

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2018-2024

(skrajne daty)

1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE/MODULE

Nazwa przedmiotu/ modułu	Diety odchudzające
Kod przedmiotu/ modułu*	Fak
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk Medycznych
Kierunek studiów	Lekarski
Poziom kształcenia	Jednolite studia magisterskie
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
Rok i semestr studiów	IV rok, 7 semestr
Rodzaj przedmiotu	fakultet
Koordinator	
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	

* - zgodnie z ustaleniami w jednostce

1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Wykł.	Cw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt ECTS
				15				0,5

1.3. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.4. Forma zaliczenia przedmiotu/ modułu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Znajomość zagadnień z zakresu żywienia człowieka
Umiejętność przygotowania spersonalizowanej diety

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

3.1. Cele przedmiotu/modułu

C1	Zapoznanie studenta z dietą, założeniami diety, zaletami i wadami diety
C2	Poszerzenie świadomości w zakresie problematyki postaw służących zdrowiu
C3	Zdobycie umiejętności samodzielnego opracowania oraz wdrażania diety

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 promocji zdrowia, jej zadania i główne kierunki działania, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia	D.W14
EK_02	Zna podstawy medycyny opartej na dowodach	D.W23
EK_03	Potrafi udzielać porad w kwestii przestrzegania zaleceń terapeutycznych i prozdrowotnego trybu życia;	D.U9

3.3 TREŚCI PROGRAMOWE (wypełnia koordynator)

A. Problematyka seminariów

Treści merytoryczne
Żywność wygodna, funkcjonalna i żywność lecznicza wzbogacona, suplementy diety. Biologicznie aktywne składniki żywności wspomagające redukcję masy ciała Program zdrowego odżywiania Diety w promocji zdrowego trybu życia, zapobiegające chorobom Diety niekonwencjonalne

3.4 METODY DYDAKTYCZNE

Wykład, dyskusja, pokaz, ćwiczenia. Praca w grupach

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_01	TEST	SEMINARIUM
EK_02	TEST	SEMINARIUM
EK_03	TEST	SEMINARIUM

4.2 WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU (KRYTERIA OCENIANIA)

Warunki zaliczenia:

1. Obecność obowiązkowa na zajęciach.
2. Aktywność na zajęciach
3. Przygotowanie prezentacji na zadany temat.

4. 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	15
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	-
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	3
SUMA GODZIN	18
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	0,5

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Świderski F. Żywność wygodna i żywność funkcjonalna. Wydawnictwo Naukowo - Techniczne WNT 2003.
2. Whitney C., Adamo J. P., Jedz zgodnie ze swoją grupą krwi. Wyd. Mada 2008.
3. Rodriguez J. C., Najślynniejsze diety. Imprint 2008.
4. Celejowa I.: Mody i diety w żywieniu. Kompendium wiedzy o żywności i żywieniu. Oficyna wydawnicza Szczepan Szymański, Warszawa, 1997.

Literatura uzupełniająca:

1. Krawczyński M., Probiotyki, prebiotyki żywność funkcjonalna w praktyce pediatry i lekarza rodzinnego. Przew. Lek 2003, 6, 2, 110-115.
2. Stańczak A., Ochocki Z., Żywność funkcjonalna i nutraceutyki. Bromat. Chem. Toksykolog. XXXVI, 2003, 3, 185-191.
3. Waszkiewicz B. – Robak, F. Swiderski, P. Serafin. Biologicznie aktywne składniki żywności wspomagające redukcje masy ciała./Cz. II. Mechanizmy działania. Przemysł Spożywczy Cz. I.: 7/2007, 28-30; Cz. II.:8/2007, 60-64.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej