



Edukacja żywieniowa jednostek i grup

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2025/26
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NISW z 26 lipca 2019)	Nauki o zdrowiu
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny
Poziom kształcenia (I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)	II stopnia
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	zaliczenie
Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/y jednostki/jednostek)	Zakład Żywienia Człowieka ul. Ciołka 27, 01 - 445 Warszawa
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	dr inż. Beata Sińska
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	mgr Leszek Wronka leszek.wronka@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusa)	mgr Leszek Wronka e-mail: leszek.wronka@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	mgr Leszek Wronka, mgr Baszar El-Helou

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	II rok, semestr I	Liczba punktów ECTS	3.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		9	0,4
seminarium (S)		9	0,4
ćwiczenia (C)		18	0,8
e-learning (e-L)		-	-
zajęcia praktyczne (ZP)		-	-
praktyka zawodowa (PZ)		-	-
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		39	1,4

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Przygotowanie do pracy edukatora pracującego z osobą w różnym okresie życia jako jednostką (poradnictwo dietetyczne): – nabycie wiedzy z zakresu metodyki edukacji żywieniowej osób w różnym wieku (dzieci, młodzież, osoby dorosłe (kobiety/mężczyźni), osoby starsze, – zrozumienie przydatności kompetencji z tego zakresu w przyszłej pracy dietetyka.
C2	Przygotowanie do pracy edukatora pracującego z grupami w różnym wieku oraz różnymi chorobami: – nabycie wiedzy z zakresu metodyki grupowej edukacji żywieniowej, – zrozumienie przydatności kompetencji z tego zakresu w przyszłej pracy dietetyka.
C3	Przygotowanie do edukacji żywieniowej w różnych siedliskach: szpital, przychodnia, zakład pracy, gabinet i inne.
C4	Przygotowanie programu edukacyjnego z zastosowaniem odpowiednich narzędzi oraz praktyczne poprowadzenie edukacji żywieniowej na zaplanowanej grupie ochotników.

4. SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ

numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent:	
E_W01	Zna psychologiczne i społeczne-kulturowe uwarunkowania zachowań związanych z odżywianiem, ich znaczenie i funkcje

E_W16	Zna poszczególne okresy rozwojowe w życiu człowieka oraz rozumie znaczenie specyfiki fazy rozwojowej w pracy z pacjentami w różnych grupach wiekowych (m.in. kobiety w okresie okołoporodowym, menopauzalnym; dzieci, młodzież, seniorzy).
E_W42	Dokonyuje analizy sytuacji, projektuje i tworzy programy edukacyjne, zna metody edukacji i ocenia przydatność narzędzi edukacyjnych.
Umiejętności – Absolwent:	
E_U01	Planuje i prowadzi edukację żywieniową indywidualną i grupową.
E_U07	Opracowuje jasne i zrozumiałe materiały edukacyjne dla pacjenta.
E_U24	Wymienia cele i zadania edukacji żywieniowej.
E_U50	Projektuje programy w promocji zdrowia dla różnych grup ludności i prowadzi edukację zdrowotno-żywieniową z zastosowaniem różnych metod dla różnych grup ludności oraz pacjentów indywidualnych.
E_U54	Potrafi nawiązać empatyczną relację z pacjentem/klientem oraz stosuje niewerbalne i werbalne techniki budowania relacji.
E_U61	Potrafi zróżnicować poszczególne okresy rozwojowe w życiu człowieka, określić znaczenie specyfiki fazy rozwojowej dla zachowań żywieniowych.
E_U62	Potrafi przygotować program edukacyjny dotyczący zachowań żywieniowych dla pacjentów z różnych grup wiekowych oraz wykorzystuje zróżnicowane metody psychoedukacji w poszczególnych grupach wiekowych.
Kompetencje – Absolwent:	
E_K19	Ma świadomość odpowiedzialności za skutki swoich działań podejmowanych w sferze edukacji zbiorowej i indywidualnej.
E_K35	Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie, potrafi inspirować i organizować proces uczenia się innych osób.

5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
Wykład 1	Jakie czynniki determinują wybór żywności? Style jedzenia – rodzaje, charakterystyka i ich wpływ na zachowania żywieniowe.	E_W01
Wykład 2	Edukacji żywieniowa w różnych placówkach (szpital, szkoła) – co dietetyk uwzględnić powinien?	E_W16
Wykład 3	Rola edukacji żywieniowej w obalaniu mitów w żywieniu człowieka. Trendy prozdrowotne wpływające na rynek żywności funkcjonalnej – rola edukacji i poradnictwa żywieniowego. Żywność i żywienie we współczesnych mediach.	E_W01 E_W16
Seminaria		
Seminarium 1	Analiza zachowań predysponujących do rozwoju chorób dietozależnych. Modelowanie społeczne, praktyki rodzicielskie – rola rodzica, czynniki wpływające na edu żyw, alfabetyzm żywieniowy, skuteczność edu żyw.	E_W01 E_U61 E_K35

Seminarium 2	Jak edukować jednostki i grupy? Komunikacja i język w edukacji żywieniowej.	E_W16 E_U01 E_U50 E_U61
Seminarium 3	Narzędzia w edukacji żywieniowej.	E_W01 E_U07
Ćwiczenia		
Ćwiczenia 1	Przygotowanie zajęć edukacyjnych dla wybranej grupy odbiorców (dzieci w wieku przedszkolnym, wczesnoszkolnym lub szkolnym) cz.1. (tematyka, grupa odbiorców, metody, treści, sposób realizacji)	E_W42 E_U62
Ćwiczenia 2	Przygotowanie zajęć edukacyjnych dla wybranej grupy odbiorców (dzieci w wieku przedszkolnym, wczesnoszkolnym lub szkolnym) cz.2. (potencjalne sytuacje problemowe). Prezentacja i ewaluacja przygotowanych materiałów.	E_W42 E_U01 E_U24 E_U62 E_K19
Ćwiczenia 3	Warsztaty – zajęcia w terenie Praktyczne poprowadzenie edukacji żywieniowej na zaplanowanej grupie ochotników.	E_U01 E_U50 E_U54 E_K19
Ćwiczenia 4	Warsztaty – zajęcia w terenie Praktyczne poprowadzenie edukacji żywieniowej na zaplanowanej grupie ochotników. Przygotowanie raportu podsumowującego przeprowadzonych warsztatów.	E_U01 E_U50 E_U54 E_K19
Ćwiczenia 5	Analiza działań podejmowanych w zakresie edukacji żywieniowej z perspektywy dietetyka.	E_U62 E_K19 E_K38

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Contento I., *Edukacja żywieniowa*, Wyd. PWN, Warszawa, 2018.
2. Woynarowska B. (red.), *Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne, metodyka, praktyka*, WN PWN, Warszawa, 2017.
3. Gutkowska K., Adamowski J. (red), *Edukacja żywieniowa w teorii i praktyce*. Wydawnictwo SGGW, Warszawa, 2019.
4. Hamulka J, Wadolowska L, Hoffmann M, Kowalkowska J, Gutkowska K, The effect of an education program on nutrition knowledge, attitudes towards nutrition, diet quality, lifestyle and body composition in Polish teenagers. The ABC of Healthy Eating project: Design, Protocol and Methodology. *Nutrients* 2018, 10, 1439. doi: 10.3390/nu10101439
5. Dlaczego edukacja żywieniowa w Polsce jest potrzebna? Raport GfK, 2017.

Uzupełniająca

1. Woynarowska M., Woynarowska B., *Szkola i zdrowie jej uczniów i pracowników*. Harmonia Universalis, Gdańsk, 2022.
2. Heszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, WN PWN, Warszawa, 2008
3. Ledzińska M., Czerniawska O., *Psychologia nauczania. Ujęcie poznawcze. Podręcznik akademicki*, WN PWN, Warszawa, 2011.

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu kształcenia	Kryterium zaliczenia
E_W01 E_W16 E_W42	Zadania do wykonania na zajęciach.	Informacja zwrotna.
E_U01 E_U07 E_U25 E_U50 E_U54 E_U61 E_U62 E_K19 E_K35	Przygotowanie i realizacja projektu edukacyjnego	Ocena na podstawie spełnienia kryteriów omawianych w czasie zajęć: ocena merytoryczna treści (cel projektu, dobór treści, poprawność treści), ocena technicznej strony projektu (czytelność, przejrzystość slajdów, estetyka wykonania, interpunkcja, ortografia), ocena wypowiedzi (płynność, swoboda, postawa podczas prezentacji, kontakt wzrokowy).

8. INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)

Zasady współpracy będą ustalane ze studentami na pierwszych zajęciach.

Zaświadczenia o niekaralności na tle seksualnym są niezbędne do realizacji zajęć w terenie (placówki przedszkolne i szkolne).

Zaliczenie przedmiotu — przygotowanie projektu edukacyjnego i przeprowadzenie edukacji w określonej grupie odbiorców (dzieci w wieku przedszkolnym, dzieci w wieku szkolnym lub uczniowie szkół średnich).

Pytania dotyczące przedmiotu proszę kierować na adres: leszek.wronka@wum.edu.pl

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich