

**SYLABUS**

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2024-2027

(skrajne daty)

Rok akademicki 2026/2027

**1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Nazwa przedmiotu	Diety roślinne i alternatywne
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Katedra Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	I stopień
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok III; semestr V
Rodzaj przedmiotu	Kierunkowy
Język wykładowy	Polski
Koordynator	dr n. o zdr. Aneta Sokal-Dembowska
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	W, Ćw: dr n. o zdr. Aneta Sokal-Dembowska

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

**1.1. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS**

Semestr (nr)	Wykł.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	Inne (jakie?)	Liczba pkt. ECTS
V	10	15	-	-	-	-	-	-	<b>1</b>

**1.2. Sposób realizacji zajęć**
 zajęcia w formie tradycyjnej

 zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość
**1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)**

Zaliczenie z oceną

**2. WYMAGANIA WSTĘPNE**

Podstawowa wiedza z zakresu fizjologii żywienia, żywienia człowieka, żywienia klinicznego.
--

### 3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

#### 3.1 Cele przedmiotu

C1	Poznanie założeń i podziału diet wegetariańskich.
C2	Kształtowanie umiejętności odpowiedniego bilansowania posiłków, układania jadłospisów oraz tworzenia zaleceń żywieniowych dla pacjentów stosujących diety wegetariańskie.
C3	Poznanie korzyści i potencjalnych zagrożeń związanych ze stosowaniem diet roślinnych.
C4	Wypracowanie nawyku aktualizowania wiedzy w oparciu o piśmiennictwo naukowe

#### 3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych <sup>1</sup>
EK_01	Ma wiedzę na temat właściwego bilansowania posiłków oraz z zakresu układania jadłospisów wegetariańskich.	K_W07
EK_02	Ocenia diety wegetariańskie i alternatywne.	K_W07
EK_03	Potrafi bilansować diety wegetariańskie.	K_U03
EK_04	Potrafi zaplanować właściwą edukację żywieniową dla pacjentów stosujących diety roślinne.	K_U03
EK_05	Jest gotów do planowania i współdziałania w procesie badawczym, z uwzględnieniem różnorodnych potrzeb współpracowników i pacjentów, wynikających m.in. z płci, wieku, wyznania i pochodzenia etnicznego.	K_K07

#### 3.3 Treści programowe

##### A. Problematyka wykładu

<b>Treści merytoryczne</b>
Założenia i podział diet wegetariańskich.
Korzyści oraz potencjalne zagrożenia (trudności) związane ze stosowaniem diet roślinnych.
Makroskładniki. Bilansowanie diet wegetariańskich. Zasady układania jadłospisów.
Składniki mineralne i witaminy w planowaniu diet roślinnych.
Diety wegetariańskie w praktyce.

##### B. Problematyka ćwiczeń, konwersatoriów, laboratoriów, zajęć praktycznych

<b>Treści merytoryczne</b>
Zalecenia żywieniowe dla pacjentów stosujących diety wegetariańskie.
Bilansowanie posiłków dla pacjentów stosujących diety roślinne.
Analiza aktualnych badań naukowych na temat diet roślinnych.

<sup>1</sup> W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela.

### 3.4 Metody dydaktyczne

Wykład: wykład konwersatoryjny z prezentacją multimedialną

Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja)

## 4. METODY I KRYTERIA OCENY

### 4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	ZALICZENIE PISEMNE, OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	W
EK_02	ZALICZENIE PISEMNE, OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	W
EK_03	PROJEKT, OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ĆW.
EK_04	PROJEKT, OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ĆW.
EK_05	OBSERWACJA W TRAKCIE ZAJĘĆ	ĆW.

### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

#### Kryteria oceniania:

##### Ćwiczenia:

1. pełne uczestnictwo i aktywności studenta w czasie zajęć,
2. ocena przygotowania do zajęć,
3. dyskusja w czasie zajęć,
4. sprawdzanie wiedzy w czasie zajęć,
5. analiza literatury fachowej
6. przygotowanie prezentacji multimedialnej
7. analiza przypadku
8. zaliczenie pisemne

##### Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności:

##### Ocena umiejętności

- 5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze zna żywienie w różnych jednostkach chorobach.
- 4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zna żywienie w różnych jednostkach chorobach.
- 4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest poprawiany, dobrze zna choroby układu sercowo-naczyniowego i dobiera odpowiednie zalecenia żywieniowe.
- 3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jego zakres przygotowania nie pozwala na całościowe przedstawienie omawianego problemu, dostatecznie zna żywienie w różnych

jednostkach chorobach, często jest poprawiany.

3.0 – student uczestniczy w zajęciach, dostatecznie zna żywienie w różnych jednostkach chorobach, jednak często popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie zna żywienia w różnych jednostkach chorobach, często jest poprawiany.

Ocena wiedzy:

Kolokwium pisemne

- pytania jednokrotnego wyboru
- pytania otwarte

5.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 93%-100%

4.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 85%-92%

4.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 77%-84%

3.5 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 69%-76%

3.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia na poziomie 60%-68%

2.0 – wykazuje znajomość każdej z treści kształcenia poniżej 60%

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie kompetencji społecznych:

K\_K07 – STUDENT BIERNIE UCZESTNICZY W PROCESIE BADAWCZYM. JEST CZŁONKIEM ZESPOŁU LUB GRUPY BADAWCZEJ. AKTYWNIENIE ANGAŻUJE SIĘ W OPRACOWYWANIE BADAŃ INDYWIDUALNYCH LUB GRUPOWYCH.

## 5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny z harmonogramu studiów	25 godz. (10 godz. W, 15 godz. Ćw)
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	-
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	5 godz.
SUMA GODZIN	<b>30</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>1</b>

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

## 6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	<b>NIE DOTYCZY</b>
zasady i formy odbywania praktyk	<b>NIE DOTYCZY</b>

## 7. LITERATURA

<b>Literatura podstawowa:</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Aktualne badania naukowe</li><li>2. Kibil I, Cynkier B. Wege : dieta roślinna w praktyce / Iwona Kibil ; [redaktor merytoryczny: Beata Cynkier. PZWL 2023</li></ol>
<b>Literatura uzupełniająca:</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Payne A., Barker H. Dietetyka i żywienie kliniczne. Elsevier Urban &amp; Partner 2010, Wrocław 2013</li><li>2. Kibil I: Wege rodzina. pod red. Danuty Gajewskiej. Pzwl 2019</li></ol>






Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej