

**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
Kod przedmiotu*	
nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu, Zakład Dietetyki
Kierunek studiów	Dietetyka
Poziom studiów	Studia II stopnia
Profil	Praktyczny
Forma studiów	Stacjonarne
Rok i semestr/y studiów	Rok II; Semestr III
Rodzaj przedmiotu	Podstawowy
Język wykładowy	Polski
Koordynator	Mgr Magdalena Zielińska
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Magdalena Zielińska

\* -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
III	10	15							3

**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)**

WYKŁAD: ZALICZENIE

ĆWICZENIA: ZALICZENIE Z OCENĄ

## 2. WYMAGANIA WSTĘPNE

-
---

## 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 niemowląt.
C2	Kształtowanie umiejętności prowadzenia skutecznej i bezpiecznej interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących.
C3	Kształtowanie postawy odpowiedzialności za bezpieczeństwo podejmowanych interwencji dietetycznych w grupie kobiet w ciąży, karmiących i niemowląt.

### 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	Zna zasady prawidłowego żywienia kobiet w ciąży, w okresie karmienia piersią.	K_W10
EK_02	Zna sposoby oceny stanu odżywienia, zapotrzebowania energetycznego w zależności od etapu ciąży.	K_W11
EK_03	Logicznie analizuje i planuje zalecenia żywieniowe dla kobiet ciąży, karmiących oraz u niemowląt.	K_U02
EK_04	Interpretuje związane z żywieniem zagrożenia dla zdrowia u kobiet w ciąży, karmiących oraz niemowląt i potrafi opracować założenia promocji zdrowia i profilaktyki.	K_U03
EK_05	Posiada świadomość własnych ograniczeń i odczuwa konieczności konsultowania problemów z doświadczonym specjalistą, innym niż specjalista z zakresu dietetyki.	K_Ko6

<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.

### 3.3 Treści programowe

#### A. Problematyka wykładu

Treści merytoryczne wykładów
1. Bezpieczeństwo żywienia kobiet w okresie przedkoncepcyjnym, w czasie ciąży oraz karmiących. Programowanie żywieniowe i jego konsekwencje.
2. Żywienie w poszczególnych trymestrach ciąży. Przyrosty masy ciała podczas ciąży. Zapotrzebowanie na składniki pokarmowe u kobiet w ciąży, karmiących.
3. Postępowanie żywieniowe w dolegliwościach okresu ciąży (nudności, wymioty, zgaga, zaparcia).
4. Bezpieczeństwo farmakoterapii i suplementacji diety w okresie ciąży i karmienia piersią.
5. Patogeny niebezpieczne w ciąży i ich źródła pokarmowe. Bezpieczeństwo przygotowywania i przechowywania żywności.

#### B. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

Treści merytoryczne ćwiczeń
1. Tworzenie zaleceń żywieniowych dla kobiet okresie ciąży. Komponowanie jadłospisu w poszczególnych trymestrach ciąży.
2. Wybrane choroby współistniejące z ciążą (niedokrwistość ciężarnych, cukrzyca ciążowa, cholestaza ciążowa, nadciśnienie tętnicze indukowane ciążą) - zasady żywienia.
3. Zasady żywienia niemowląt. Aktualny schemat żywienia. Suplementacja diety noworodków i małych dzieci.
4. Wpływ diety na płodność (dietoprofilaktyka w niepłodności) - aktualny stan wiedzy.

### 3.4 Metody dydaktyczne

**Wykład:** wykład konwersatoryjny, wykład z prezentacją multimedialną,

**Ćwiczenia:** metoda projektów (projekt praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań), analiza aktualnych publikacji naukowych i dyskusja

## 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)
EK_01	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W, Ćw
EK_02	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W, Ćw
EK_03	Zaliczenie pisemne - test wiedzy	W, Ćw
EK_04	Obserwacja opiekuna, projekt	Ćw
EK_05	Obserwacja podczas zajęć , projekt	Ćw

#### 4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

##### Warunki zaliczenia - wykłady:

Zaliczenie (zal):

1. Obecności na wykładach- 100%.
2. Aktywność podczas wykładu konwersatoryjnego.
3. Uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia końcowego w ustalonym terminie (test wiedzy jednokrotnego wyboru obejmujący treści wykładów i ćwiczeń).

Brak zaliczenia (n. zal):

1. Nieobecność na wykładach – brak usprawiedliwienia zgodnie z Regulaminem Studiów.
2. Brak aktywności podczas zajęć.
3. Negatywna ocena z zaliczenia końcowego.

##### Warunki zaliczenia - ćwiczenia:

Zakres ocen: 2-5

Zaliczenie (bdb 5 - wszystkie z wymienionych kryteriów):

1. Obecność na ćwiczeniach - 100%.
2. Uzyskanie pozytywnej oceny z zaliczenia końcowego w ustalonym terminie.
3. Pozytywna ocena z projektu (dostarczenie w wyznaczonym terminie).
4. Pozytywna ocena z pracy w grupie (prezentacja lub referat na wyznaczony temat).

Brak zaliczenia (ocena negatywna: niedostateczna – wszystkie/ lub jedno z 4 kryteriów):

1. Nieobecność na ćwiczeniach i brak usprawiedliwienia nieobecności.
2. Nieobecność na zaliczeniu końcowym i brak usprawiedliwienia.
3. Negatywna ocena z zaliczenia końcowego.
4. Negatywna ocena z zaliczenia projektu.
5. Negatywna ocena z pracy w grupie (prezentacja lub referat na wyznaczony temat).

##### Kryteria oceny umiejętności (test jednokrotnego wyboru):

- 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%

Zakres ocen 2-5

5.0 – student bardzo aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest bardzo dobrze przygotowany, bardzo dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

4.5. – student bardzo aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną w praktyce z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

4.0 – student uczestniczy w zajęciach, jest dobrze przygotowany, dobrze wykorzystuje wiedzę

teoretyczną w praktyce z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

3.5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dostatecznie przygotowany, jednak nie zawsze prawidłowo wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu prowadzenia interwencji żywieniowej u kobiet w ciąży, karmiących, niemowląt w sytuacjach nietypowych.

3.0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest dostatecznie przygotowany, potrafi rozwiązać zadanie i przygotować projekt na zasadzie odtworzenia czynności z pomocą, czasem popełnia błędy.

2.0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, wypowiedzi są niepoprawne merytorycznie, nie rozumie zagadnień i nie wykazuje gotowości do rozwiązywania zadań i przygotowania projektu edukacyjnego w sytuacjach typowych, często popełnia błędy.

Ocena efektów kształcenia w zakresie kompetencji: Obserwacja podczas zajęć, projekt

*Zgodnie z REGULAMINEM STUDIÓW NA UNIwersYTECIE RZESZOWSKIM (Załącznik do Uchwały nr 242/04/2023 Senatu UR z dnia 27 kwietnia 2023 r. w sprawie uchwalenia zmian i tekstu jednolitego Regulaminu Studiów na Uniwersytecie Rzeszowskim):*

Roz. 8, § 26

Nieobecność na zajęciach, na wniosek studenta, usprawiedliwia się, uwzględniając:

- 1) chorobę studenta **potwierdzoną zaświadczeniem lekarskim**;
  - 2) uprawdopodobnione zdarzenie losowe uniemożliwiające obecność na zajęciach;
  - 3) potwierdzony udział studenta w posiedzeniach organów kolegialnych Uczelni, Kolegium lub organów Samorządu Studentów UR, a także w posiedzeniach komisji (zespołów) do składu, których został powołany;
  - 4) udział w konferencjach naukowych, seminariach i innych pracach, na które uzyskał zgodę władz uczelni lub Kolegium.
3. Usprawiedliwienie nieobecności przez studenta powinno nastąpić w sposób rzetelny i wiarygodny, niezwłocznie po ustąpieniu przyczyny nieobecności, nie później jednak niż na najbliższych zajęciach po ustaniu przyczyny nieobecności.
4. Prowadzący zajęcia określa sposób i termin wyrównania zaległości dydaktycznych lub praktycznych spowodowanych usprawiedliwioną nieobecnością studenta, a w przypadku studenta odbywającego studia w trybie IOS ustala warunki realizacji efektów uczenia się oraz ich weryfikacji.

*Zgodnie z § 27 Regulaminu studiów na UR:*

Studentowi nie przysługuje możliwość przystąpienia do poprawkowego zaliczenia zajęć dydaktycznych w przypadku, gdy podstawą odmowy zaliczenia zajęć w pierwszym terminie była nieusprawiedliwiona nieobecność na zajęciach.

**ZALICZENIE POPRAWKOWE W CELU POPRAWIENIA OCENY POZYTYWNEJ JEST NIEDOPUSZCZALNE.**

## 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 wynikające z planu studiów	25 godz. (10 godz. W, 15 godz. Ćw)
Inne z udziałem nauczyciela (udział w konsultacjach, egzaminie)	-
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	50 godz. (15 godz. przygotowanie do zajęć, 10 godz. przygotowanie do zaliczenia, 25 godz. przygotowanie projektu)
SUMA GODZIN	75
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS</b>	<b>3</b>

*\* 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

<p><b>Literatura podstawowa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Szostak - Węgierek D: Żywnienie kobiet w ciąży i karmienia piersią. Warszawa, PZWL 2021.</li> <li>2. Dziura A., Girtler M., Falkiewicz K., Stanley-Kałuża V: Zdrowa dieta przyszłej mamy. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2021.</li> <li>3. Nehring-Gugulska M., Pietkiewicz A., Żukowska-Rubik M.: Karmienie piersią w teorii i praktyce. Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2021.</li> <li>4. Żywnienie kobiet w okresie ciąży – teoria i praktyka, Instytut Matki i Dziecka, Warszawa 2021.</li> <li>5. Zasady żywienia zdrowych niemowląt. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci 2021.</li> <li>6. 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.</li> </ol>
<p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aktualne publikacje naukowe oraz Standardy Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników.</li> <li>2. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników dotyczące suplementacji u kobiet ciężarnych, Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2020;5(4):170-181.</li> <li>3. Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie, PZH, 2020.</li> </ol>

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej