

SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2023-2025

(skrajne daty)

Rok akademicki 2024/2025

1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Bezpieczeństwo żywienia kobiet ciężarnych, karmiących oraz niemowląt: Zajęcia Praktyczne ZP
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	II stopień
Profil	praktyczny
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok II; sem. III
Rodzaj przedmiotu	Obowiązkowy
Język wykładowy	Polski
Koordynator	Mgr Paulina Kwasek
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Klaudia Bielak-Nowaczyk

* -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. PZ	Inne	Liczba pkt. ECTS
III	-	-	-	-	-	20	-		1

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)

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Anatomia i fizjologia człowieka : budowa narządów płciowych żeńskich i męskich, fizjologia ciąży, porodu ,laktacji.
Żywnienie Człowieka zdrowego i chorego.
Żywnienie niemowląt- Dietetyka I stopień
Żywnienie kobiet w ciąży i połogu- Dietetyka I stopień

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

3.1 Cele przedmiotu

C1	Ugruntowanie i poszerzenie wiedzy z zakresu prawidłowego i bezpiecznego żywienia kobiet ciężarnych i karmiących oraz wybrane elementy żywienia niemowląt.
C2	Kształtowanie umiejętności prowadzenia skutecznej i bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących.
C3	Kształtowanie postawy odpowiedzialności za bezpieczeństwo podejmowanych interwencji dietetyczne w grupie kobiet w ciąży i karmiących.

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu ZP i PZ

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych ¹
EK_01	W oparciu o doświadczenie praktyczne uzupełnia zdobytą wiedzę w zakresie zasad bezpiecznego żywienia kobiet w ciąży i połogu.	K_W03, K_W10,
EK_02	W oparciu o doświadczenie praktyczne uzupełnia zdobytą wiedzę w zakresie zagrożeń dla zdrowia związanych z żywieniem u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt.	K_W10, K_W11
EK_03	Umie wykorzystać podstawy fizjologiczne i właściwości terapeutyczne diet we wdrażaniu bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących.	K_U02, K_U03
EK_04	Planuje, wdraża i dokonuje oceny interwencji żywieniowych u kobiet w ciąży, karmiących.	K_U02, K_U03
EK_05	Rozpoznaje, związane z żywieniem zagrożenia dla zdrowia u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt, potrafi opracować założenia promocji zdrowia i profilaktyki.	K_U02, K_U03
EK_06	Posiada świadomość własnych ograniczeń i odczuwa konieczności konsultowania problemów z doświadczonym	K_K04

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

	specjalistą, innym niż specjalista z zakresu dietetyki.	
EK_07	Wykazuje postawę, promującą zdrowy styl życia wśród kobiet w ciąży oraz karmiących	K_Ko6

3.3 Treści programowe

A. Problematyka zajęć praktycznych ZP

Treści merytoryczne Zp
1. Ocena sposobu odżywiania ciężarnej i położnicy. Ocena stanu odżywienia, ocena stanu ryzyka związanego z odżywianiem. Przyrosty masy ciała w ciąży i połogu.
2. Nadwaga i otyłość w ciąży i laktacji- zasady postępowania.
3. Suplementacja diety u kobiet w ciąży wpływ na przebieg ciąży, wyniki położnicze.
4. Wybrane choroby współistniejące z ciążą - zasady żywienia i dietoterapii.
5. Żywienie niemowląt. Znaczenie karmienia piersią dla prawidłowego rozwoju dziecka. Ocena sposobu odżywiania niemowląt. Pokarmy uzupełniające.

Kształcenie praktyczne ZP – oddział Położniczo - Noworodkowy. Bezpieczeństwo żywienia kobiet ciężarnych, karmiących oraz niemowląt KIERUNEK - DIETETYKA: STACJONARNE II ROK sem. III		
* Właściwe zakreślić		
Lp.	Efekty	Stopień osiągnięcia efektu
1.	Dokonuje oceny stanu odżywienia kobiety w okresie ciąży.	2-3-4-5
2.	Dokonuje oceny sposobu żywienia w oparciu o przeprowadzony wywiad i przyjęte kryteria oceny.	2-3-4-5
3.	Układa jadłospis dla diety indywidualnej z uwzględnieniem zapotrzebowania na składniki odżywcze i energię oraz z uwzględnieniem trymestru ciąży i stanu zdrowia.	2-3-4-5
4.	Układa jadłospis dla kobiety w wybranych jednostkach chorobowych współistniejących z ciążą: np. cukrzycą, z nadciśnieniem tętniczym w ciąży, cholestazą ciążową, niedokrwistością, stanie przedrzucawkowym, dieta wegetariańska i wegańska.	2-3-4-5
5.	Prowadzi poradę dietetyczną w zakresie prawidłowego i bezpiecznego żywienia w	2-3-4-5

	cięży i laktacji.	
6.	Ocenia bezpieczeństwo i skuteczność prowadzonej interwencji dietetycznej.	2-3-4-5
7.	Przestrzega zasad etyki w kontakcie z pacjentką.	2-3-4-5
8.	Jest aktywny i wykazuje inicjatywę w doskonaleniu, jakości pracy.	2-3-4-5
9.	Przestrzega regulaminu kształcenia praktycznego i organizuje praktykę zawodową zgodnie z regulaminem praktyk.	
Razem: (średnia wartość ocen w wyżej wymienionych pozycjach)	

3.4 Metody dydaktyczne

Próba pracy, analiza przypadków, układanie jadłospisów, przygotowywanie materiałów edukacyjnych

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów kształcenia (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ZP,PZ)
EK_01	Ocenianie bieżące- wypowiedz ustna i/lub test wiedzy	ZP
EK_02	Ocenianie bieżące – wypowiedz ustna i /lub - test wiedzy	ZP
EK_03	Obserwacja opiekuna, projekt, ocena grupy, samoocena,	ZP
EK_04	Obserwacja opiekuna w czasie zajęć , projekt, ocena grupy, samoocena	ZP
EK_05	Obserwacja opiekuna w czasie próby pracy, ocena grupy, samoocena	ZP
EK_06	Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena	ZP
EK_07	Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena	ZP

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Ocena umiejętności ZP

Zakres ocen 2-5

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie umiejętności na Zajęciach praktycznych i Praktykach zawodowych :

1. Przygotowanie portfolio: opracowany indywidualny jadłospis dla kobiety w ciąży fizjologicznej i patologicznej, z chorobą ginekologiczną, materiały edukacyjne, artykuł naukowy.
2. Ocenianie bieżące zastosowania wiedzy w praktyce,
3. Obserwacja i ocenianie aktywności.
4. Ocena grupy
5. Samoocena

Kryteria oceny umiejętności na zajęciach praktycznych i praktykach zawodowych.

Zakres ocen 2-5

5.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, bardzo dobrze zbiera wywiad żywieniowy, ocenia sposób żywienia i stan odżywienia, bardzo dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, prowadzi poradę żywieniową.

4.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, dobrze zbiera wywiad żywieniowy, ocenia sposób żywienia i stan odżywienia, dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

4.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest poprawiany, dobrze układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

3.5 – student uczestniczy w zajęciach, jego zakres przygotowania nie pozwala na całościowe przedstawienie omawianego problemu, mało aktywny w czasie zbierania wywiadu żywieniowego, znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, niezbyt trafnie określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.

3.0 – student mało aktywnie uczestniczy w zajęciach, mało aktywny w czasie zbierania wywiadu żywieniowego, znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, określając zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze, jednak często popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach (w tym również nieobecności nieusprawiedliwione), znaczne pomyłki w ocenianiu sposobu żywienia i stanu odżywienia, dostatecznie układa jadłospis dla kobiety ciężarnej, większość wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie układa jadłospisu dla kobiety ciężarnej, nie określa zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze, często jest poprawiany.

