



Medycyna Kulinarna

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2025/2026
Wydział	Wydział Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MSW 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)	niestacjonarne
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. Erazma Ciołka 27, 01-445 Warszawa tel./faks: (0-22) 836 09 13, e-mail: zzc@wum.edu.pl
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	dr hab. Beata Sińska
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	mgr Baszar El-Helou e-mail: bhelou@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusa)	mgr Baszar El-Helou e-mail: bhelou@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	mgr Baszar El-Helou

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	Rok pierwszy, semestr drugi		Liczba punktów ECTS	1
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ			Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim				

wykład (W)			
seminarium (S)		10	0,4
ćwiczenia (C)			
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		15	0,6
3. CELE KSZTAŁCENIA			
1	Przygotowanie do pracy edukatora żywieniowego pracującego z grupami: – nabycie wiedzy z zakresu metodyki oraz praktycznej edukacji zdrowotnej i żywieniowej grup – zrozumienie przydatności kompetencji z tego zakresu w przyszłej pracy dietetyka.		
2	Zapoznanie z zastosowaniem różnych technik edukacyjnych w skutecznym przekazaniu i utrwalaniu wiedzy zdrowotnej i żywieniowej		
3	Wykorzystanie warsztatów kulinarnych jako narzędzia edukacji zdrowotnej		
Numer efektu uczenia się		Efekty w zakresie	
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:			
D2.W26	wpływ technologii kulinarnych na biodostępność i przemiany składników odżywczych, zastosowanie zasad żywienia medycznego w profilaktyce i terapii chorób dietozależnych		
D2.W24	zasady i metody edukacji żywieniowej, psychologicznych i społecznych uwarunkowań zmiany nawyków żywieniowych oraz strategii skutecznej komunikacji w edukacji zdrowotnej;		
Umiejętności — Absolwent potrafi:			
D2.U.29	projektować i wdrażać spersonalizowane interwencje żywieniowe oparte na zasadach medycyny kulinarniej, uwzględniając aktualne wytyczne dietetyczne oraz aspekty sensoryczne i technologiczne przygotowywania żywności		
D2.U.30	integrować wiedzę z zakresu nauk o żywieniu, technologii gastronomicznej i dietetyki klinicznej w celu opracowywania innowacyjnych rozwiązań kulinarnych wspierających zdrowie i leczenie dietozależnych jednostek chorobowych		
Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:			
D2.K.06	odpowiedzialności za własny rozwój i doskonalenie zawodowe oraz działania w oparciu o potwierdzoną naukowo wiedzę		
5. ZAJĘCIA			
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się	
Seminaria			
1.	Wprowadzenie do praktycznej medycyny kulinarniej i	D2.W26 D2.W24	

	medycyny stylu życia	D2.U.29 D2.U.30 D2.K.06
2.	Planowanie i organizacja różnych form warsztatów edukacyjnych	D2.W26 D2.W24 D2.U.29 D2.U.30 D2.K.06
3.	Planowanie i organizacja warsztatów kulinarnych	D2.W26 D2.W24 D2.U.29 D2.U.30 D2.K.06
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		
1. Śliz D., Mamcarz A. (red.), <i>Medycyna stylu życia</i>, wyd. PZWL, Warszawa, 2018. 2. Contento I., <i>Edukacja żywieniowa</i>, Wyd. PWN, Warszawa, 2018. 3. Woynarowska B. (red.), <i>Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne, metodyka, praktyka</i>, WN PWN, Warszawa, 2017. 4. Cianciara D., <i>Zarys współczesnej promocji zdrowia</i>, wyd. PZWL, Warszawa, 2010. 5. Gutkowska K., Adamowski J. (red.), <i>Edukacja żywieniowa w teorii i praktyce</i>. Wydawnictwo SGGW, Warszawa, 2019.		
7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCENIASIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
D2.W26 D2.W24 D2.U.29 D2.U.30 D2.K.06	Projekt zaliczeniowy warsztaty kulinarne w praktyce	Obecność na ćwiczeniach Złożenie prac w wyznaczonym terminie

Dane kontaktowe do osób prowadzących zajęcia: mgr Baszar El-Helou, e-mail: bhelou@wum.edu.pl