

Tytuł przedmiotu:	<i>Ocena Żywienia - aspekty metodyczne</i>		
Kierunek:	Dietetyka		
Tryb studiów:	niestacjonarne		
Stopień studiów:	licencjackie		
Rok studiów:	3		
Semestr:	zimowy		
Wykłady:			
Dzień tygodnia:	piątek		
Godziny:	<i>12.00-14.00</i>		
Sala:	<i>1070</i>		
Numer wykładu	Data	Temat wykładu	
1	03.10.2025	Charakterystyka ogólna przedmiotu. Podstawowe pojęcia, definicje, narzędzia. Charakterystyka metody zbierania danych o sposobie żywienia. Charakterystyka i wybór technik	
2	17.10.2025	Wartości referencyjne wykorzystywane w ocenie sposobu żywienia. Jakościowe metody oceny sposobu żywienia –	
3	07.11.2025	Ocena adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym i grupowym. Wskaźniki jakościowo-ilościowe jako narzędzie do	
4	21.10.2025	Ocena stanu odżywienia – definicja, podział, uwarunkowania. Pomiary antropometryczne – sprzęt, wykonywanie pomiarów. Wskaźniki somatyczne wykorzystywane w badaniach	
5	05.12.2025	Ocena składu ciała – charakterystyka metod (BIA, BOD POD, PEA POD, DEXA), możliwości zastosowania i ograniczenia.	
6	19.12.2025	Badania biochemiczne oceny stanu odżywienia pojedynczych osób oraz grup populacyjnych; materiał biologiczny wykorzystywany w badaniach stanu odżywienia. Biomarkery	
7	16.01.2026	Charakterystyka i dobór metod oceny żywienia w zależności od grupy populacyjnej. Podsumowanie aspektów	
Ćwiczenia - grupa 1			
Dzień tygodnia:	sobota		

Godziny:	14.15 - 16.30		
Sala:	2106; 2130 (ćw. 2)		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	04.10.2025	Źródła danych do oceny sposobu żywienia (jadłospisy, raport magazynowe, kwestionariusze). Metody oraz zasady zbierania danych - wywiad 24-h, bieżące notowanie, częstotliwość	
2	18.10.2025	Wprowadzenie danych o spożyciu do programu dietetycznego. Przygotowanie danych do oceny adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem	<i>zapis spożytej żywności z 3 dni metodą bieżącego notowania</i>
3	08.11.2025	Ocena adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem aktualnie obowiązujących wartości	<i>przygotowanie danych do oceny adekwatności</i>
4	22.11.2025	Wprowadzenie do oceny stanu odżywiania. Zapoznanie studentów z przyrządami i procedurami przeprowadzania pomiarów antropometrycznych (m.in., pomiar wysokości	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych</i>
5	06.12.2025	przeprowadzania analizy składu ciała (BIA, BOD POD, DEXA). Ocena stanu odżywiania – wskaźniki somatyczne i ich interpretacja.	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych i danych do oceny stanu odżywiania</i>
6	20.12.2025	Podsumowanie metod i wskaźników stosowanych do oceny sposobu żywienia i stanu odżywiania w różnych grupach	<i>przygotowanie do zaliczenia praktycznego</i>
Ćwiczenia - grupa 2			
Dzień tygodnia:	niedziela		
Godziny:	16.00-19.00		
Sala:	2106; 2130 (ćw. 2)		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	04.10.2025	Źródła danych do oceny sposobu żywienia (jadłospisy, raport magazynowe, kwestionariusze). Metody oraz zasady zbierania danych - wywiad 24-h, bieżące notowanie, częstotliwość	

2	18.10.2025	Wprowadzenie danych o spożyciu do programu dietetycznego. Przygotowanie danych do oceny adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem	<i>zapis spożytej żywności z 3 dni metodą bieżącego notowania</i>
3	08.11.2025	Ocena adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem aktualnie obowiązujących wartości	<i>przygotowanie danych do oceny adekwatności</i>
4	22.11.2025	Wprowadzenie do oceny stanu odżywiania. Zapoznanie studentów z przyrządami i procedurami przeprowadzania pomiarów antropometrycznych (m.in., pomiar wysokości	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych</i>
5	06.12.2025	Zapoznanie studentów z przyrządami i procedurami przeprowadzania analizy składu ciała (BIA, BOD POD, DEXA). Ocena stanu odżywienia – wskaźniki somatyczne i ich	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych i danych do oceny stanu odżywienia</i>
6	20.12.2025	Podsumowanie metod i wskaźników stosowanych do oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia w różnych grupach	<i>przygotowanie do zaliczenia praktycznego</i>
Ćwiczenia - grupa 3			
Dzień tygodnia:	sobota		
Godziny:	16.30-19.00		
Sala:	2106; 2130 (ćw. 2)		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	05.10.2025	Źródła danych do oceny sposobu żywienia (jadłospisy, raport magazynowe, kwestionariusze). Metody oraz zasady zbierania danych - wywiad 24-h, bieżące notowanie, częstotliwość	
2	19.10.2025	Wprowadzenie danych o spożyciu do programu dietetycznego. Przygotowanie danych do oceny adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem	<i>zapis spożytej żywności z 3 dni metodą bieżącego notowania</i>
3	09.11.2025	Ocena adekwatności spożycia na poziomie indywidualnym z zastosowaniem aktualnie obowiązujących wartości	<i>przygotowanie danych do oceny adekwatności</i>
4	23.11.2025	Wprowadzenie do oceny stanu odżywiania. Zapoznanie studentów z przyrządami i procedurami przeprowadzania pomiarów antropometrycznych (m.in., pomiar wysokości	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych</i>

5	07.12.2025	Zapoznanie studentów z przyrządami i procedurami przeprowadzania analizy składu ciała (BIA, BOD POD, DEXA). Ocena stanu odżywienia – wskaźniki somatyczne i ich	<i>przygotowanie do indywidualnych pomiarów antropometrycznych i danych do oceny stanu odżywienia</i>
6	21.12.2025	Podsumowanie metod i wskaźników stosowanych do oceny sposobu żywienia i stanu odżywienia w różnych grupach	<i>przygotowanie do zaliczenia praktycznego</i>