

KARTA PRZEDMIOTU

Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu

Kierunek studiów: Dietetyka

Forma studiów: niestacjonarne

Stopień studiów: licencjackie

Rok akademicki: 2025/2026

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
NAZWA PRZEDMIOTU	EDUKACJA ŻYWIENIOWA
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
PROWADZĄCY	Mgr Małgorzata Grudniewska Dr inż. Iwona Mentel Mgr inż. Małgorzata Sowula
OSOBA ODPOWIEDZIALNA	Mgr Małgorzata Grudniewska
LICZBA GODZIN	
WYKŁADY	10
KONWERSATORIA	5
ĆWICZENIA	10
CELE PRZEDMIOTU	
CEL 1	Dostarczenie Studentom wiedzy i umiejętności z zakresu planowania, ewaluacji oraz wdrażania programów edukacji żywieniowej na różnych poziomach struktury społecznej.
CEL 2	Nabycie umiejętności korzystania z różnych metod i środków (pomocy dydaktycznych) w prowadzeniu edukacji żywieniowej, jako podstawowego elementu edukacji zdrowotnej
CEL 3	Nabycie umiejętności konstruowania programów edukacji żywieniowej, opracowywania kart dietetycznych kierowanych do konkretnych osób lub grup ludności. Podkreślenie roli dietetyka w ochronie zdrowia.
EFEKTY UCZENIA SIĘ	
MW1	Student zna zasady żywienia ludzi zdrowych i chorych. Rozumie znaczenie żywienia w profilaktyce i leczeniu chorób przewlekłych (EUK6_W5)
MW2	Różnicuje metody edukacji uwzględniając odbiorcę indywidualnego i grupowego (EUK6_W14)

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
MW3	Zna zasady nauczania, wie, które metody zastosować w zależności od potrzeb edukacyjnych i możliwości percepcyjnych odbiorcy. Rozumie znaczenie predyspozycji dietetyka do pracy edukacyjnej, wie jak postępować etycznie (EUK6_W14)
MU1	Potrafi przeprowadzić wywiad żywieniowy, konstruując pytania ukierunkowane na problemy pacjenta, analizuje i oblicza dietę osoby z potrzebą edukacyjną w zakresie żywienia (EUK6_U3, EUK6_U5)
MU2	Tworzy oryginalne pomoce dydaktyczne wykorzystując własne pomysły i dostępne materiały (EUK6_U4)
MU3	Potrafi zaplanować proces/ projekt edukacyjny zakładając cele szkolenia, dobierając właściwe metody i środki, przekazywane treści oraz różne techniki ewaluacji założonych wcześniej celów edukacyjnych (EUK6_U5)
MU4	Wykorzystuje multimedia optymalizując proces edukacji w odniesieniu do dzieci i dorosłych, praktycznie opracowuje szczegółowy plan żywienia (kartę dietetyczną) dla pacjenta zgodnie z aktualnym stanem wiedzy. (EUK6_U4, EUK6_U5)
MU5	Prowadzi aktywne poradnictwo wśród zdrowej i chorej części społeczeństwa wykorzystując adekwatne metody i pomoce dydaktyczne. (EUK6_U5)
MK1	Przejawia empatię w kontakcie z chorym, potrafi przestrzegać zasad etyki zawodowej, pamięta o samodoskonaleniu (EUK6_KS1, EUK6_KS4, EUK6_KS5).
WYMAGANIA WSTĘPNE	
Podstawowa wiedza z zakresu biologii, biochemii, fizjologii, żywienia człowieka zdrowego i chorego oraz prawa. Znajomość pracy z komputerem, tworzenia prezentacji multimedialnych.	
TREŚCI PROGRAMOWE	SZCZEGÓŁOWY OPIS BLOKÓW TEMATYCZNYCH
WYKŁAD 1	Cele i zadania edukacji żywieniowej. Upowszechnianie wiedzy dotyczącej modelowania zachowań prozdrowotnych.
WYKŁAD 2	Znaczenie programowania metabolicznego zdrowia jednostki i populacji
WYKŁAD 3	Czynniki wpływające na wybory żywieniowe oraz kształtujące zachowania człowieka w zakresie suplementacji żywieniowej. Zachowania żywieniowe a czynniki genetyczno- metaboliczne i środowiskowo-kulturowe.
WYKŁAD 4	Zasady organizacji poradnictwa żywieniowego. Typy edukacji. Edukacja dietetyczna indywidualna i grupowa- charakterystyka, przykłady, zalety i ograniczenia
WYKŁAD 5	Zasady nauczania pacjenta, ze wskazaniem na zasady praktycznej nauki- przykłady
WYKŁAD 6	Interaktywne metody prowadzenia edukacji żywieniowej. Środki dydaktyczne stosowane w edukacji pacjenta

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
WYKŁAD 7	Zasady organizacji poradnictwa specjalistycznego w szpitalach, poradniach, prywatnie. Wyposażenie poradni, organizacja pracy, sposoby oceny postępów pacjenta
WYKŁAD 8	Cechy dobrego dietetyka – cechy charakteru, umiejętności zawodowe, komunikacja międzyludzka (werbalna i niewerbalna)
WYKŁAD 9	Omówienie kodeksu etyki zawodu dietetyk
WYKŁAD 10	Przykłady projektów edukacyjnych. Elementy dobrze zaplanowanego projektu edukacyjnego, sposoby ewaluacji. Omówienie wytycznych i niezbędnych elementów składowych projektu edukacyjnego na zaliczenie przedmiotu.
KONWERSATORIUM 1	Pozyskiwanie niezbędnych informacji do opracowania projektu edukacyjnego lub indywidualnych zaleceń dietetycznych –analiza wywiadu żywieniowego i wyników badań pacjenta
KONWERSATORIUM 2	Analiza zagrożeń wynikających z najczęstszych błędów żywieniowych w określonych grupach społecznych. Sposoby modyfikacji zachowań żywieniowych społeczeństwa.
KONWERSATORIUM 3	Konstruowanie materiałów edukacyjnych dla różnych grup społecznych z wykorzystaniem odpowiednich narzędzi i form edukacji (konspekt edukacyjny, projekt edukacyjny, quiz, zajęcia praktyczne, plakat, pogadanka itp.)
KONWERSATORIUM 4	Zagrożenia zdrowotne wynikające z dezinformacji i niewłaściwego odżywiania się (analiza jadłospisów, ocena rzetelności informacji żywieniowych w mass-mediach, informacji na opakowaniach żywności)
KONWERSATORIUM 5	Przygotowanie spotkania edukacyjnego dla środowiska.
ĆWICZENIE 1	Zagrożenia związane z niewłaściwym żywieniem u dorosłych i dzieci – analiza popularnych trendów dietetycznych, zasady kształtowania zdrowych postaw względem żywienia. Przygotowanie scenariusza zajęć edukacyjnych dla dzieci i dorosłych w ramach edukacji żywieniowej - tworzenie pomocy dydaktycznych w formie plakatów i ulotek.
ĆWICZENIE 2	Zasady opracowywania materiałów edukacyjnych. Formułowanie indywidualnych zaleceń dietetycznych w oparciu o wywiad u osoby zdrowej/chorej (omówienie danych z wywiadu, analiza jadłospisu)
ĆWICZENIE 3	Konstruowanie dzienniczka spożycia dla pacjenta i karty dietetycznej oraz innych materiałów szkoleniowych z wykorzystaniem dostępnych platform (Canva, Wordwall itp.) Projektowanie atrakcyjnych materiałów dostosowanych do wieku i potrzeb konkretnej grupy odbiorców lub własnego posta edukacyjnego opartego na faktach.
ĆWICZENIE 4	Omówienie struktur konspektu edukacyjnego. Praktyczne wskazówki dotyczące dostosowania treści do grupy odbiorców, z uwzględnieniem celów kształcenia i zasad pedagogiki zdrowia.
ĆWICZENIE 5	Przełamywanie barier w komunikacji z pacjentem/klientem (symulacja rozmowy edukacyjnej dietetyk–pacjent lub zajęcia edukacyjne w terenie).

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
METODY DYDAKTYCZNE	
M1	Prezentacja multimedialna, wykład
M2	Metoda projektu, konspektu
M3	Praca indywidualna, praca w grupach
M4	Dyskusja
M5	Ćwiczenia praktyczne
NAKŁAD PRACY STUDENTA	
GODZINY KONTAKTOWE Z NAUCZYCIELEM AKADEMICKIM	25
GODZINY BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO	75 W tym: przygotowanie projektu: 20 godz. analiza literatury: 25 godz. przygotowanie konspektu edukacyjnego: 10 godz. przygotowanie karty dietetycznej: 20
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU	100
REGULAMIN ZAJĘĆ I WARUNKI ZALICZENIA	
Wszystkie zajęcia są obowiązkowe.	
METODY OCENY POSTĘPU STUDENTÓW	
W ZAKRESIE WIEDZY	Ocena kompletności i poprawności treści merytorycznych w projekcie edukacyjnym ukierunkowanym na potrzeby odbiorcy
W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI	Poprawne opracowanie kwestionariusza wywiadu żywieniowego oraz dzienniczka spożycia, sprawne posługiwanie się wiedzą w przygotowywaniu materiałów edukacyjnych dla zdrowych i chorych ludzi.
W ZAKRESIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH	Aktywne uczestniczenie w zajęciach grupowych, umiejętność komunikacji werbalnej i niewerbalnej w kontakcie z innym człowiekiem
SPRAWDZIANY KSZTAŁTUJĄCE	Ocena plakatu tematycznego, ulotek edukacyjnych, konstrukcji i poprawności wywiadu żywieniowego i jego przydatności w praktycznym zastosowaniu, sprawozdanie z zajęć w terenie
SPRAWDZIANY PODSUMOWUJĄCE (I i II termin)	Projekt edukacyjny przygotowany zgodnie z wymogami w postaci prezentacji w Power Point (wykłady) lub plakatu - zaliczenie na ocenę (I, II termin) Prace projektowe oraz konspekty (ćwiczenia i konwersatoria) – zaliczenie na ocenę (I, II termin)

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
KRYTERIA EGZAMINU/ ZALICZENIA Z OCENĄ	
NA OCENĘ 3,0	Projekt edukacyjny spełnia podstawowe wymagania formalne, lecz zawiera liczne niedociągnięcia merytoryczne lub metodyczne. Materiały edukacyjne przygotowane w sposób dostateczny, wymagają korekty pod względem treści, struktury lub formy przekazu. Aktywność i zaangażowanie w pracy w grupie są niskie, student uczestniczy w zadaniach w ograniczonym zakresie. Wypowiedzi i działania wskazują na elementarną znajomość tematu oraz brak pogłębionej refleksji.
	Projekt edukacyjny opracowany w sposób dość poprawny, z zauważalnym wysiłkiem włożonym w realizację zadania. Materiały edukacyjne przygotowane w sposób adekwatny, lecz z drobnymi uchybieniami merytorycznymi lub organizacyjnymi. Aktywność w pracy w grupie umiarkowana; student wykazuje gotowość do współpracy, choć nie zawsze konsekwentną. Widoczne są próby samodzielnego myślenia, jednak refleksja nad tematem pozostaje powierzchowna.
	Projekt edukacyjny opracowany poprawnie, z zachowaniem zasad poprawności merytorycznej i logicznej spójności. Materiały edukacyjne przygotowane starannie, poprawne pod względem treści i formy. Student aktywnie uczestniczy w pracy w grupie, wykazuje inicjatywę i zaangażowanie. Widoczna samodzielność w realizacji zadań oraz podstawowa umiejętność krytycznej analizy omawianych zagadnień.
NA OCENĘ 4,5	Projekt edukacyjny opracowany rzetelnie i w sposób przemyślany, z wykorzystaniem aktualnej wiedzy i źródeł. Materiały edukacyjne dopracowane pod względem merytorycznym i estetycznym, przygotowane z dbałością o jakość przekazu. Student wykazuje wysoką aktywność i zaangażowanie w pracy w grupie, wnosi konstruktywne pomysły i wspiera współpracę zespołową. Dostrzegalna refleksja krytyczna, samodzielność w formułowaniu wniosków oraz elementy kreatywnego podejścia do tematu.
	Projekt edukacyjny opracowany w sposób bardzo dobry, w pełni poprawny merytorycznie, z elementami pogłębionej analizy i przemyślanej struktury. Materiały edukacyjne cechuje wysoka jakość merytoryczna i dydaktyczna; są czytelne, logiczne i atrakcyjne w przekazie. Student prezentuje bardzo wysoką aktywność, pełne zaangażowanie i inicjatywę w pracy zespołowej. Widoczna jest samodzielność, krytyczne myślenie oraz umiejętność powiązania wiedzy teoretycznej z praktyką.
NA OCENĘ 5,0	

EDUKACJA ŻYWIENIOWA	
NA OCENĘ 6.0	Projekt edukacyjny opracowany w sposób wyróżniający, przekraczający standardowe wymagania programowe. Materiały edukacyjne prezentują bardzo wysoki poziom merytoryczny, metodologiczny i estetyczny, wykazują oryginalność i innowacyjność w ujęciu tematu. Student wykazuje wyjątkową samodzielność, dojrzałość refleksji i umiejętność twórczego myślenia. Aktywność i zaangażowanie w pracy zespołowej mają charakter inspirujący – student wspiera innych, inicjuje dyskusję, proponuje nowe rozwiązania. Prezentacja projektu jest spójna, profesjonalna i wzbogacona o elementy autorskiego podejścia do tematu.
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	
[1] Woynarowska B: Edukacja zdrowotna. PWN. Warszawa. 2008 [2] <u>Isobel R. Contento</u>: Edukacja żywieniowa. Olga Siara (tłum.). PWN. Warszawa. 2018. [3] Ciborowska H., Ciborowski A: Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka. PZWL,, 2021. [4] Spodaryk M.: Podstawy leczenia żywieniowego. Wyd. Scientifica, Kraków, 2019 [5] Włodarek D. i in. Dietoterapia. PZWL, Warszawa. 2014.	
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA	
[1] Payne A., Barker H.: Dietetyka i żywienie kliniczne. Wyd. Urban end Partner. Wrocław. 2013.	