

KARTA PRZEDMIOTU										Nabór: 2022/2023						
Moduł					IV. PRZEDMIOTY DO WYBORU											
Kod przedmiotu					PdW-ODŻ											
Nazwa przedmiotu					w języku polskim				<i>Patologie odżywiania z elementami popularnych diet</i>							
					w języku angielskim				<i>Social pathologies of feeding popular diets with elements</i>							
USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW																
Kierunek studiów					Kosmetologia											
Forma studiów					stacjonarne											
Poziom studiów					studia pierwszego stopnia											
Profil studiów					praktyczny											
Specjalność					-											
Jednostka prowadząca przedmiot					Wydział Nauk o Zdrowiu											
Osoba odpowiedzialna za przedmiot-koordynator przedmiotu					Imię i nazwisko						Kontakt					
					Koordynator przedmiotu i nauczyciel prowadzący zajęcia: mgr Katarzyna Rzadkowolska						- k.rzadkowolska@mazowiecka.edu.pl spotkanie bezpośrednie według harmonogramu dyżurów					
Termin i miejsce odbywania zajęć					Forma zajęć				Miejsce realizacji				Termin realizacji			
					Wykłady, ćwiczenia. Praca własna studenta pod kierunkiem nauczyciela (samokształcenia)				Zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych Wydziału Nauk o Zdrowiu Akademii Mazowieckiej w Płocku, Plac Dąbrowskiego 2				Rok III - semestr letni			
OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU																
Status przedmiotu/przynależność do modułu					Moduł: przedmiot do wyboru, przedmiot fakultatywny											
Język wykładowy					polski											
Semestry, na których realizowany jest przedmiot					VI											
Wymagania wstępne					Zaliczenie przedmiotów: fizjologia i patofizjologia											
FORMY, SPOSOBY I METODY PROWADZENIA ZAJĘĆ																
Formy zajęć	Wykład		Ćwiczenia		Lektorat		Konwersatorium		Seminarium		ZP		PZ		Samokształcenie	
	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr	Rok	Semestr
Liczba godzin 50	10	10-VI (10** + 0***)	10	10-VI											30	30-VI
Sposób realizacji zajęć					<p>Wykłady (na terenie uczelni) dla wszystkich studentów danego roku. Wielkość jednostki zajęć 45 min., max 5 godz. dydaktyczne w bloku tematycznym. Ćwiczenia w grupach max 30 osób.</p> <p>Praca własna studenta pod kierunkiem nauczyciela (SAMOKSZTAŁCENIE) student realizuje indywidualnie zgodnie z ustaloną tematyką zajęć.</p>											

