

Wypełnia Zespól Kierunku	Nazwa modułu (bloku przedmiotów): PRZEDMIOTY WYBIERALNE KIERUNKOWE					Kod modułu: C.10.9	
	Nazwa przedmiotu: EDUKACJA ŻYWIENIOWA W MODELOWANIU CIAŁA					Kod przedmiotu: C.10.9.2	
	Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej przedmiot / moduł: AKADEMIA NAUK STOSOWANYCH W ELBLĄGU						
	Nazwa kierunku: KOSMETOLOGIA						
	Forma studiów: STACJONARNE		Profil kształcenia: PRAKTYCZNY			Poziom kształcenia: STUDIA I STOPNIA	
	Rok / semestr: 3/VI		Status przedmiotu /modułu: OBOWIĄZKOWY			Język przedmiotu / modułu: POLSKI	
	Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	laboratorium	projekt	seminarium	inne (wpisać jakie)
	Wymiar zajęć (godz.)	15				15	

Koordinator przedmiotu / modułu	dr inż. Małgorzata Anna Słowińska
Prowadzący zajęcia	dr inż. Małgorzata Anna Słowińska
Cel kształcenia	Poznanie zasad prawidłowego żywienia w aspekcie zdrowia i urody, korzyści i zagrożeń wynikających ze stosowania diet alternatywnych oraz teorii i praktyki wzmacniania działań w edukacji żywieniowej w kontekście modelowania ciała.
Wymagania wstępne	Student zna i rozumie rolę poszczególnych składników pokarmowych, wielkość ich zapotrzebowania, jakość zdrowotną produktów spożywczych, ocenę sposobu żywienia i stanu odżywienia.

EFEKTY UCZENIA SIĘ		
Nr efektu uczenia się/ grupy efektów	Opis efektu uczenia się	Kod kierunkowego efektu uczenia się
01	Definiuje zasady racjonalnego żywienia i ich znaczenie w zapobieganiu otyłości i niedożywieniu oraz wpływu na modelowanie sylwetki.	K_W37 K_W38
02	Zna zasady promocji zdrowia i zdrowego trybu życia	K_W44
03	Potrafi udzielać porad w zakresie trybu życia i diety sprzyjających modelowaniu ciała.	K_U02
04	Potrafi obsługiwać komputer w zakresie edycji tekstu, przygotowania prezentacji, gromadzenia informacji opartej na faktach, potrafi przygotować i wygłosić prezentację w języku polskim z użyciem terminologii stosowanej w zakresie prawidłowego żywienia i dietetyki.	K_U37 K_U39
05	Jest gotów do skutecznego zasugerowania klientowi konieczności poddania się konsultacji dietetycznej w zakresie zdrowego i racjonalnego żywienia.	K_U41

TREŚCI PROGRAMOWE
Wykład
Człowiek, zdrowie, żywność i żywienie – wzajemne relacje w aspekcie zdrowia i urody. Podstawowe pojęcia, cele i rola edukacji żywieniowej. Wpływ procesu edukacji żywieniowej w kształtowaniu poglądów, postaw i zachowań żywieniowych. Efektywność edukacji żywieniowej w zwalczaniu epidemii otyłości z perspektywy XXI wieku. Specyfika procesu edukacji żywieniowej ze szczególnym uwzględnieniem bilansu energetycznego

diety. Zalety, wady i możliwości wykorzystania diet alternatywnych w modelowaniu ciała.

Seminarium

Cele, zadania oraz zasady prezentowania zagadnień z zakresu edukacji żywieniowej. Poszukiwanie i analiza wiarygodnych informacji. Opracowanie materiałów edukacyjnych, przygotowanie i wygłoszenie prezentacji multimedialnej na temat teorii i praktyki wzmacniania działań w promocji zdrowia w kontekście modelowania ciała.

Literatura podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Placek W., Dieta w chorobach skóry. Wydawnictwo Czajka Sp. z o.o., 2015. 2. Włodarek D., Lange E., Kozłowska L., Głąbska D.: Dietoterapia. Wydawnictwo PZWL, 2014. 3. Grzymisławski M., Gawęcki J., Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. Wydawnictwo PWN, 2010. 4. Gawęcki J., Roszkowski W., Żywnienie a zdrowie publiczne, Wydawnictwo PWN, 2012. 5. Jarosz M., Rychlik E., Stoś K., Charzewska J., Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie, Wydawnictwo NCEŻ, 2020.
Literatura uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peckenpaugh N., Podstawy żywienia i dietoterapia. Wydawnictwo Elsevier Urban & Partner, 2011. 2. Kunachowicz H., Przygoda B., Nadolna I, Iwanow K., Tabele składu i wartości odżywczej żywności. Wydawnictwo PZWL, 2017. 3. Wieczorek-Chełmińska Z., Nowoczesna dietetyczna książka kucharska. Wydawnictwo PZWL, 2011.
Metody kształcenia	Materiały do zajęć: Tabele wartości odżywczej, komputer i rzutnik multimedialny.

Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się/grupy efektów
Zaliczenie pisemne		01, 02
Przygotowanie i wygłoszenie prezentacji multimedialnej		03, 04, 05
Obserwacja samodzielnej pracy studenta		03, 04, 05
Formy i warunki zaliczenia	Zaliczenie na podstawie kolokwium (waga 0,7). Stosuje się skalę ocen do poprawnych odpowiedzi: bardzo dobry 90 - 100 % , dobry plus 86-89 % , dobry 80-85 % , dostateczny plus 71-79%, dostateczny 57-70 % , niedostateczny 0-56 %.	
	Ocena prezentacji (waga 0,3).	

NAKLAD PRACY STUDENTA		
Rodzaj działań/zajęć	Liczba godzin	
	Ogółem	W tym zajęcia powiązane z praktycznym przygotowaniem zawodowym
Udział w wykładach	15	
Samodzielne studiowanie		
Udział w ćwiczeniach, laboratoriach, projekcie, seminarium, zajęciach praktycznych	15	15
Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń, laboratorium, projektu, seminarium, zajęć praktycznych	15	15
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		

Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia	10	
Udział w konsultacjach		
Inne		
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.	55	30
Liczba punktów ECTS za przedmiot	2	
Liczba punktów ECTS przypisana do dyscypliny naukowej	nauki o zdrowiu - 2	
Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi	1,1	
Liczba punktów ECTS za zajęciach wymagające bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	1,1	