

KARTA PRZEDMIOTU

Cykl kształcenia od roku akademickiego: 2025/2026

I. Dane podstawowe

Nazwa przedmiotu	Dietetyka
Nazwa przedmiotu w języku angielskim	Dietetics
Kierunek studiów	Pielęgniarstwo
Poziom studiów (I, II, jednolite magisterskie)	I
Forma studiów (stacjonarne, niestacjonarne)	Stacjonarne
Dyscyplina	Nauki o Zdrowiu
Język wykładowy	Polski

Koordinator przedmiotu	Dr Urszula Bojakowska-Komsta
------------------------	------------------------------

Forma zajęć (<i>katalog zamknięty ze słownika</i>)	Liczba godzin	Semestr	Punkty ECTS
Wykład	15	II	1
Ćwiczenia	15	II	
Samokształcenie	10	II	

Wymagania wstępne	Wiedza z zakresu biologii i chemii na poziomie szkoły średniej
-------------------	--

II. Cele kształcenia dla przedmiotu

Zapoznanie studenta z podstawowymi terminami i definicjami nauki o żywieniu.
Poznanie zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku oraz żywienia dojelitowego i pozajelitowego, a także środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego
Zapoznanie z zasadami prawidłowego żywienia, błędami w żywieniu i podstawowymi chorobami powstałymi na tle wadliwego żywienia
Zasady leczenia dietetycznego i powikłania dietoterapii

III. Efekty uczenia się dla przedmiotu wraz z odniesieniem do efektów kierunkowych

Symbol	Opis efektu przedmiotowego	Odniesienie do efektu kierunkowego
W zakresie WIEDZY absolwent zna i rozumie:		
W_01	zapotrzebowanie na energię, składniki odżywcze i wodę u człowieka zdrowego oraz chorego w różnym wieku i stanie zdrowia;	C.W23.
W_02	zasady żywienia osób zdrowych i chorych w różnym wieku, żywienia dojelitowego i pozajelitowego oraz podstawy edukacji żywieniowej;	C.W24.
W_03	klasyfikację i rodzaje diet;	C.W25.
W_04	zasady oceny stanu odżywienia oraz przyczyny i rodzaje niedożywienia;	C.W26.
W_05	podstawy dietoterapii w najczęściej występujących chorobach	C.W27.

	dietozależnych u dzieci i dorosłych;	
W_06	środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego;	C.W28.
W zakresie UMIEJĘTNOŚCI absolwent potrafi:		
U_01	oceniać stan odżywienia organizmu z wykorzystaniem metod antropometrycznych, biochemicznych i badania podmiotowego oraz prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia;	C.U56.
U_02	stosować i zlecać diety terapeutyczne.	C.U57.

III. Opis przedmiotu/ treści programowe

Wykład:

1. Nauka o żywieniu człowieka – podstawowe terminy i definicje – 2h.
2. Potrzeby energetyczne organizmu człowieka. Podstawowa i całkowita przemiana materii. Bilans energetyczny – 2h.
3. Rola białek, tłuszczów i węglowodanów w organizmie człowieka. Wartość odżywcza żywności. Normy żywieniowe i racje pokarmowe – 2h.
4. Zasady prawidłowego odżywiania. Piramida zdrowego żywienia i aktywności fizycznej. Talerzyk zdrowego żywienia - 2h.
5. Błędy w żywieniu i podstawowe choroby powstałe na tle wadliwego żywienia – 2h.
6. Zasady żywienia dojelitowego i pozajelitowego. Środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego – 2h.
7. Podstawy dietoterapii i dietoprofilaktyki. Prezentacja diet terapeutycznych - 3h.

Ćwiczenia:

1. Rola witamin i składników mineralnych w organizmie człowieka – 2h.
2. Rola wody i równowaga kwasowo-zasadowa – 2h.
3. Ustalanie zapotrzebowania energetycznego człowieka – 2h.
4. Analiza składu ciała: proporcji pomiędzy tkanką tłuszczową, tkanką mięśniową, nawodnieniem organizmu oraz zmineralizowaniem kości. – 2h.
5. Wartość energetyczna pożywienia. Znakowanie żywności wartością odżywczą – 2h
6. Wskazania merytoryczne jak oceniać stan odżywienia i sposób żywienia, prowadzić poradnictwo w zakresie żywienia zdrowych i chorych dzieci, dorosłych, w szczególności kobiet w różnych okresach ich życia i różnym stanie zdrowia. Zastosowanie tabel składu i wartości odżywczej produktów i potraw oraz norm żywieniowych w ocenie wartości odżywczej diety. Opracowanie diet, planów żywieniowych – 5h.

Samokształcenie: projekt pielęgniarskich wskazówek poszpitalnych dla pacjenta w trakcie leczenia żywieniowego, jego rodziny lub opiekuna

IV. Metody realizacji i weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody dydaktyczne (lista wyboru)	Metody weryfikacji (lista wyboru)	Sposoby dokumentacji (lista wyboru)
WIEDZA			
W_01- W_06	Wykład konwencjonalny	Test	Uzupełniony kwestionariusz testu
UMIEJĘTNOŚCI			
U_01	Ćwiczenia praktyczne	Sprawozdanie	Sprawdzony

U_02		Test	plik/sprawdzony wydruk sprawozdania Uzupełniony kwestionariusz testu
------	--	------	---

V. Kryteria oceny, wagi...

Wykłady

Obecność na wykładach.

Pozytywny wynik Testu – zaliczenie pisemne.

Na ocenę dostateczną student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 60-70% pytań w teście końcowym. Student opanował efekty uczenia się w stopniu dostatecznym.

Na ocenę dostateczną plus student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 71-75% pytań w teście końcowym. Student opanował efekty uczenia się w stopniu zadowalającym.

Na ocenę dobrą student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 76-85% pytań w teście końcowym. Student opanował efekty uczenia się w stopniu dobrym.

Na ocenę dobrą plus student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 86-90% pytań w teście końcowym. Student ma dużą wiedzę i umiejętności, ale efekty uczenia się nie wykraczają poza zakres omawianego materiału.

Na ocenę bardzo dobrą student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 91-100% pytań w teście końcowym. Student ma dużą wiedzę i umiejętności, samodzielnie myśli konstruuje problemy badawcze.

Ćwiczenia

Obecność na wszystkich ćwiczeniach

Pozytywny wynik Testu – zaliczenie pisemne.

Na ocenę dostateczną student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 60-70% pytań w kolokwium. Student opanował efekty uczenia się w stopniu dostatecznym.

Na ocenę dostateczną plus student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 71-75% pytań w teście. Student opanował efekty uczenia się w stopniu zadowalającym.

Na ocenę dobrą student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 76-85% pytań w teście końcowym. Student opanował efekty uczenia się w stopniu dobrym.

Na ocenę dobrą plus student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 86-90% pytań w teście końcowym. Student ma dużą wiedzę i umiejętności, ale efekty uczenia się nie wykraczają poza zakres omawianego materiału.

Na ocenę bardzo dobrą student potrafi poprawnie odpowiedzieć na 91-100% pytań w teście końcowym. Student ma dużą wiedzę i umiejętności, samodzielnie myśli konstruuje problemy badawcze.

Przygotowanie sprawozdania:

- prawidłowe wyliczenie zapotrzebowania energetycznego – (0-2 punkty),
- przeprowadzenie analizy składu ciała - (0-2 punkty),
- opracowanie diety - (0-2 punkty),
- podsumowanie diety z uwzględnieniem wyliczonego zapotrzebowania - (0-2 punkty),
- wymogi techniczne opracowania zgodnie z zaleceniem prowadzącego zajęcia - (0-2 punkty).

Punktacja:

2 pkt - zadanie wykonane całkowicie poprawnie, zgodnie z wymaganiami

1 pkt – zadanie wykonane poprawnie, z niewielkimi błędami, zgodnie z wymaganiami

0 pkt – zadanie wykonane niezgodnie z wymaganiami

Zaliczenie sprawozdania od 6 pkt.

Złożenie projektu pielęgniarских wskazówek poszpitalnych dla pacjenta w trakcie leczenia żywieniowego, jego rodziny lub opiekuna

Kryteria oceny pracy samokształceniowej:

1. Zgodności treści z tematem:
 - wskazówki poszpitalne dla pacjenta (0-2 punkty).
 - wskazówki poszpitalne dla rodziny/opiekunów (0-2 punkty).
2. Poprawność terminologiczna i językowa (np. terminologia medyczna, brak błędów stylistycznych, ortograficznych) (0-2 punkty).
3. Prawidłowy i logiczny układ treści (0-2 punkty).
4. Wymogi techniczne opracowania zgodnie z zaleceniem prowadzącego zajęcia (0-2 punkty).

Punktacja:

- 2 pkt - zadanie wykonane całkowicie poprawnie, zgodnie z wymaganiami
 1 pkt – zadanie wykonane poprawnie, z niewielkimi błędami, zgodnie z wymaganiami
 0 pkt – zadanie wykonane niezgodnie z wymaganiami

Zaliczenie samokształcenia od 6 pkt.

VI. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności studenta	Liczba godzin
Liczba godzin kontaktowych z nauczycielem	30
Liczba godzin indywidualnej pracy studenta	10

VII. Literatura

Literatura podstawowa
<ol style="list-style-type: none"> 1. Gawęcki J. (red.), Żywnienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu, t. 1. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2012. 2. Włodarek D., Lange E., i inni, Dietoterapia, Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa 2020. 3. Gawęcki J., Roszkowski W. (red.). Żywnienie człowieka a zdrowie publiczne. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2012.
Literatura uzupełniająca
<ol style="list-style-type: none"> 1. Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.): Żywnienie człowieka zdrowego i chorego, t. 2. Wyd. Naukowe PWN, Warszawa 2012. 2. Jarosz M. Rychlik E., Stoś K., Charzewska J. (red.). Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny, Warszawa 2020. 3. Peckenpauh NJ., Podstawy żywienia i dietoterapia. Elsevier Urban & Partner, Wrocław 2015.