

**SYLABUS**

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2023-2025

(skrajne daty)

Rok akademicki 2024/2025

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

|   |   |
|---|---|
| Nazwa przedmiotu                                      | Bezpieczeństwo żywienia kobiet ciężarnych, karmiących oraz niemowląt: Zajęcia Praktyczne ZP |
| Kod przedmiotu*                                       |   |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek                  | Kolegium Nauk Medycznych  |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot                | Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki   |
| Kierunek studiów                                      | Dietetyka   |
| Poziom studiów  | II stopień  |
| Profil  | praktyczny  |
| Forma studiów   | Niestacjonarne  |
| Rok i semestr/y studiów                               | Rok II; sem. III  |
| Rodzaj przedmiotu                                     | Obowiązkowy   |
| Język wykładowy                                       | Polski  |
| Koordinator   | Mgr Paulina Kwasek  |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | Mgr Klaudia Bielak-Nowaczyk   |

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

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

| Semestr (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. PZ | Inne | Liczba pkt. ECTS |
|--------------|-------|-----|-------|------|------|----|-----------|------|------------------|
| III          | -     | -   | -     | -    | -    | 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 (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)**

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Anatomia i fizjologia człowieka : budowa narządów płciowych żeńskich i męskich, fizjologia ciąży, porodu ,laktacji.  
Żywnienie Człowieka zdrowego i chorego.  
Żywnienie niemowląt- Dietetyka I stopień  
Żywnienie kobiet w ciąży i połogu- Dietetyka I stopień

## 3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ , TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

### 3.1 Cele przedmiotu

|    |   |
|----|---|
| C1 | Ugruntowanie i poszerzenie wiedzy z zakresu prawidłowego i bezpiecznego żywienia kobiet ciężarnych i karmiących oraz wybrane elementy żywienia niemowląt. |
| C2 | Kształtowanie umiejętności prowadzenia skutecznej i bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących.                                     |
| C3 | Kształtowanie postawy odpowiedzialności za bezpieczeństwo podejmowanych interwencji dietetyczne w grupie kobiet w ciąży i karmiących.                     |

### 3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu ZP i PZ

| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu  | Odniesienie do efektów kierunkowych <sup>1</sup> |
|------------------------|---|--|
| EK_01                  | W oparciu o doświadczenie praktyczne uzupełnia zdobytą wiedzę w zakresie zasad bezpiecznego żywienia kobiet w ciąży i połogu.                                     | K_W03, K_W10,                                    |
| EK_02                  | W oparciu o doświadczenie praktyczne uzupełnia zdobytą wiedzę w zakresie zagrożeń dla zdrowia związanych z żywieniem u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt. | K_W10, K_W11                                     |
| EK_03                  | Umie wykorzystać podstawy fizjologiczne i właściwości terapeutyczne diet we wdrażaniu bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących.           | K_U02, K_U03                                     |
| EK_04                  | Planuje, wdraża i dokonuje oceny interwencji żywieniowych u kobiet w ciąży, karmiących.   | K_U02, K_U03                                     |
| EK_05                  | Rozpoznaje, związane z żywieniem zagrożenia dla zdrowia u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt, potrafi opracować założenia promocji zdrowia i profilaktyki. | K_U02, K_U03                                     |
| EK_06                  | Posiada świadomość własnych ograniczeń i odczuwa konieczności konsultowania problemów z doświadczonym   | K_K04  |

<sup>1</sup> W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

|       |  |       |
|-------|--|-------|
|       | specjalistą, innym niż specjalista z zakresu dietetyki.                            |       |
| EK_07 | Wykazuje postawę, promującą zdrowy styl życia wśród kobiet w ciąży oraz karmiących | K_Ko6 |

