**KARTA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | **1012.8.KOS1.B/C8.SD** | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | ***SUPLEMENTY DIETY***  ***DIETARY SUPPLEMENTS*** |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | Kosmetologia |
| **1.2. Forma studiów** | Studia stacjonarne |
| **1.3. Poziom studiów** | Studia licencjackie – pierwszego stopnia |
| **1.4. Profil studiów\*** | Praktyczny |
| **1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu** | Dr Magdalena Zdziebło |
| **1.6. Kontakt** | Magdalena.zdzieblo@ujk.edu.pl |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Język wykładowy** | polski |
| **2.2. Wymagania wstępne\*** | Znajomość przedmiotów biologia , chemia, fizyka z programu szkoły średniej |

1. **SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Forma zajęć** | | Wykłady [15h] ćwiczenia [30h] 3 punkty ETCS |
| * 1. **Miejsce realizacji zajęć** | | Pomieszczenia dydaktyczne Filii w Sandomierzu UJK w Kielcach |
| * 1. **Forma zaliczenia zajęć** | | Zaliczenie z oceną: wykład – test, ćwiczenia – test, aktywność na zajęciach, |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | Prezentacja multimedialna, wykorzystywanie technicznych środków dydaktycznych, prezentacje wybranych zagadnień, metoda podawcza, praca w grupach |
| * 1. **Wykaz literatury** | **podstawowa** | 1. Składniki Suplementów Diety. K.Tuszyński. Wydawnictwo Farmaceutyczne 2021 2. Suplementy diety a zdrowie. Jarosz M., PZWL, 2008 |
| **uzupełniająca** | 1. Mikroskładniki odżywcze, Grober U. MedPharm, Wrocław, 2013. 2. Leki i mikroskładniki odżywcze, Grober U. MedPharm, Wrocław, 2011 3. Leki i pożywienie - interakcje,Zachwieja Z. MedPharm, Wrocław, 2016 |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   ***C1.***Przekazanie studentowi zasad suplementacji diet ze szczególnym odniesieniem do jej wpływu na skórę i jej przeydatki***.***  ***C2***. Przekazanie studentom wiedzy w zakresie bezpieczeństwa i efektywności stosowania suplementów diety oraz zaleceń suplementacji i w terapii schorzeń dermatologicznych.  ***C3***. Przekazanie studentom umiejętności analizy inetrakcji składników żywności, suplementów diety i leków. |
| * 1. **Treści programowe *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   **Wykłady**   1. Regulacje prawne dla suplementów diety 2. Grupy suplementów diety i wskazania do ich stosowania 3. Suplementy diety stosowane w problemach dermatologicznych 4. Suplementy diety w procesach starzenia się skóry 5. Suplementy diety w ciąży i laktacji 6. Suplementacja w chorobach nowotworowych 7. Interakcje suplementów diety z lekami i pożywieniem 8. Bezpieczeństwo i efektywność stosowania suplementów diety 9. Witaminy, minerały i ich znaczenie w diecie 10. Nowoczesne formy żywności 11. Nutrikosmetyki, nutraceutyki   **Ćwiczenia**   1. Analiza składu suplementów diety stosowanych w problemach skórnych 2. Analiza składu suplementów diety stosowanych jako antiaging 3. Analiza składu suplementów diety stosowanych w sporcie 4. Analiza składu wybranych suplementów diety z pozostałych grup terapeutycznych |

* 1. **Przedmiotowe efekty uczenia się**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Efekt** | **Student, który zaliczył przedmiot** | **Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się** |
| w zakresie **WIEDZY:** | | |
| W01 | Posiada w zaawansowanym stopniu wiedzę oraz rozumie zagadnienia z zakresu wskazań i przeciwwskazań do prowadzenia różnorodnych form wspomagania terapii z wykorzystaniem suplementów diety | **KOSP1\_W06** |
| W02 | Ma wiedzę w zakresie najważniejszych problemów i zagadnień właściwych dla suplementów diety i żywności funkcjonalnej wykorzystywanych w kosmetologii, zna i rozumie ich powiązanie z innymi dyscyplinami naukowymi . | **KOSP1\_W09** |
| w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** | | |
| U01 | Potrafi prawidłowo ocenić przydatność zastosowania suplementów diety i zywności funkcjonalnej jako wsparcia w działalności kosmetologicznej | **KOSP1\_U11** |
| U02 | Potrafi celnie dobrać odpowiednie suplementy diety i nutriceutyki jako uzupełnienie zabiegów kosmetycznych | **KOSP1\_U02** |
| U03 | Potrafi celnie dokonać analizy składu i efektów działania poszczególnych składników suplementów diety i ich wpływu na różne procesy metabolizne i stan skóry i jej przydatków | **KOSP1\_U05** |
| w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** | | |
| K01 | Mając świadomość dynamicznego rozwoju współczesnej kosmetologii – rozumie potrzebę systematycznego doskonalenia zawodowego i jest gotów do podjęcia tych działań. Rozumie znaczenie suplementów diety i zywności funkcjonalnej we współczesnej kosmetologii. | **KOSP1\_K01** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Efekty przedmiotowe**  ***(symbol)*** | **Sposób weryfikacji (+/-)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **~~Egzamin ustny/pisemny\*~~** | | | **Kolokwium\*** | | | **~~Projekt\*~~** | | | **Aktywność na zajęciach\*** | | | **~~Praca własna\*~~** | | | **~~Praca w grupie\*~~** | | | **~~Inne~~ *~~(jakie?)~~*~~\*~~** | | | |
| ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | |
| *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | |
| W01 |  |  |  | ***+*** | ***+*** |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| W02 |  |  |  | ***+*** | ***+*** |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| U01 |  |  |  | ***+*** | ***+*** |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| U02 |  |  |  | ***+*** | ***+*** |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| U03 |  |  |  | ***+*** | ***+*** |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| K01 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***+*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |

***\*niepotrzebne usunąć***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się** | | |
| **Forma zajęć** | **Ocena** | **Kryterium oceny** |
| **wykład (W)** | **3** | Kolokwium testowe 51-59% |
| **3,5** | Kolokwium testowe 60-69% |
| **4** | Kolokwium testowe 70-79%, |
| **4,5** | Kolokwium testowe 80-89%, |
| **5** | Kolokwium testowe 90-100%, |
| **ćwiczenia (C)\*** | **3** | Kolokwium testowe 51-59% |
| **3,5** | Kolokwium testowe 60-69% |
| **4** | Kolokwium testowe 70-79%, przeciętna aktywność na ćwiczeniach na 70% zajęć |
| **4,5** | Kolokwium testowe 80-89%, wysoka aktywność na ćwiczeniach na 70% zajęć , przygotowanie prezentacji |
| **5** | Kolokwium testowe 90-100%, wybitna aktywność na ćwiczeniach na 70% zajęć , przygotowanie i przedstawienie prezentacji |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** | |
| **Studia**  **stacjonarne** | **Studia**  **niestacjonarne** |
| *LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/* | ***30*** | ***30*** |
| *Udział w wykładach\** | 15 | 10 |
| *Udział w ćwiczeniach, ~~konwersatoriach, laboratoriach\*~~* | 13 | 13 |
| *Udział w ~~egzaminie~~/kolokwium zaliczeniowym\** | 2 | 2 |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | ***30*** | ***45*** |
| *Przygotowanie do wykładu\** | 5 | 5 |
| *Przygotowanie do ćwiczeń, ~~konwersatorium, laboratorium\*~~* | 5 | 10 |
| *Przygotowanie do ~~egzaminu~~/kolokwium\** | 10 | 10 |
| *Zebranie materiałów do projektu, ~~kwerenda internetowa\*~~* | 10 | 10 |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***60*** | ***60*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **3** | **3** |

***\*niepotrzebne usunąć***

***Przyjmuję do realizacji*** *(data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)*

*............................................................................................................................*