



Suplementy diety

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2022/2023
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MiSW z 26 lipca 2019)	Nauki o zdrowiu
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny
Poziom kształcenia (licencjackie/magisterskie/jednolite magisterskie)	II stopnia
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	Egzamin
Jednostka/jednostki prowadząca/e	Zakład Żywienia Człowieka
Kierownik jednostki	Dr hab. Iwona Traczyk
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr Magdalena Zegan magdalena.zegan@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (osoba, do której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusa)	Dr Magdalena Zegan
Prowadzący zajęcia	dr Magdalena Zegan, dr Ewa Michota-Katulska, dr Beata Sińska

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	II mgr/semestr zimowy	Liczba punktów ECTS	2

„Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusa, przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusa w innych celach wymaga zgody WUM.”

FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim		
wykład (W)	10	
seminarium (S)	20	
ćwiczenia (C)	-	
e-learning (e-L)	-	
zajęcia praktyczne (ZP)	-	
praktyka zawodowa (PZ)	-	
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Dostarczenie wiedzy na temat suplementów diety
C2	Dostarczenie wiedzy na temat składników bioaktywnych stosowanych w suplementach diety
C3	Dostarczenie wiedzy na temat suplementów diety dla sportowców
C4	Dostarczenie wiedzy na temat fitoterapii

4. SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ	
numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
E_W39	Posiada wiedzę na temat poszczególnych grup suplementów diety
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
E_U22	Wykorzystując posiadaną wiedzę i źródła naukowe potrafi scharakteryzować poszczególne grupy suplementów diety z uwzględnieniem zasadności i bezpieczeństwa suplementacji
E_U40	Prezentuje w formie ustnej i pisemnej wyniki pracy na poziomie akademickim
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
E_K01	Ma świadomość ograniczeń swojej wiedzy
E_K12	Ma świadomość roli dietetyka
E_K14	Świadomy potrzeby stałego uzupełniania i pogłębiania wiedzy

5. ZAJĘCIA

„Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu, przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.”

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
1	Suplementy diety – definicja, podział na grupy ze względu na skład i przeznaczenie, regulacje prawne, oświadczenia żywieniowe, rynek	E_W39, E_U22
2	Charakterystyka wybranych grup suplementów diety ze względu na przeznaczenie	E_W39, E_U22
3	Zioła i ziołolecznictwo - wstęp	E_W39, E_U22
4	Znaczenie ziół w fitoterapii i dietetyce	E_W39, E_U22
5	Suplementy diety dla sportowców	E_W39, E_U22
Seminaria		
1	Bezpieczeństwo suplementacji	E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14
2	Suplementy dla sportowców	E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14
3	Analiza wybranych grup suplementów diety ze szczególnym uwzględnieniem witaminy D.	E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14
4	Potencjalne korzyści wybranej suplementacji -prezentacje	E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14
5	Suplementy wspomagające leczenie zaburzeń gospodarki węglowodanowej	E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14

6. LITERATURA

Obowiązkowa:

1. Treści wykładowe
2. Jarosz M., Ciok J, Respondek W. Suplementy diety a zdrowie. PZWL 2013
3. Jarosz M., Dzieniszewski J. Uważaj, co jesz, gdy zażywasz leki- interakcje między żywnością, suplementami diety a lekami PZWL 2007

Uzupełniająca:

1. Zespół ds. Suplementów diety <https://www.gov.pl/web/gis/zespol-do-spraw-suplementow-diety>

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu kształcenia	Kryterium zaliczenia
E_W39, E_U22, E_U40, E_K01, E_K12, E_K14	Zadania tematyczne realizowane i omawiane w czasie seminariów.	Zdobycie minimum 60% punktów
E_W39, E_U22, E_U40	Egzamin pisemny (pytania testowe, jednokrotnego wyboru)	Zdobycie minimum 65% punktów

8. INFORMACJE DODATKOWE

Brak