Sposób zaliczenia zajęć		<p>Uwaga: weryfikacja efektów uczenia się w ramach wszystkich zajęć odbywa się w oparciu o metody i formy wynikające ze standardu kształcenia tj.:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się odbywa się z zastosowaniem zróżnicowanych form sprawdzania, adekwatnych do kategorii wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, których dotyczą te efekty. 2. Osiągnięte efekty uczenia się w zakresie wiedzy są weryfikowane za pomocą egzaminów pisemnych lub ustnych. 3. Jako formy egzaminów pisemnych można stosować eseje, raporty, krótkie ustrukturyzowane pytania, testy wielokrotnego wyboru (Multiple Choice Questions, MCQ), testy wielokrotnej odpowiedzi (Multiple Response Questions, MRQ), testy wyboru Tak/Nie lub dopasowania odpowiedzi. 4. Egzaminy są standaryzowane i są ukierunkowane na sprawdzenie wiedzy na poziomie wyższym niż sama znajomość zagadnień (poziom zrozumienia zagadnień, umiejętność analizy i syntezy informacji oraz rozwiązywania problemów). 5. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się w kategorii umiejętności obejmują bezpośrednią obserwację studenta demonstrującego umiejętności na zajęciach praktycznych <p>Egzamin z oceną z całości przedmiotu – treści z całości przedmiotu – test uwzględniający także pytania/zagadnienia sprawdzające wiedzę z zakresu treści kształcenia realizowanych na terenie Uczelni oraz z wykorzystaniem MS Teams lub innych platform kształcenia synchronicznego.</p> <p>Wykłady: stu procentowa obecność na zajęciach</p> <p>Ćwiczenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - stu procentowa obecność na zajęciach - aktywny udział w ćwiczeniach - zaliczanie umiejętności bieżących zdobywanych podczas realizacji ćwiczeń <p>Zajęcia bez udziału nauczyciela (SAMOKSZTAŁCENIE): zaliczenie prac zleconych przez nauczyciela prowadzącego, ocena po zakończeniu wykonanej pracy przez studenta (praca problemowa w pliku Word lub prezentacja multimedialna Power Point przygotowana wg wytycznych oraz po ustaleniu</p>			
Metody dydaktyczne		<p>Wykłady i ćwiczenia: wykład informacyjny z elementami pogadanki, prezentacje multimedialne, ćwiczenia z prezentacją multimedialną, filmy pogładowe, dyskusja.</p> <p>Samokształcenie: przygotowanie do zajęć, studiowanie literatury praca własna studenta, prezentacja multimedialna Power Point lub praca problemowa w pliku Word zgodnie z wytycznymi i ustaleniami z nauczycielem prowadzącym, dyskusja dydaktyczna.</p>			
Przedmioty powiązane/ moduł		Dietetyka, Zdrowie publiczne, Suplementy diety			
Wykaz literatury	Podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ciborowska H., Rudnicka A.: Dietetyka Żywnienie zdrowego i chorego człowieka, PZWŁ, 2014. 2. Biernat J.: Żywnienie a uroda. Wyd.III, Astrum 2014. 3. Kunachowicz H., Nadolna I., Iwanow K., Przygoda B.: Tabele wartości odżywczej produktów spożywczych. IŻŻ, Warszawa, 2012. 			
	Uzupelniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jarosz M., Normy żywienia człowieka, Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych, PZWŁ Warszawa 2008. 2. Ogden J., Psychologia odżywiania się. Od zdrowych do zaburzonych zachowań żywieniowych, wyd. UJ, 2011. 			
CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ					
Cele przedmiotu (ogólne, szczegółowe)					
<p>C1. Zapoznanie studentów z przyczynami i skutkami zaburzeń odżywiania</p> <p>C2. Zapoznanie studentów z niebezpieczeństwami jakie niosą za sobą najpopularniejsze obecnie diety</p>					
Treści programowe a efekty uczenia się					
Efekty uczenia się (kody)		Forma zajęć	Temat	Liczba godzin	Suma liczby godzin
Kierunkowe	Przedmiotowe				

K_W10 K_W13	PdW-ODz_W01 - W03	W	Wykład 1: Zasady prawidłowego odżywiania się. Charakterystyka popularnych diet zgodnych z zasadami zdrowego żywienia: - Dieta Śródziemnomorska - Dieta DASH Zasady wprowadzania suplementacji diety.	5	10
		SAM.		5	
K_W10 K_W13	PdW-ODz_W01 - W03	W	Wykład 2: Najczęstsze błędy żywieniowe Polaków. Wpływ sposobu odżywiania na rozwój chorób dietozależnych. Wpływ żywienia na kondycję skóry i jej przydatków.	5	10
		SAM.		5	
K_U21	PdW-ODz_U01 - W02	Ćw	Ćw1: Sposoby wykrywania błędów żywieniowych: - metody oceny sposobu żywienia (ocena jakościowa i ilościowa jadłospisów) - metody oceny stanu odżywiania Otyłość psychoidalna i wynikająca z błędów żywieniowych. Leczenie otyłości. Zasady diety ubogoenergetycznej.	5	10
		SAM.		5	
K_U21	PdW-ODz_U01 - W02	Ćw	Ćw2: Geneza zaburzeń odżywiania. Klasyfikacja. Zaburzenia specyficzne, niespecyficzne oraz nieprawidłowe zachowania jedzeniowe - przyczyny, objawy i konsekwencje zdrowotne. Rodzaje popularnych diet i konsekwencje ich stosowania.	5	10
		SAM.		5	
K_U21 K_K05	PdW-ODz_U01 - W02, PdW-ODz_K01,	SAM.	SAMOKSZTAŁCENIE: SAMOKSZTAŁCENIE: przygotowanie pracy zaliczeniowej. Analiza wybranej diety niekonwencjonalnej w celu wskazania błędów żywieniowych wpływających na kondycję skóry i jej przydatków. Przykładowe diety niekonwencjonalne: 1.dieta Dukana 2.dieta Kwaśniewskiego 3.dieta Atkinsa 4.dieta Michaela Montignac 5.dieta bezglutenowa 6.dieta Paleo 7.dieta kopenhaska 8.dieta kapuściana 9.dieta zgodna z grupą krwi 10.dieta jednoskładnikowa 11.dieta wegańska 12.dieta wegetariańska 13.dieta fruktariańska	10	10
Efekty uczenia się					
Kod	Student, który zaliczył przedmiot		Odniesienie do efektów uczenia się		
	w zakresie WIEDZY		dla kierunku		
PdW-ODz_W01	Zna przyczyny i skutki zaburzeń odżywiania.		K_W13, K_W10		

PdW-ODż_W02		Zna rodzaje popularnych diet.								K_W13, K_W10	
PdW-ODż_W03		Zna zasady prawidłowego odżywiania się.								K_W13, K_W10	
		w zakresie UMIEJĘTNOŚCI									
PdW-ODż_U01		Potrafi zidentyfikować zaburzenia odżywiania i wskazać możliwość rozwiązania problemu.								K_U21	
PdW-ODż_U02		Potrafi wskazać błędy żywieniowe wpływające na kondycję skóry i jej przydatków;								K_U21	
		w zakresie KOMPETENCJI									
PdW-ODż_K01		Potrafi w taktowny sposób zasugerować klientowi wizytę u specjalisty								K_K05	
Realizacja efektów uczenia się w poszczególnych formach											
KOD		Student, który zaliczył przedmiot									
		w zakresie WIEDZY									
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-ODż_W01	K_W10, K_W13	+							+		
PdW-ODż_W02	K_W10, K_W13	+							+		
PdW-ODż_W03	K_W10, K_W13	+							+		
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI											
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-ODż_U01	K_U21	+							+		
PdW-ODż_U02	K_U21	+							+		
w zakresie KOMPETENCJI											
Przedmiotowy	Kierunkowy	Wykłady	Ćwiczenia	Lektorat	Konwersatorium	Seminarium	ZP	PZ	Samokształcenie		
PdW-ODż_K01	K_K05		+						+		
Kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się											
na ocenę 3,0		na ocenę 3,5			na ocenę 4,0		na ocenę 4,5		na ocenę 5,0		

<p>60-70% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada niepełną podstawową wiedzę i umiejętności związane z przedmiotem, - ma duże trudności z wykorzystaniem zdobytych informacji, - opanował efekty uczenia się w stopniu dostatecznym. - prezentuje niewielkie zainteresowanie zagadnieniami zawodowymi. 	<p>71-75% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada podstawową wiedzę i umiejętności pozwalające na zrozumienie większości zagadnień z danego przedmiotu, - ma trudności z wykorzystaniem zdobytych informacji; - opanował efekty uczenia się w stopniu zadowalającym. - wykazuje poczucie odpowiedzialności za zdrowie i życie pacjentów, przejawia chęć doskonalenia zawodowego. 	<p>76-85% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada wiedzę i umiejętności w zakresie treści rozszerzających pozwalające na zrozumienie zagadnień objętych programem kształcenia - prawidłowo choć w sposób nieusystematyzowany prezentuje zdobytą wiedzę i umiejętności, dostrzega błędy popełniane przy rozwiązywaniu określonego zadania; opanował efekty uczenia się w stopniu dobrym. - wykazuje pełne poczucie odpowiedzialności za zdrowie i życie pacjentów, przejawia chęć ciągłego doskonalenia zawodowego. 	<p>86-90% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - posiada wiedzę i umiejętności w zakresie treści rozszerzających pozwalające na zrozumienie zagadnień objętych programem kształcenia - prezentuje prawidłowy zasób wiedzy, dostrzega i koryguje błędy popełniane przy rozwiązywaniu określonego zadania; efekty uczenia się opanował na poziomie ponad dobrym. - jest odpowiedzialny, sumienny, odczuwa potrzebę stałego doskonalenia zawodowego. 	<p>91-100% uzyskanej punktacji za przewidziane formy weryfikacji efektów uczenia Student</p> <ul style="list-style-type: none"> - dysponuje pełną wiedzą i umiejętnościami przewidzianymi w programie kształcenia w zakresie treści dopełniających, - samodzielnie rozwiązuje problemy i formułuje wnioski, potrafi prawidłowo argumentować i dowodzić swoich racji; efekty uczenia się opanował na poziomie bardzo dobrym. - jest zaangażowany w realizację przydzielonych zadań, odpowiedzialny, sumienny, odczuwa potrzebę stałego doskonalenia zawodowego.
--	--	---	---	--

KRYTERIA OCENY PRAC PISEMNYCH Z ZAKRESU SAMOKSZTAŁCENIA REALIZOWANEGO PRZEZ STUDENTA W RAMACH ZAJĘĆ BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA

L.p. KRYTERIA LICZBA PUNKTÓW

	NAUCZYCIEL	STUDENT
I. Wykazanie wiedzy i zrozumienia tematu.	0 - 5	0 - 5
II. Zgodność formułowanych wypowiedzi ze stanem aktualnej wiedzy kosmetycznej i innej.	0 - 5	0 - 5
III. Poprawność terminologiczna i językowa.	0 - 4	0 - 4
IV. Logiczny układ treści.	0 - 2	0 - 2
V. Dobór literatury.	0 - 2	0 - 2
OGÓLEM LICZBA UZYSKANYCH PUNKTÓW	0 - 18	0 - 18

SKALA OCEN WG ZDOBYTEJ PUNKTACJI:

10 pkt i poniżej 10 pkt - praca niezaliczona
powyżej 10 pkt – praca zaliczona

Metody oceny (F- formułująca, P- podsumowująca)

Ocena formułująca F

- F1.** Wypowiedzi studenta świadczące o zrozumieniu lub brakach w zrozumieniu treści omawianych
- F2.** Pytania zadawane przez studenta świadczące o poziomie wiedzy i zainteresowania problematyką
- F3.** Aktywność poznawcza studenta- znajomość literatury przedmiotu, samodzielne wyciąganie wniosków
- F4.** Przygotowanie wcześniejsze materiału i zaprezentowanie go przez studenta na zajęciach

Ocena podsumowująca P

- P1.** Ocena z przygotowanych referatów
- P2.** Ocena z zaliczenia końcowego

	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Projekt	Kolokwium	Zadania domowe	Referat/prezentacja	Umiejętności praktyczne	Dyskusje
F		80%				20%		
P		80%				20%		

Metody weryfikacji efektów uczenia się

UWAGA: Weryfikacja efektów uczenia się w ramach wszystkich zajęć odbywa się w oparciu o metody i formy wynikające ze standardu kształcenia tj.

1. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się odbywa się z zastosowaniem zróżnicowanych form sprawdzania, adekwatnych do kategorii wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, których dotyczą te efekty.
2. Osiągnięte efekty uczenia się w zakresie wiedzy są weryfikowane za pomocą egzaminów pisemnych lub ustnych.
3. Jako formy egzaminów pisemnych można stosować eseje, raporty, krótkie ustrukturyzowane pytania, testy wielokrotnego wyboru (Multiple Choice Questions, MCQ), testy wielokrotnej odpowiedzi (Multiple Response Questions, MRQ), testy wyboru Tak/Nie lub dopasowania odpowiedzi.
4. Egzaminy są standaryzowane i są ukierunkowane na sprawdzenie wiedzy na poziomie wyższym niż sama znajomość zagadnień (poziom zrozumienia zagadnień, umiejętność analizy i syntezy informacji oraz rozwiązywania problemów).
5. Weryfikacja osiągniętych efektów uczenia się w kategorii umiejętności obejmują bezpośrednią obserwację studenta demonstrującego umiejętność w czasie obiektywnego standaryzowanego egzaminu klinicznego (Objective Structured Clinical Examination, OSCE), który może stanowić formę egzaminu dyplomowego.

		Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Projekt	Kolokwium	Sprawozdanie	Referat/ prezentacja	Inne
Efekty uczenia się (kody)	Przedmiotowe		PdW-ODz_W01-W03 PdW-ODz_U01-U02 PdW-ODz_K_K01				PdW-ODz_W01-W03 PdW-ODz_U01-U02 PdW-ODz_K_K01	
	Kierunkowe		K_W10, K_W13, K_U21, K_K05				K_W10, K_W13, K_U21, K_K05	

Punkty ECTS

Forma aktywności	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne (h)	Punkty ECTS*

Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:

Formy zajęć	Wykłady (na terenie uczelni + e-learning)	10h (10**+0***)	0,4 (0,4** + 0***)
		Ćwiczenia	10 h
Konsultacje przedmiotowe		-	-

Nakład pracy własnej studenta

Przygotowanie się do zaliczenia/zdawanie egzaminu	30 h	1,2	
Przygotowanie się do kolokwium zaliczeniowego			
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury			
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji			
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta:		50	2

* 1 punkt ECTS = 25-30 godzin pracy przeciętnego studenta.

Liczba punktów ECTS = 50 godz. : 25 godz. = 2 ECTS i 50 godz.: 30 godz. = 1,6 ECTS (średnio 2 pkt. ECTS)

** Wykłady na terenie uczelni

*** Wykłady e-learning