**karta przedmiotu**

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Dietetyka w kosmetologii |
| Rocznik studiów | 2022/2023 |
| Kolegium | Medyczne |
| Kierunek studiów | Kosmetologia |
| Poziom kształcenia | studia pierwszego stopnia |
| Profil kształcenia | praktyczny |
| Specjalność | - |
| Osoba odpowiedzialna | mgr Jakub Tobiasz, mgr Małgorzata Soroń |

1. Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów)

|  |
| --- |
| Podstawy kosmetologii |

1. Efekty uczenia się i sposób realizacji zajęć
   1. Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Zapoznanie studenta z zasadami prawidłowego żywienia, znaczeniem diety w kondycji skóry i jej przydatków |
| C2 | Poznanie przez studenta składników pokarmowych oraz ich znaczenia w codziennej diecie z uwzględnieniem schorzeń skóry |
| C3 | Nabycie umiejętności przeprowadzania podstawowych obliczeń (zapotrzebowanie energetyczne, zapotrzebowanie na poszczególnie składniki pokarmowe). |

* 1. Przedmiotowe efekty uczenia się, z podziałem na wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne, wraz z odniesieniem do efektów uczenia się dla kierunku

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Lp. | Opis przedmiotowych efektów uczenia się | Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **wiedzy** potrafi | | |
| P\_W01 | Omówić znaczenie poszczególnych składników pokarmowych w diecie człowieka z uwzględnieniem ich wpływu na skórę i jej przydatki | K\_W07  K\_W12 |
| P\_W02 | Opisać znaczenie diety w chorobach skóry | K\_W07  K\_W12 |
| Po zaliczeniu przedmiotu student w zakresie **umiejętności** potrafi | | |
| P\_U01 | Obliczyć zapotrzebowanie na poszczególne składniki energetyczne i odżywcze | K\_U14 |
| P\_U02 | Podać zasady racjonalnego żywienia | K\_U14 |
| P\_U03 | Udzielić porad z zakresu prawidłowej diety | K\_U14 |

* 1. Formy zajęć dydaktycznych oraz wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Studia stacjonarne (ST) | | | | | | | |
| W | K | Ćw | L | ZP | P | eL | ECTS |
| - | - | 16 | - | - | 14 | - | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Studia niestacjonarne (NST) | | | | | | | |
| W | K | Ćw | L | ZP | P | eL | ECTS |
| - | - | 10 | - | - | 10 | - | 3 |

* 1. Metody realizacji zajęć dydaktycznych

|  |  |
| --- | --- |
| Formy zajęć | Metoda realizacji |
| Ćwiczenia | Metody ćwiczeniowo-praktyczne. |
| Projekt | Metoda projektowa - studenci otrzymują zagadnienia (tematy) do opracowania stanowiące treść projektu przedmiotowego, obejmujące zawartość merytoryczną treści przedmiotu. |

* 1. Treści kształcenia (oddzielnie dla każdej formy zajęć)

Ćwiczenia

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Treści kształcenia realizowane w ramach ćwiczeń |
|
| Ćw1 | Charakterystyka składników pokarmowych: węglowodany , tłuszcze, białka. Składniki mineralne i witaminy – charakterystyka, podział i ich rola w diecie człowieka. |
| Ćw2 | Zapotrzebowanie energetyczne człowieka: podstawowa i ponadpodstawowa przemiana materii. Zapotrzebowanie na poszczególne składniki odżywcze ( białka, węglowodany, tłuszcze). |
| Ćw3 | Zasady racjonalnego żywienia, prawidłowe żywienie, piramida żywieniowa. |
| Ćw4 | Diety - klasyfikacja i charakterystyka diet. |
| Ćw5 | Choroby na tle żywieniowym. Żywienie w chorobach skóry. Wpływ żywienia na skórę i jej przydatki. Nutrikosmetyki. |

Projekt

|  |  |
| --- | --- |
| Lp. | Treści kształcenia realizowane w ramach projektu |
|
| P1 | Projekt obejmuje zagadnienia z zakresu poradnictwa dietetycznego w określonych jednostkach/zmianach chorobowych, mające sprzyjać poprawie wyglądu skóry, przydatków oraz ciała. |

* 1. Korelacja pomiędzy efektami uczenia się, celami przedmiotu, a treściami kształcenia

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Efekt uczenia się | Cele przedmiotu | Treści kształcenia |
| P\_W01 | C1, C2, | Ćw1,Ćw3- Ćw5, P1 |
| P\_W02 | C1, C2, | Ćw5, P1 |
| P\_U01 | C1, C2,C3 | Ćw2, P1 |
| P\_U02 | C1, C2,C3 | Ćw3,Ćw4, P1 |
| P\_U03 | C1, C2,C3 | Ćw1-Ćw5, P1 |

* 1. Metody weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Efekt  uczenia się | Metoda oceny | Forma zajęć, w ramach której następuje weryfikacja efektu |
| P\_W01 | Pytanie otwarte | Ćwiczenia |
| P\_W02 | Pytanie otwarte | Ćwiczenia |
| P\_U01 | Pytanie otwarte | Ćwiczenia |
| P\_U02 | Pytanie otwarte | Ćwiczenia |
| P\_U03 | Projekt | Projekt |

* 1. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Efekt uczenia się | Na ocenę 2  student nie potrafi | Na ocenę 3  student potrafi | Na ocenę 4  student potrafi | Na ocenę 5  student potrafi |
| P\_W01 | Omówić znaczenia poszczególnych składników pokarmowych w diecie człowieka z uwzględnieniem ich charakterystyki | Omówić znaczenie poszczególnych składników pokarmowych w diecie człowieka z uwzględnieniem ich charakterystyki w stopniu dostatecznym | Omówić znaczenie poszczególnych składników pokarmowych w diecie człowieka z uwzględnieniem ich charakterystyki w stopniu dobrym | Omówić znaczenie poszczególnych składników pokarmowych w diecie człowieka z uwzględnieniem ich charakterystyki w stopniu bardzo dobrym |
| P\_W02 | Opisać znaczenie diety w chorobach skóry | Opisać znaczenie diety w chorobach skóry w stopniu dostatecznym | Opisać znaczenie diety w chorobach skóry w stopniu dobrym | Opisać znaczenie diety w chorobach skóry w stopniu bardzo dobrym |
| P\_U01 | Obliczyć zapotrzebowania na poszczególne składniki energetyczne i odżywcze | Obliczyć zapotrzebowanie na poszczególne składniki energetyczne i odżywcze, jednak popełnia przy tym znaczące błędy | Obliczyć zapotrzebowanie na poszczególne składniki energetyczne i odżywcze, jednak popełnia przy tym niewielkie błędy | Obliczyć bezbłędnie zapotrzebowanie na poszczególne składniki energetyczne i odżywcze |
| P\_U02 | Podać zasad racjonalnego żywienia | Podać niektóre zasady racjonalnego żywienia | Podać większość zasad racjonalnego żywienia | Podać wszystkie zasady racjonalnego żywienia |
| P\_U03 | Udzielić porad z zakresu prawidłowej diety | Udzielić podstawowe porady z zakresu prawidłowej diety | Udzielić porady z zakresu prawidłowej diety w stopniu dobrym | Udzielić porady z za-kresu prawidłowej diety w stopniu bardzo dobrym |

* 1. Literatura

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa |
| Żywienie człowieka a zdrowie publiczne. 3 J. Gawęcki[red.], W. Roszkowski; aut. Jerzy Bertrandt [et al.]. Warszawa: Wydaw. Naukowe PWN, 2009 i nowsze |
| Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu, Gawęcki J., T. Mossor-Pietruszewska, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006 i nowsze |
| Tabele składu i wartości odżywczej żywności, Hanna Kunachowicz [et al.]; Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie. - Warszawa: Wydaw. Lekarskie PZWL, 2005 i nowsze |

|  |
| --- |
| Literatura uzupełniająca |
| Rola żywności i żywienia w profilaktyce i terapii chorób człowieka, Fiedurek J., Wyd. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2007 i nowsze |
| Dieta w chorobach autoimmunologicznych: co jeść, by czuć się lepiej? Bartnicka A., Dronka-Skrzypczak J., Łukaszewicz Z., PZWL Warszawa 2017 i nowsze |

1. Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rodzaje aktywności** | **Obciążenie studenta** | |
| **studia ST** | **studia NST** |
| Udział w C (UB) | 16h | 10h |
| Konsultacje do C (UB) | 3h | 2h |
| Samodzielne przygotowanie się do C, w tym przygotowanie do zaliczenia | 13h | 20h |
| Udział w i konsultacje do PS (UB) | 14h | 10h |
| Samodzielne przygotowanie się do zaliczenia PS | 17h | 21h |
| **Sumaryczne obciążenie pracą studenta** | **63h** | **63h** |
| **Punkty ECTS za przedmiot** | **3** | **3** |
| **Punkty ECTS za zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczycieli i studentów (UB)** | **1** | **1** |
| **Punkty ECTS za zajęcia kształtujące umiejętności praktyczne (PZ)** | **3** | **3** |