

Nazwa przedmiotu/modułu:		Diety niekonwencjonalne			
Nazwa angielska:		Unconventional Diets			
Kierunek studiów:		Dietetyka			
w zakresie:		Dietoprofilaktyka i dietoterapia			
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:		mgr Beata Lewandowska			
Status przedmiotu:		w zakresie			
I Formy zajęć, liczba godzin					
Semestr	Wykład	Ćwiczenia	Laboratoria	Łącznie	ECTS
5	-	20	-	20	2
Razem:					2
II. Cel przedmiot					
C 1	Zapoznanie studenta z dietami niekonwencjonalnymi, ich założeniami, wadami i zaletami.				
C 2	Rozwijanie umiejętności i postaw służących zdrowiu.				
C3	Przygotowanie studenta do samodzielnego wdrażania działań dietetycznych				
III. Wymagania wstępne w kategoriach wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:					
Znajomość podstawowych metod i technik kulinarnych.					
Znajomość towaroznawcza produktów żywnościowych.					
IV. Oczekiwane efekty uczenia się					
Ćwiczenia					
EU1	Student zna i potrafi zaplanować żywienie dostosowane do określonych etapów rozwoju człowieka.				
EU2	Studenta zna, potrafi wprowadzić zasady zdrowego żywienia oraz prawidłowego stylu życia , zna czynniki i następstwa nieprawidłowego odżywiania.				
EU3	Student stosuje prawidłowy dobór surowców i produktów, oraz odpowiednie techniki do sporządzania potraw wykorzystywanych w dietoterapii.				
EU4	Student oblicza wartość odżywczą i energetyczną potraw z indywidualnym zapotrzebowaniem				
EU5	Student oblicza wartość odżywczą i energetyczną diet.				
EU6	Student systematycznie aktualizuje wiedzę zawodową i kształtuje swoje umiejętności				
V Treści programowe:					
Forma zajęć: ćwiczenia					Liczba godzin
Ćwicz. 1	Planowanie żywienia w niekonwencjonalnych dietach odchudzających – dieta ryżowa, dieta ziemniaczana, dieta makaronowa.				3
Ćwicz.2	Planowanie żywienia w niekonwencjonalnych dietach odchudzających – dieta jogurtowa, dieta mleczna, dieta chronometryczna, dieta kapuściana				4
Ćwicz.3	Planowanie żywienia w niekonwencjonalnych dietach odchudzających – dieta				3

	Diamondów, dieta dr Haya, dieta Montignac, dieta makrobiotyczna	
Ćwicz.4	Planowanie żywienia w niekonwencjonalnych dietach związanych ze zmianą stylu przyrządzania pokarmów – dieta 5 przemian, dieta RAW i inne diety włączające surowe pokarmy	4
Ćwicz.5	Analiza jadłospisów różnych diet niekonwencjonalnych : dieta szwedzka, dieta hollywoodzka, dieta francuska, dieta hinduska, dieta księżycowa	3
Ćwicz.6	Analiza jadłospisów diet niskowęglanowych – dieta Dukana , Cykliczna Dieta Katogeniczna, dieta dr Lutza, dieta dr Ellisa	3
Suma godzin		20
VI. Narzędzia dydaktyczne		
1.	Komputer	
2.	Rzutnik multimedialny	
3.	Tablice wartości odżywczych produktów i potraw	
4.	Program komputerowy Dietetyk	
5.	Kalkulatory	
6.	Plansze	
VII. Metody dydaktyczne		
1.	Ćwiczenie przedmiotowe praktyczne	
2.	Opis przypadku	
3.	Samodzielne dochodzenie do wiedzy	
4.	Analiza literatury	
5.	Dyskusja dydaktyczna	
6.	Formy pracy : praca indywidualna, w parach, w grupach	
VIII. Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)		
P1	Test wielokrotnego wyboru, test uzupełniania odpowiedzi, test P/F	
P2	Projekt	
F1	Ocena aktywności studenta na ćwiczeniach – prezentacje multimedialne	
F2	Zaliczenie każdego ćwiczenia	
F3	Wejściówki na ćwiczeniach	
F4	Obserwacja pracy na ćwiczeniach	
F5	Ocena przygotowania do ćwiczeń	
F6	Dyskusja w czasie ćwiczeń	
IX Obciążenie pracą studenta		
Forma aktywności		Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć)		20
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie konsultacji, średnio na studenta)		15
Przygotowanie się do zajęć, opracowanie indywidualnego projektu		25
SUMA		60
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU		2
X Literatura podstawowa i uzupełniająca		
Literatura podstawowa:		
1. Krawczyk M., Dieta pegańska: wege+paleo, fit, sport, energia. Wyd. SBM 2019		
2. L.Ostrowska, Dietetyka. Kompendium. Wyd. PZWL 2020		
Literatura uzupełniająca:		
3. Masley S., Bowden J., Zdrowy tłuszcz: jak schudnąć i być zdrowym, jedząc więcej tłuszczu. Wyd. Bukowy Las 2017		
4. Borawska M., Malinowska M., Wegetarianizm: zalety i wady Wyd.PZWL 2009		

**XI 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 (PEK)</b>	<b>Cele przedmiotu</b>	<b>Treści programowe</b>	<b>Narzędzia dydaktyczne</b>	<b>Metody dydaktyczne</b>	<b>Sposób oceny</b>
<b>EU1</b>	K_W_09, K_W_10 K_W_15, K_U_01, K_U_07, K_U_08	C1, C2, C3	Ćwiczenie 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	P1
<b>EU2</b>	K_W_09, K_W_10, K_W_15, K_U_01, K_U_07, K_U_19,	C1, C2, C3	Ćwiczenie 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	P2, F1
<b>EU3</b>	K_W_03, K_W_04, K_U_02, K_U_03, K_U_10, K_U_16, K_U_20	C1, C2, C3	Ćwiczenie 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	F2, F4,F5
<b>EU4</b>	K_U_01, K_U_07, K_U_08, K_K_02	C1, C2, C3	Ćwiczenie 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	P1, F2, F4
<b>EU5</b>	K_U_01, K_U_07, K_U_08, K_K_02, K_K_04	C1, C2, C3	Ćwiczenie 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	P1, F2, F4
<b>EU 6</b>	K_K_02, K_K_06	C1,C 3	Ćwiczenia 1-6	1,2,3,4,5,6	1,2,3,4,5,6	F4

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

Kryteria zaliczenia z ćwiczeń

- obecność na zajęciach
- testy /sprawdziany ustne z tematyki ćwiczeń sprawdzające przygotowanie do zajęć
- Kolokwium pisemne
- Bardzo dobry – 100 – 90 %.
- Dobry plus – 89 - 80 %.
- Dobry – 79 - 70 %
- Dostateczny plus – 69 - 60%.
- Dostateczny – 59 - 51%.
- Niedostateczny – 50 % i poniżej
- aktywność w czasie zajęć
- sprawozdania z zajęć

**XIII. INNE PRZYDATNE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

Zajęcia odbywają się zgodnie z zapisami w planie zajęć  
 Terminy konsultacji podawane są na pierwszych zajęciach.  
 Informacje na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina) – zgodnie z planem zajęć umieszczonym na tablicy informacyjnej oraz na stronie internetowej WNMiT