**Zasady układania jadłospisów i planowania diet***Principles of Meal and Diet Planning*

|  |  |
| --- | --- |
| **Program studiów dla przedmiotu obowiązujący od cyklu kształcenia** | 2023/2024 |
| **Kierunek studiów** | **Dietetyka** |
| **Rok i semestr studiów** | Rok III/ Semestr V |
| **Poziom kształcenia** | Studia I stopnia |
| **Profil kształcenia na kierunku** | Praktyczny |
| **Moduł kształcenia dla przedmiotu** | Kierunkowy |
| **Nazwa specjalizacji**(jeśli przedmiot specjalizacyjny) | - |
| **Status przedmiotu** | Do wyboru |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **ECTS** | **Forma zaliczenia** | **Waga** |
|  | **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |  |  |  |
| Ćwiczenia | 30 | 16 | **2** | Zaliczenie na ocenę | 100% |
| **Razem za zajęcia dydaktyczne** | **30** | **16** |  |  |
| Praca własna studenta | 20 | 34 |  |  |
| **Ogółem** | **50** | **50** |  |  |

**Cele kształcenia dla przedmiotu**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Zapoznanie studentów z charakterystyką i klasyfikacją poszczególnych diet. |
|  | Zapoznanie studentów z zasadami prawidłowego układania jadłospisów.  |

**Efekty uczenia się**

|  |
| --- |
| **WIEDZA** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student zna i rozumie) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji** **efektów uczenia się** |
|  | Posiada wiedzę dotyczącą charakterystyki i zastosowania poszczególnych diet. | Diet\_WG10Diet\_WG14 | Projekt |
|  | Zna zasady dotyczące prawidłowego układania jadłospisów. | Diet\_WG15 | Projekt |

|  |
| --- |
| **UMIEJĘTNOŚCI** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student potrafi) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji****efektów uczenia się** |
|  | Potrafi zaplanować postępowanie dietetyczne w zależności od stanu zdrowia pacjenta. | Diet\_UW06Diet\_UW11 | Projekt |
|  | Potrafi ułożyć prawidłowy jadłospis dla celów żywienia indywidualnego i zbiorowego. | Diet\_UW08Diet\_UW11 | Projekt |

|  |
| --- |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE** |
| **L.p.** | **Efekty przedmiotowe**(Student jest gotów do) | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Metody weryfikacji****efektów uczenia się** |
|  | Ma świadomość odpowiedzialności zawodowej dietetyka związanej z profilaktyką zdrowotną oraz postępowaniem dietetycznym jako jednym z elementów leczenia. | Diet\_KR01 | Projekt |
|  | Chętnie podejmuje się powierzonych zadań przy wykonywaniu, których kieruje się standardami etyki. | Diet\_KR03 | Projekt |

**Treści kształcenia**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Treść kształcenia (tematyka zajęć)** | **Liczba godzin** |
| Ćwiczenia |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Planowanie diety i jadłospisu zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia. | 3 | 2 |
|  | Przypomnienie klasyfikacji i pogłębiona charakterystyka diet leczniczych: łatwostrawna, łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego, bogatoresztkowa, ubogoenergetyczna, o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych, łatwostrawna bogatobiałkowa, z ograniczeniem łatwoprzyswjalnych węglowodanów, niskobiałkowa.  | 3 | 1 |
|  | Planowanie postępowania dietetycznego i indywidualnych jadłospisów w zależności od stanu zdrowia pacjenta. | 3 | 1 |
|  | Planowanie diet leczniczych. | 13 | 6 |
|  | Planowanie diet eliminacyjnych: dieta bezmleczna i bezglutenowa. Planowanie diety wegetariańskiej. | 3 | 2 |
|  | Planowanie jadłospisów w zakładach żywienia zbiorowego – szkoły i przedszkola | 3 | 2 |
|  | Planowanie jadłospisów szpitalnych. | 2 | 2 |
|  | **Razem** | **30** | **16** |

**Metody kształcenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma zajęć**  | **Metody kształcenia**  |
| Ćwiczenia | Analiza tabel wartości odżywczych Analiza przypadków i przykładówDyskusja, debata, burza mózgów, grywalizacjaProjektowanie – ćwiczenia w układaniu jadłospisów |

**Warunki zaliczenia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sposób zaliczenia** | **Wagi (%)** |
| Ćwiczenia |
| Wykonanie zadań / ćwiczeń / projektu podczas zajęć | 50% |
| Wykonanie zadań / ćwiczeń / projektu poza zajęciami | 30% |
| Wypowiedzi ustne podczas zajęć (np. w trakcie dyskusji, debaty) | 20% |
| **Razem** | **100%** |

**Rozliczenie pracy własnej studenta**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Czynności w ramach pracy własnej** | **Szacowana liczba godzin** |
| **Studia stacjonarne** | **Studia niestacjonarne** |
|  | Realizacja zadania projektowego poza zajęciami  | 5 | 10 |
|  | Lektura obowiązkowa  | 5 | 10 |
|  | Obowiązkowe zapoznanie się z innymi materiałami lub treściami (np. materiałami audio, wideo, pomocami, dokumentacją.  | 10 | 14 |
|  | **Razem** | **20** | **34** |

**Literatura obowiązkowa**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Ciborowska H., Rudnicka A. Dietetyka Żywienie zdrowego i chorego człowieka 2017 |
| 2 | Jarosz M. (red) i in. Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach. 2011 |
| 3 | Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H.. 2024. Normy żywienia dla populacji Polski, Wyd. NIZP-PZH-PIB, Warszawa (pozycja ogólnodostępna w Internecie). |
| 4 | Kunachowicz H. i in. Tabele składu i wartości odżywczej żywności 2020  |

**Literatura uzupełniająca**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | MIN. ZDROWIA. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego 2016 |

**Inne materiały dydaktyczne**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Materiały ćwiczeniowe |