### 3.3 Treści programowe

#### A. Problematyka zajęć praktycznych ZP

| Treści merytoryczne Zp   |
|--|
| 1. Ocena sposobu odżywiania ciężarnej i położnicy. Ocena stanu odżywienia, ocena stanu ryzyka związanego z odżywianiem. Przyrosty masy ciała w ciąży i połogu. |
| 2. Nadwaga i otyłość w ciąży i laktacji- zasady postępowania.  |
| 3. Suplementacja diety u kobiet w ciąży wpływ na przebieg ciąży, wyniki położnicze.  |
| 4. Wybrane choroby współistniejące z ciążą - zasady żywienia i dietoterapii.   |
| 5. Żywienie niemowląt. Znaczenie karmienia piersią dla prawidłowego rozwoju dziecka. Ocena sposobu odżywiania niemowląt. Pokarmy uzupełniające.                |

| <b>Kształcenie praktyczne ZP – oddział Położniczo - Noworodkowy.<br/>           Bezpieczeństwo żywienia kobiet ciężarnych, karmiących oraz niemowląt<br/>           KIERUNEK - DIETETYKA: STACJONARNE<br/>           II ROK sem. III</b> |   |                            |
|--|---|----------------------------|
| * Właściwe zakreślić   |   |                            |
| Lp.  | Efekty  | Stopień osiągnięcia efektu |
| 1.   | Dokonuje oceny stanu odżywienia kobiety w okresie ciąży.  | 2-3-4-5                    |
| 2.   | Dokonuje oceny sposobu żywienia w oparciu o przeprowadzony wywiad i przyjęte kryteria oceny.  | 2-3-4-5                    |
| 3.   | Układa jadłospis dla diety indywidualnej z uwzględnieniem zapotrzebowania na składniki odżywcze i energię oraz z uwzględnieniem trymestru ciąży i stanu zdrowia.  | 2-3-4-5                    |
| 4.   | Układa jadłospis dla kobiety w wybranych jednostkach chorobowych współistniejących z ciążą: np. cukrzycą, z nadciśnieniem tętniczym w ciąży, cholestazą ciążową, niedokrwistością, stanie przedrzucawkowym, dieta wegetariańska i wegańska. | 2-3-4-5                    |
| 5.   | Prowadzi poradę dietetyczną w zakresie prawidłowego i bezpiecznego żywienia w   | 2-3-4-5                    |

|   |   |         |
|---|---|---------|
|   | cięży i laktacji.   |         |
| 6.  | Ocenia bezpieczeństwo i skuteczność prowadzonej interwencji dietetycznej.                                     | 2-3-4-5 |
| 7.  | Przestrzega zasad etyki w kontakcie z pacjentką.  | 2-3-4-5 |
| 8.  | Jest aktywny i wykazuje inicjatywę w doskonaleniu, jakości pracy.   | 2-3-4-5 |
| 9.  | Przestrzega regulaminu kształcenia praktycznego i organizuje praktykę zawodową zgodnie z regulaminem praktyk. |         |
| <b>Razem:</b> (średnia wartość ocen w wyżej wymienionych pozycjach) |   | .....   |

### 3.4 Metody dydaktyczne

Próba pracy, analiza przypadków, układanie jadłospisów, przygotowywanie materiałów edukacyjnych

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

| Symbol efektu | Metody oceny efektów kształcenia ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, ZP,PZ) |
|---------------|---|---|
| EK_01         | Ocenianie bieżące- wypowiedz ustna i/lub test wiedzy  | ZP  |
| EK_02         | Ocenianie bieżące – wypowiedz ustna i /lub - test wiedzy  | ZP  |
| EK_03         | Obserwacja opiekuna, projekt, ocena grupy, samoocena,   | ZP  |
| EK_04         | Obserwacja opiekuna w czasie zajęć , projekt, ocena grupy, samoocena  | ZP  |
| EK_05         | Obserwacja opiekuna w czasie próby pracy, ocena grupy, samoocena  | ZP  |
| EK_06         | Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena   | ZP  |
| EK_07         | Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena   | ZP  |

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

#### Ocena umiejętności ZP

Zakres ocen 2-5

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności na Zajęciach praktycznych i Praktykach zawodowych :

1. Przygotowanie portfolio: opracowany indywidualny jadłospis dla kobiety w ciąży fizjologicznej i patologicznej, z chorobą ginekologiczną, materiały edukacyjne, artykuł naukowy.
2. Ocenianie bieżące zastosowania wiedzy w praktyce,
3. Obserwacja i ocenianie aktywności.
4. Ocena grupy
5. Samoocena

Kryteria oceny umiejętności na zajęciach praktycznych i praktykach zawodowych.

Zakres ocen 2-5

5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze zbiera wywiad żywieniowy, ocenia sposób żywienia i stan odżywienia, bardzo dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, prowadzi poradę żywieniową.

4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zbiera wywiad żywieniowy, ocenia sposób żywienia i stan odżywienia, 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, mało aktywny w czasie zbierania wywiadu żywieniowego, znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, niezbyt trafnie określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

3.0 – student mało aktywnie uczestniczy w zajęciach, mało aktywny w czasie zbierania wywiadu żywieniowego, znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, jednak często popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach (w tym również nieobecności nieusprawiedliwione), znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, większość 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

ZAKRES OCEN: 2,0 - 5,0

2.0 Student nie akceptuje zadań, nie dostrzega konieczności udziału w zajęciach grupowych i doskonalenia pracy własnej, unika pracy, nie angażuje się w pracę, nie dostrzega słabych i mocnych stron swoich działań, nie dostrzega swojej roli w pracy grupy

3.0 student uczestniczy w pracy grupy i wykonuje zadania indywidualne, dostrzega słabe i mocne strony swoich działań. dostrzega swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

3.5 student słabo inicjuje niektóre zadania pracy w grupie i wykonuje zadania indywidualne, dostrzega słabe i mocne strony swoich działań, dostrzega swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

4.0 wykazuje odpowiedzialność za wykonane zadania indywidualne i zadania w grupie, świadomie wyznacza swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

4,5 o wykazuje wysoką odpowiedzialność za wykonane zadania indywidualne i zadania w grupie, świadomie wyznacza swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

5.0 Świadomie i pozytywnie oddziałuje na grupę przy wykonywaniu zadań indywidualnych i grupowych, świadomie i z przekonaniem określa swoją rolę w efektywnej edukacji, broni swojego zdania motywuje innych. Zna mocne strony swoich działań, dąży do doskonalenia działań w zakresie prowadzenia edukacji żywieniowej i porady dietetycznej.

## 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/prowadzone za pomocą kształcenia na odległość wynikające z planu studiów                | 20  |
| Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)  | -   |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, napisanie pracy zaliczeniowej itp.) | -   |
| SUMA GODZIN  | 20  |
| <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

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| wymiar godzinowy                 | ZP- 20 godz                                      |
| zasady i formy odbywania praktyk | Zgodnie z Regulaminem Zajęć i Praktyk Zawodowych |

## 7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Bręborowicz G.H. Położnictwo i Ginekologia tom 1,2. PZWL 2017.
2. Jarosz M.(Red): Żywnie wpływ na zdrowie człowieka. PZWL 2016.
3. Jarosz Normy żywienia dla populacji polskiej. IŻiŻ Warszawa 2017
4. Kunachowicz H., Nadolna J., Przygoda B., Iwanow K.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2015.
5. Szostak-Węgierek D.: Żywnie w czasie ciąży i karmienia piersią. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
6. Dziura A., Girtler M., Falkiewicz K., Stanley-Kałuża V.: Zdrowa dieta przyszłej mamy. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
7. Nehring-Gugulska M., Pietkiewicz A., Żukowska-Rubik M.: Karmienie piersią w teorii i praktyce. Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021.
8. H. Szajewska, A. Horvath i in.: Karmienie piersią. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywnienia Dzieci. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2016, t. 13, 9-24.
9. H. Szajewska, P. Socha i in.: Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywnienia Dzieci. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2021, t. 18, 7-24.
10. H. Weker i in.: Stanowisko Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie zasad żywienia dzieci w wieku 1-3 lat. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2022, t. 19, 287-302.
11. A. Bzikowska-Jura, M. Żukowska-Rubik i in.: Stanowisko Grupy Ekspertów w sprawie zaleceń żywieniowych dla kobiet w okresie laktacji – aktualizacja. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2023, t. 20, 233-248.

Literatura uzupełniająca:

1. Szostak –Węgierek D: Żywnie kobiet w ciąży . Warszawa, PZWL 2015,7-60.
2. Tobiasz-Kańkun N. Socha J.: Niedożywnie kobiet w ciąży. [w] Januszewicz P.(red): Niedożywnie a Zdrowie Publiczne. Wydaw. UR 2011.
3. Tobiasz-Kańkun N. Ryżko J.: Szkodliwe praktyki medycyny

niekonwencjonalnej na przykładzie samoleczenia zapańc u kobiet  
w ciąży w regionie Podkarpacia [w] Więch P. BinkowskaM.(red) .  
Badania w pielęgniarstwie XXI wieku. Wydawnictwo Uniwersytetu  
Rzeszowskiego. Wydawnictwo UR 2016.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej