

**SYLABUS**

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2023-2025

(skrajne daty)

Rok akademicki 2023/2024

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Nazwa przedmiotu	Promocja zdrowia i stylu życia
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	I stopnia
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok I; semestr II
Rodzaj przedmiotu	ogólny/moduł 1
Język wykładowy	Polski
Koordynator	Mgr Aleksandra Padło
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Aleksandra Padło

\* -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.	Inne (jakie?) samokształcenie	Liczba pkt. ECTS
II	20	-	-	-	-	-	-	15	2

**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)**

ZALICZENIE Z OCENĄ

**2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

Podstawowa wiedza w zakresie edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia.

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

### 3.1 Cele przedmiotu

C1	Diagnoza potrzeb z zakresu promocji zdrowia i stylu życia
C2	Identyfikacja czynników odpowiedzialnych za kształtowanie postaw prozdrowotnych, dobór metod edukacyjnych wobec różnych grup populacyjnych
C3	Przygotowanie do identyfikowania potrzeb z zakresu promocji zdrowia i stylu życia, planowania i podejmowania skutecznych działań mających na celu umacnianie zdrowia w społeczeństwie oraz dokonywania ewaluacji podjętych działań.

### 3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych <sup>1</sup>
EK_01	Absolwent zna i rozumie ekonomiczne, prawne, społeczne, etyczne, metodologiczne uwarunkowania działalności zawodowej dietetyka, w tym w zaawansowanym stopniu pojęcia i zasady z zakresu ochrony własności intelektualnej, przemysłowej i prawa autorskiego.	K_W01
EK_02	Absolwent zna i rozumie w zaawansowanym stopniu metody, teorię i zasady opieki nad człowiekiem w różnych okresach życia, stanie zdrowia, udzielania pierwszej pomocy. Zna psychologiczne uwarunkowania kontaktu z pacjentem oraz zasady przeprowadzania badań naukowych wśród pacjentów	K_W05
EK_03	Absolwent jest gotów do wykazywania odpowiedzialności za przestrzeganie zasad bioetyki i dobrej praktyki w badaniach naukowych oraz przestrzega zasad etyki zawodowej oraz wymaga tego od innych.	K_K01
EK_04	Krytycznej oceny posiadanej wiedzy i odbieranych treści na kierunku dietetyka.	K_K05

### 3.3 Treści programowe

#### A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne
Promocja zdrowia, styl życia, edukacja zdrowotna – definicje cele, zadania.
Definicja zdrowia. Modele zdrowia. Czynniki warunkujące zdrowie.
Zdrowy styl życia – podstawowe zasady i elementy: aktywność fizyczna, sen, używki, stres
Rola rodziny w promowaniu prozdrowotnego stylu życia.
Cele i zadania edukacji zdrowotnej. Zakresy oddziaływań. Czynniki ułatwiające i zakłócające.
Rola promocji zdrowia i stylu życia w zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym.
Promowanie zdrowia i prozdrowotnego stylu życia w poszczególnych grupach wiekowych.
Nadwaga i otyłość jako problem globalny XXI wieku.

<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.

Rola Narodowych Programów Zdrowia i Kampanii Społecznych w kształtowaniu postaw prozdrowotnych
Rola i zadania dietetyka w promocji zdrowia oraz kształtowaniu zdrowego stylu życia.

### 3.4 Metody dydaktyczne

wykład konwersatoryjny z prezentacją multimedialną,

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	Pisemny test wiedzy	wykład
EK_02	Pisemny test wiedzy	wykład
EK_03 – EK04	Pisemny test wiedzy, obserwacja studenta podczas zajęć, realizacja zadań, samoocena	Wykład, projekt

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Uczestnictwo w wykładach – na poziomie minimum 70%

Zaliczenie testowe treści wykładowych: pytania z zakresu wiadomości do zapamiętania i zrozumienia – wymagane uzyskanie 60% pozytywnych odpowiedzi.

Ponadto:

- Ocena przygotowania do zajęć
- Aktywność studenta podczas zajęć
- Przygotowanie i prezentacja projektu

Zakres ocen: 2,0 – 5,0

Kryteria oceny wiedzy:

5.0 – Student wykazuje bardzo dobry stopień wiedzy/umiejętności, gdy na egzaminie lub na sprawdzianach (pracach kontrolnych) uzyskuje powyżej 93% do 100% sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności.

4.5 – student wykazuje plus dobry stopień wiedzy/umiejętności i uzyskuje od 85% do 92% sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności

4.0 – student wykazuje dobry stopień wiedzy/umiejętności i uzyskuje od 77% do 84% sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności

3.5 – student wykazuje plus dostateczny stopień wiedzy/umiejętności i uzyskuje od 69% do 76%

sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności  
 3.0 – student wykazuje dostateczny stopień wiedzy/umiejętności i uzyskuje od 60% do 68% sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności  
 2.0 – student nie osiągnął założonych efektów, uzyskuje poniżej 60% sumy punktów oceniających stopień wymaganej wiedzy/umiejętności przyjętej liczby punktów.

Kryteria oceny samokształcenia: zaliczenie na podstawie przygotowania zleconego zadania/projektu – pracy indywidualnej tj. prezentacji multimedialnej/plakatu/infografiki na wybrany temat.

Kryteria oceny stanowią: zgodność przedstawionej tematyki w projekcie z realizowanym efektem kształcenia w tym gromadzenie i przedstawienie aktualnego piśmiennictwa w oparciu o najnowszą wiedzę - wiedza odtwórcza studenta w zakresie prezentowanej tematyki oraz uzasadnienie wypowiedzi zgodnie z medycyną opartą na dowodach naukowych- podstawowe zasady tworzenia projektu w formie prezentacji multimedialnych/plakatu/infografiki – przedstawienie tytułu, celu, istoty prezentacji, dostosowanie prezentacji do odbiorców, rozkład procentowy ilości tekstu zawartego w slajdzie, odpowiednia czcionka, czytelność elementów graficznych, kolorystyka, celowość zastosowanych animacji, autorstwo prezentacji.

Zakres ocen z samokształcenia: 2.0 – 5.0

**Ocena końcowa** jest średnią ocen uzyskanych z wszystkich aktywności studenta (test, aktywność na zajęciach, przygotowanie programu zdrowotnego, uczestnictwo w zajęciach).

**UWAGA:** OCENĘ POZYTYWNA Z PRZEDMIOTU MOŻNA UZYSKAĆ WYŁĄCZNIE POD WARUNKIEM UZYSKANIA POZYTYWNEJ OCENY ZA KAŻDY Z USTANOWIONYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA.

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny z harmonogramu studiów	20
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	2
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, samokształcenie itp.)	28
SUMA GODZIN	50
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>2</b>

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

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy

NIE DOTYCZY

zasady i formy odbywania praktyk	<b>NIE DOTYCZY</b>
----------------------------------	--------------------

## 7. LITERATURA

### Literatura podstawowa:

1. Śliż A, Mamcarz A. Medycyna stylu życia. PZWL Warszawa 2018.
2. Gawęcki J., Roszkowski w.: Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2017.
3. Gromadzak-Ostrowska J., Włodarek D., Toeplitz Z., Myszkowska-Ryciak J., Królikowski T. Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia. Wyd. SGGW 2019.
4. Polechoński J. Aktywność fizyczna w promocji zdrowia: wybrane zagadnienia. Wyd. Ak. Wych. Fiz. Katowice 2018.
5. Ustawa z dnia 11 września 2015 o zdrowiu publicznym (Dz.U.2015, poz.1916 ze zm.)
6. B. Woynarowska. Edukacja Zdrowotna. PWN 20017.

### Literatura uzupełniająca:

1. Kasperczyk T., Mucha D. Promocja zdrowia i żywienie w zapobieganiu chorób cywilizacyjnych. Krakowska Wyższa Szkoła Promocji Zdrowia 2014.
2. Nosko J.(red.): Zdrowie publiczne w zmieniającej się Europie i Polsce. Wydawnictwo IMP, Łódź 2004.
3. Płonka-Syroka B., Srogosz T.: Zdrowie i choroba jako problem społeczny i polityczny. Medycyna w kontekście działań państwa. Wydawnictwo DiG, Wrocław 2005.
4. Januszewicz P., Socha P, Mazur A. Żywnienie w zdrowiu Publicznym. Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego 2009.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej