

Antropologia sportu - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Antropologia sportu
Kod przedmiotu	16.1-WL-ŻiDwS-AS
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Żywnienie i dietetyka w sporcie
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	podyplomowe
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	1
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Ewa Nowacka-Chiari

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Seminarium	-	-	10 (w tym jako e-learning)	0,67 (w tym jako e-learning)	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie z metodami oceny składu ciała i stanu odżywienia w oparciu o metody tradycyjne i nowoczesne; praktyczne wykorzystanie pomiarów somatycznych i metody BIA.

Wymagania wstępne

Wiedza ogólna związana z anatomią i fizjologią człowieka. Znajomość pojęć związanych z antropometrią

Zakres tematyczny

Część teoretyczna: metody oceny stanu odżywienia i składu ciała z uwzględnieniem wieku, płci oraz aktywności fizycznej.

Część praktyczna: pomiary cech somatycznych przydatnych do oceny stanu odżywienia i składu ciała – wykorzystanie odpowiednich wskaźników oraz formuł matematycznych. Pomiar składu ciała metodą BIA – interpretacja wyników. Porównanie indywidualnych wyników stanu odżywienia i składu ciała otrzymane zastosowanymi metodami.

Metody kształcenia

metoda podająco-aktywizująca, konwersatoryjna z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej; praca indywidualna i w grupach, analiza otrzymanych wyników, dyskusja, graficzne i tekstowe dokumentowanie zajęć.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Zna metody oceny składu ciała i stanu odżywiania, sposobów i stylów żywienia.	K_W03	- obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - wykonanie sprawozdań laboratoryjnych	Seminarium
Umie wykorzystać zdobytą wiedzę przy indywidualnej ocenie składu ciała i stanu odżywienia, poprzedzającej sporządzenie spersonalizowanej diety dla osób aktywnych fizycznie. Potrafi przekazywać zdobytą wiedzę odbiorcom reprezentującym różne środowiska społeczne, potrafi kształtować ich świadomość na temat możliwości zastosowania prostych sposobów oceny skuteczności właściwej diety.	K_U01	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Seminarium
Potrafi samodzielnie planować i realizować samokształcenie.	K_U03	- bieżąca kontrola na zajęciach - wykonanie sprawozdań laboratoryjnych	Seminarium
Potrafi działać w sposób przedsiębiorczy i kreatywny.	K_K03	- obserwacja i ocena aktywności na zajęciach - wykonanie sprawozdań laboratoryjnych	Seminarium

Warunki zaliczenia

Seminarium: ocenie podlega: zaliczenie pisemnej dokumentacji wykonania wszystkich zadań przewidzianych do realizacji w ramach przedmiotu. W przypadkach nieobecności, Student powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia

Literatura podstawowa

1. Biernat J. Stan odżywienia w aspekcie stanu zdrowia. Nowiny Lekarskie 2011, 80, 3, 209–212.

2. Wronka L. Przegląd metod oceny stanu odżywienia osób dorosłych. Cz. I. Metody Antropometryczne. Żywnienie Człowieka i Metabolizm 2010/37/4

Literatura uzupełniająca

1. Kleiner SM. Nutritional Assessment and Counseling of Athletes. In: Antonio J., Kalman D., Stout J.R., Greenwood M, Willoughby DS, Haff GG (eds) Essentials of Sports Nutrition and Supplements. Humana Press, 2008, 201-234.

2. Weir J. Methods of Body Composition Assessment. In: Antonio J., Kalman D, Stout JR, Greenwood M., Willoughby DS, Haff GG (eds) Essentials of Sports Nutrition and Supplements. Humana Press, 2008, 183-199

Uwagi

Program opracowała:

dr Ewa Nowacka-Chiari

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 17-08-2018 06:58)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