Metody weryfikacji efektów kształcenia w zakresie kompetencji społecznych:

Obserwacja opiekuna, ocena grupy, samoocena

Ocena kompetencji społecznych

ZAKRES OCEN: 2,0 - 5,0

2.0 Student nie akceptuje zadań, nie dostrzega konieczności udziału w zajęciach grupowych i doskonalenia pracy własnej, unika pracy, nie angażuje się w pracę, nie dostrzega słabych i mocnych stron swoich działań, nie dostrzega swojej roli w pracy grupy

3.0 student uczestniczy w pracy grupy i wykonuje zadania indywidualne, dostrzega słabe i mocne strony swoich działań. dostrzega swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

3.5 student słabo inicjuje niektóre zadania pracy w grupie i wykonuje zadania indywidualne, dostrzega słabe i mocne strony swoich działań, dostrzega swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

4.0 wykazuje odpowiedzialność za wykonane zadania indywidualne i zadania w grupie, świadomie wyznacza swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

4,5 o wykazuje wysoką odpowiedzialność za wykonane zadania indywidualne i zadania w grupie, świadomie wyznacza swoją rolę w prowadzeniu skutecznej edukacji żywieniowej

5.0 Świadomie i pozytywnie oddziałuje na grupę przy wykonywaniu zadań indywidualnych i grupowych, świadomie i z przekonaniem określa swoją rolę w efektywnej edukacji, broni swojego zdania motywuje innych. Zna mocne strony swoich działań, dąży do doskonalenia działań w zakresie prowadzenia edukacji żywieniowej i porady dietetycznej.

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

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe/prowadzone za pomocą kształcenia na odległość wynikające z planu studiów	20
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	-
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, napisanie pracy zaliczeniowej itp.)	-
SUMA GODZIN	20
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

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

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	ZP- 20 godz
zasady i formy odbywania praktyk	Zgodnie z Regulaminem Zajęć i Praktyk Zawodowych

7. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Bręborowicz G.H. Położnictwo i Ginekologia tom 1,2. PZWL 2017.
2. Jarosz M.(Red): Żywnie wpływ na zdrowie człowieka. PZWL 2016.
3. Jarosz Normy żywienia dla populacji polskiej. IŻiŻ Warszawa 2017
4. Kunachowicz H., Nadolna J., Przygoda B., Iwanow K.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2015.
5. Szostak-Węgierek D.: Żywnie w czasie ciąży i karmienia piersią. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
6. Dziura A., Girtler M., Falkiewicz K., Stanley-Kałuża V.: Zdrowa dieta przyszłej mamy. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.
7. Nehring-Gugulska M., Pietkiewicz A., Żukowska-Rubik M.: Karmienie piersią w teorii i praktyce. Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021.
8. H. Szajewska, A. Horvath i in.: Karmienie piersią. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywnienia Dzieci. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2016, t. 13, 9-24.
9. H. Szajewska, P. Socha i in.: Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywnienia Dzieci. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2021, t. 18, 7-24.
10. H. Weker i in.: Stanowisko Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie zasad żywienia dzieci w wieku 1-3 lat. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2022, t. 19, 287-302.
11. A. Bzikowska-Jura, M. Żukowska-Rubik i in.: Stanowisko Grupy Ekspertów w sprawie zaleceń żywieniowych dla kobiet w okresie laktacji – aktualizacja. Standardy Medyczne/Pediatrics, 2023, t. 20, 233-248.

Literatura uzupełniająca:

1. Szostak –Węgierek D: Żywnie kobiet w ciąży . Warszawa, PZWL 2015,7-60.
2. Tobiasz-Kańkun N. Socha J.: Niedożywnie kobiet w ciąży. [w] Januszewicz P.(red): Niedożywnie a Zdrowie Publiczne. Wydaw. UR 2011.
3. Tobiasz-Kańkun N. Ryżko J.: Szkodliwe praktyki medycyny

niekonwencjonalnej na przykładzie samoleczenia zapańc u kobiet
w ciąży w regionie Podkarpacia [w] Więch P. BinkowskaM.(red) .
Badania w pielęgniarstwie XXI wieku. Wydawnictwo Uniwersytetu
Rzeszowskiego. Wydawnictwo UR 2016.

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej