

Nazwa przedmiotu/modułu:		Praktyka w ośrodkach rekreacyjnych/sportowych – praktyka zawodowa	
Nazwa angielska:		Practical Placement in Sport/Recreational Centres	
Kierunek studiów:		Dietetyka	
W zakresie:		Dietetyka w rekreacji	
Tryb/Poziom studiów:		Stacjonarne I-go stopnia – licencjackie	
Profil studiów		Praktyczny	
Jednostka prowadząca:		Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Medycznych i Technicznych, Katedra Nauk Medycznych	
Prowadzący przedmiot:		Opiekun praktyki zawodowej	
Status przedmiotu:		w zakresie	
Formy zajęć, liczba godzin			
Semestr	Praktyka zawodowa	Łącznie	ECTS
6	120	120	4
II. Cel przedmiotu			
C1. Poznanie struktury organizacyjnej, zasad funkcjonowania oraz prowadzenia dokumentacji w jednostce prowadzącej działalność sportową lub rekreacyjno – ruchową.			
C2. Zapoznanie studenta z zadaniami, rolą i specyfiką pracą dietetyka w jednostce.			
C3. Nabycie umiejętności z zakresu planowania żywienia, opracowywania jadłospisów dla osób uprawiających aktywność rekreacyjno – ruchową lub sport.			
C4. Współudział studenta w prowadzeniu wywiadów żywieniowych, ustalaniu indywidualnego zapotrzebowania energetycznego oraz zapotrzebowania na składniki odżywcze.			
III. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji			
Wiedza z zakresu zrealizowanych przedmiotów:			
• żywienie człowieka, żywienie osób aktywnych fizycznie, fizjologia wysiłku fizycznego, żywienie w turystyce i hotelarstwie, organizacja żywienia zbiorowego i cateringu.			
IV. Oczekiwane efekty uczenia się			
W zakresie wiedzy:			
EU1. Student posiada wiedzę w zakresie struktury organizacyjnej placówki, zna organizację żywienia na terenie jednostki, zna regulaminy wewnętrzne ośrodka rekreacyjnego/sportowego			
EU2. Student posiada wiedzę z zakresu żywienia osób aktywnych fizycznie, zasad konstrukcji jadłospisów indywidualnych w zakresie danego typu rekreacji/sportu.			
W zakresie umiejętności:			
EU3. Student posiada umiejętność oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia pacjenta oraz przeprowadzania podstawowych badań antropometrycznych.			
EU4. Student posiada umiejętność planowania postępowania dietetycznego dla osób aktywnych fizycznie w obszarze sportu i rekreacji.			
W zakresie kompetencji społecznych:			
EU5. Student posiada łatwość nawiązania kontaktu z pacjentem, jest świadomy odpowiedzialności za ich zdrowie i bezpieczeństwo, okazuje im szacunek i troskę.			

**EU6.** Student ma świadomość sumiennego, aktywnego udziału i zdyscyplinowania w pracy indywidualnej oraz grupowej wykazując odpowiednie współdziałanie zarówno jako członek jak i lider zespołu. Rozumie potrzebę doksztalcania i aktualizowania swojej wiedzy oraz doskonalenia umiejętności z zakresu realizowanej praktyki.

### Treści programowe:

**Forma zajęć: praktyka zawodowa**

**Liczba godzin**

#### SEMESTR 6

<b>PZ</b>	Struktura organizacyjna jednostki, przepisy BHP, organizacja żywienia na terenie jednostki	120
	Przeprowadzanie wywiadów żywieniowych oraz ocen stanu odżywienia.	
	Przeprowadzanie podstawowych badań antropometrycznych (masa ciała, wzrost, BMI) w celu zaplanowania postępowania dietetycznego.	
	Ustalanie diety dla osób o wysokiej aktywności fizycznej / uprawiających różne dyscypliny sportu – projektowanie jadłospisów.	
	Współuczestniczenie w edukowaniu żywieniowym pacjentów oraz propagowanie zasad racjonalnego żywienia dla osób aktywnych fizycznie w obszarze sportu i rekreacji.	
	Ocena stanu sanitarno-higienicznego obiektu. Prawne wymagania systemu zarządzania bezpieczeństwem żywności.	
<b>Suma godzin</b>		<b>120</b>

#### VI. Narzędzia dydaktyczne

1.	Dokumentacja jednostki, w której odbywana jest praktyka. Sprzęt i aparatura będące na wyposażeniu ośrodka.
2.	Przykładowe jadłospisy, zalecenia żywieniowe dla pacjentów
3.	Standardy i procedury obowiązujące w miejscu odbywania praktyki.

#### VII. Metody dydaktyczne

1.	Przekaz wiedzy
2.	Dyskusja dydaktyczna
3.	Opis, objaśnienie
4.	Opis przypadku / projekt żywieniowy w konkret aktywności fizycznej/sportowej

#### VIII. Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)

<b>F1</b>	Obserwacja czynności dietetycznych wykonywanych przez studenta / organizacja, przestrzeganie procedur, inicjatywa studenta/ i postawy studenta w roli członka grupy
<b>P1</b>	Objęcie całościową opieką wybranego pacjenta.
<b>P2</b>	Ocena indywidualnej dokumentacji studenta, umiejętności praktycznych i postawy. Prowadzenie Dziennika Praktyki Zawodowej.

#### Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Praktyka zawodowa	120
<b>SUMA</b>	<b>120</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU</b>	<b>4</b>

#### Literatura podstawowa i uzupełniająca

##### Literatura podstawowa:

1. Celejowa I.: Żywnienie w sporcie, PZWL, 2014
2. Bean A.: Żywnienie w sporcie, Wydawnictwo Zysk i S-ka, 2014.

##### Literatura uzupełniająca:

3. Zajac A. i wsp.: Żywnienie i suplementacja w sporcie, rekreacji i stanach chorobowych, AWF Katowice, 2014.
4. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego, PZWL, 2014.

5. Grzymisławski M: Dietetyka kliniczna. PZWL, Warszawa 2019.
6. Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka. Żywienie zdrowego i chorego człowieka. Wyd. Lek. PZWL. Warszawa 2017.

**TABLICA POWIĄZAŃ EFEKTÓW PRZEDMIOTOWYCH I KIERUNKOWYCH Z CELAMI PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO METOD WERYFIKACJI**

<b>Efekty uczenia się</b>	<b>Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla całego programu (PRK)</b>	<b>Cele przedmiotu</b>	<b>Treści programowe</b>	<b>Narzędzia dydaktyczne</b>	<b>Sposób oceny</b>
<b>EU1</b>	K.W07, K.W14	C1, C2	PZ	1, 3	1, 2, 3
<b>EU2</b>	K.W09, K.W10, K.W17	C1, C2, C3, C4	PZ	1, 2, 3	1, 2, 3, 4
<b>EU3</b>	K.U01	C2, C3, C4	PZ	1	1, 2, 3, 4
<b>EU4</b>	K.U08, K.U14	C3, C4	PZ	2, 3	1, 2, 3, 4
<b>EU5</b>	KK05	C4	PZ	3	1, 3
<b>EU6</b>	K.K01, K.K04, K.K07	C2, C3, C4	PZ	3	1, 3

**II. ZASADY WERYFIKACJI OCZEKIWANYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ**

**FORMY OCENY -SZCZEGÓŁY**

<b>Efekt</b>	<b>Na ocenę 2,0</b>	<b>Na ocenę 3,0</b>	<b>Na ocenę 3,5</b>	<b>Na ocenę 4,0</b>	<b>Na ocenę 4,5</b>	<b>Na ocenę 5,0</b>
<b>Efekt 1</b>	Posiada niewielką wiedzę w zakresie struktury organizacyjnej placówki, nie zna organizacji żywienia na terenie jednostki	Ma podstawową wiedzę w zakresie struktury organizacyjnej placówki, wymaga ukierunkowania omawiając organizację żywienia na terenie jednostki	Ma podstawową wiedzę w zakresie struktury organizacyjnej placówki, wymaga niewielkiego ukierunkowania omawiając organizację żywienia na terenie jednostki	Prawidłowo omawia strukturę organizacyjną placówki, wymaga niewielkiego ukierunkowania omawiając organizację żywienia na terenie jednostki	Prawidłowo omawia strukturę organizacyjną placówki, samodzielnie omawiając organizację żywienia na terenie jednostki	Posiada pełną wiedzę z zakresu struktury organizacyjnej placówki, Bezbłędnie i samodzielnie omawia organizację żywienia na terenie jednostki
<b>Efekt 2</b>	Popełnia istotne błędy dokonując oceny kondycji fizycznej pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Popełnia istotne błędy projektując indywidualne jadłospisy	Częściowo ocenia kondycję pacjenta/klienta ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Popełnia błędy projektując indywidualne jadłospisy	Poprawnie ocenia kondycję fizyczną pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Popełnia niewielkie błędy projektując indywidualne jadłospisy	Prawidłowo ocenia kondycję fizyczną pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Popełnia niewielkie błędy projektując indywidualne jadłospisy	Prawidłowo i samodzielnie ocenia kondycję fizyczną pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Prawidłowo projektuje indywidualne jadłospisy	Prawidłowo i samodzielnie ocenia kondycję fizyczną pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego. Prawidłowo i samodzielnie projektuje indywidualne jadłospisy
<b>Efekt 3</b>	Popełnia istotne błędy wykonując pomiary antropometryczne	Popełnia niewielkie błędy wykonując pomiary antropometryczne	Popełnia niewielkie błędy wykonując pomiary	Prawidłowo wykonuje pomiary antropometryczne oraz	Prawidłowo wykonuje pomiary antropometryczne oraz	Prawidłowo i samodzielnie wykonuje pomiary antropometryczne

	zne oraz nieprawidłowo przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego	ne oraz częściowo przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta ośrodka rekreacyjnego/sportowego	antropometryczne oraz przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego	przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego	samodzielnie przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego	zne oraz przeprowadza ocenę stanu odżywienia pacjenta/klienta a ośrodka rekreacyjnego/sportowego
<b>Efekt 4</b>	Popelnia istotne błędy planując długookresowe postępowanie dietetyczne dla określonego typu aktywności fizycznej w rekreacji/rodzaju sportu	Popelnia błędy planując długookresowe postępowanie dietetyczne dla określonego typu aktywności fizycznej w rekreacji/rodzaju sportu	Popelnia niewielkie błędy planując długookresowe postępowanie dietetyczne dla określonego typu aktywności fizycznej w rekreacji/rodzaju sportu	Prawidłowo planuje długookresowe postępowanie dietetyczne dla określonego typu aktywności fizycznej w rekreacji/rodzaju sportu	Prawidłowo planuje długookresowe postępowanie dietetyczne dla różnych typów aktywności fizycznej w rekreacji/dyscyplin sportowych	Prawidłowo i samodzielnie planuje długookresowe postępowanie dietetyczne dla różnych typów aktywności fizycznej w rekreacji/dyscyplin sportowych
<b>Efekt 5</b>	Jest niedbały w kontaktach z pacjentem/klientem. Nie potrafi motywować do długookresowego stosowania diety	Potrafi komunikować się z pacjentem/klientem. Motywuje do stosowania długookresowego diety w określonym typie aktywności fizycznej/dyscyplinie sportu	Potrafi komunikować się z pacjentem/klientem. Prawidłowo motywuje do stosowania długookresowego diety w określonym typie aktywności fizycznej/dyscyplinie sportu	Chętnie i z zaangażowaniem komunikuje się z pacjentem/klientem. Umiejętnie, motywuje do stosowania długookresowego diety w określonym typie aktywności fizycznej/dyscyplinie sportu	Chętnie i z zaangażowaniem komunikuje się z pacjentem/klientem. Umiejętnie, motywuje do stosowania długookresowego diety w różnych typach aktywności fizycznej/dyscyplinach sportu	Chętnie i z zaangażowaniem komunikuje się z pacjentem/klientem. Umiejętnie, stosując odpowiednią argumentację motywuje do stosowania długookresowego diety w różnych typach aktywności fizycznej/dyscyplinach sportu
<b>Efekt 6</b>	Nie wywiązuje się z powierzonych zadań. Jest nieodpowiedzialny i niesumienny w pracy. Ma niepełną podstawową wiedzę, nie uzupełnia jej i nie doskonalą umiejętności z zakresu realizowanego przedmiotu. Nie potrafi dokona	Realizując powierzone zadania wymaga ukierunkowania. Jest kulturalny w stosunkach interpersonalnych. Ma trudności w organizacji pracy własnej i nie przestrzega wszystkich zasad pracy. Wiedza oraz umiejętności z zakresu realizowanego	Realizując powierzone zadania wymaga ukierunkowania. Jest kulturalny w stosunkach interpersonalnych. Wykazuje odpowiedzialność w pracy. Zna znaczenie wzbogacania wiedzy oraz doskonalenia umiejętności z zakresu realizowanego	Realizując powierzone zadania wykazuje się często samodzielnością w poszukiwaniu rozwiązań. Wykazuje kulturę osobistą w relacjach interpersonalnych. Wykazuje odpowiedzialność, sumienność i uczciwość w	Realizując powierzone zadania wykazuje się samodzielnością w poszukiwaniu rozwiązań. Wykazuje kulturę osobistą w relacjach interpersonalnych. Wykazuje dużą odpowiedzialność, sumienność i uczciwość w pracy.	Realizując powierzone zadania w pełni wykazuje się samodzielnością w poszukiwaniu rozwiązań. Wykazuje dużą kulturę osobistą w relacjach interpersonalnych. Wykazuje dużą odpowiedzialność, sumienność i uczciwość w

samooceny.	przedmiotu na poziomie podstawowy. Nie potrafi dokonać samooceny	przedmiotu. Nie potrafi dokona samooceny.	pracy. Docenia znaczenie samodzielneg o wzbogacania wiedzy oraz doskonalenia umiętności z zakresu realizowanego przedmiotu.	Wzbogaca i aktualizuje wiedzę oraz doskonalili umiętności z zakresu realizowanego przedmiotu.	pracy. Permanentnie wzbogaca i aktualizuje wiedzę oraz doskonalili umiętności z zakresu realizowanego przedmiotu.
<b>III. INNE PRZYDATNE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE</b>					
<p>1. Praktyka w ośrodkach rekreacyjnych/ sportowych realizowana jest w semestrze 6 po zakończeniu zajęć dydaktycznych, w formie ciągłej, w wymiarze 8 lub 10 godzin dydaktycznych dziennie (godzina dydaktyczna – 45 minut). Łączna liczba godzin wynosi 120.</p> <p>2. Miejsce realizacji praktyki zawodowej: ośrodkach typu spa &amp; wellnes, kluby sportowe, całodobowe ośrodki rehabilitacji sportowców.</p> <p>3. <b>Warunki zaliczenia praktyki oraz dokumentacje określa regulamin praktyk zawodowych.</b></p>					