceny końcowej z zajęć praktycznych / praktyk zawodowych - ( z zakresu wiedzy, umiejętności i postawy) udokumentowana przez prowadzącego w indywidualnej karcie zaliczeń.

Ocena wiedzy:

Kolokwium pisemne

5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia poniżej 60%

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności:

Zaliczenie praktyczne

Zaliczenie zorganizowane w postaci określonego zadania do wykonania, dopuszczalna również prezentacja lub wykonanie projektu, realizacja określonego zadania.

Ocena umiejętności

5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest poprawiany, dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jego zakres przygotowania nie pozwala na

całościowe przedstawienie omawianego problemu, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

3.0 – student uczestniczy w zajęciach, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, jednak często popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie układa jadłospisu dla kobiety ciężarnej, nie określa zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze, często jest poprawiany.

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie kompetencji społecznych:

Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena

Ocena kompetencji społecznych:

Ocena za P\_Ko1

Zakres ocen: 2,0 - 5,0

## 5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające planu z studiów	20
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	1
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	4
SUMA GODZIN	25
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>1</b>

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	Zgodnie z Regulaminem Praktyk Zawodowych

## 7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Gawęcki J., Hryniewiecki L.: Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu człowieka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
2. Gertig H., Przysławski J.: Bromatologia. Zarys nauki o żywności i żywieniu. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2006.
3. Kunachowicz H., Czarnowska –Miształ, Turlejska H.: Zasady żywienia człowieka. WSiP, Warszawa 2004.

Literatura uzupełniająca:

1. Szostak-Węgierek D.: Żywność w czasie ciąży i karmienia piersią. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
2. Dziura A., Girtler M., Falkiewicz K., Stanley-Kałuża V.: Zdrowa dieta przyszłej mamy. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
3. Nehring-Gugulska M., Pietkiewicz A., Żukowska-Rubik M.: Karmienie piersią w teorii i praktyce. Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021.
4. Szawłowski A., Sobocki J., Gromadzka-Ostrowska J., Słodkowski M., Paluszkiwicz P.: Żywność w chorobach nowotworowych. wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020.
5. Szostak-Węgierek D.: Żywność osób starszych. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2020.
6. Małgorzewicz S.: Żywność kliniczna. Praktyczne zagadnienia. Tom I. Wydawnictwo Czelej, Lublin 2020.
7. Kunachowicz H., Nadolna J., Przygoda B., Iwanow K.: Tabele składników i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2008.
8. Kunachowicz H., Nadolna J., Przygoda B., Iwanow K.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005.
9. Szostak –Węgierek D: Znaczenie prawidłowego żywienia kobiet w ciąży. Żyw. Człow.Metab., 204, 41, 2, 160-167.
10. Szostak –Węgierek D: Żywność kobiet w ciąży. Warszawa, PZWL 2005, 7-60.
11. Hasik J., Gawęcki J.(red.): Żywność człowieka zdrowego i chorego. T.I, T. II. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2005.
12. Hasik J., Gawęcki J.(red.): Żywność człowieka. PWN, Warszawa 2000.
13. Hasik J., Hryniewiecki L., Grzymisławski M.: Dietetyka. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 1999.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej