



Zmiana zachowań związanych z jedzeniem w grupach wiekowych

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2026/27
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	praktyczny
Poziom kształcenia	II stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Studium Psychologii Zdrowia ul. Litewska 14/16 Tel. 22 116 92 11 (sekretariat) zpikm.wum.edu.pl
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. Dorota Włodarczyk
Koordynator przedmiotu	Dr Tomasz Duda tomasz.duda@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Dr Tomasz Duda tomasz.duda@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr Tomasz Duda Dr Urszula Ziętalewicz

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	II rok semestr II	Liczba punktów ECTS	4.00
-----------------------	-------------------	---------------------	------

FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ	Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim		
wykład (W)	10	0,4
seminarium (S)	10	0,4
ćwiczenia (C)	10	0,4
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	70	2,8

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Poznanie mechanizmów psychologicznych i społecznych wpływających na zachowania żywieniowe w kolejnych okresach życia.
C2	Rozwijanie umiejętności identyfikowania barier i motywatorów zmiany nawyków żywieniowych w różnych grupach wiekowych.
C3	Kształtowanie umiejętności doboru i projektowania strategii modyfikacji zachowań prozdrowotnych dostosowanych do wieku i sytuacji pacjenta.

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
---------------------------------	--------------------------

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

Umiejętności – Absolwent potrafi:

D2.U.67	mechanizmy psychologiczne i społeczne wpływające na nawyki żywieniowe w różnych grupach wiekowych oraz strategię skutecznej modyfikacji zachowań prozdrowotnych;
D2.U.77	identyfikować bariery i motywatory zmiany nawyków żywieniowych w różnych grupach wiekowych oraz stosować skuteczne strategie modyfikacji zachowań prozdrowotnych;

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

--	--

--	--

5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W1	Niemowlęctwo i wczesne dzieciństwo - rozwój oraz psychologiczne i społeczne uwarunkowania zachowań żywieniowych.	D2.U.67
W2	Wiek przedszkolny - rozwój, kształtowanie preferencji i nawyków żywieniowych.	D2.U.67
W3	Wiek szkolny i adolescencja - uwarunkowania zachowań żywieniowych i znaczenie środowiska społecznego.	D2.U.67
W4	Dorosłość - uwarunkowania zachowań żywieniowych i mechanizmy zmiany nawyków.	D2.U.67
W5	Starość - specyfika zachowań żywieniowych i czynniki wpływające na zmianę nawyków.	D2.U.67
S1	Bariery i motywatory zmiany zachowań żywieniowych u rodziców niemowląt i małych dzieci.	D2.U.67, D2.U.77
S2	Bariery i motywatory zmiany zachowań żywieniowych u dzieci w wieku przedszkolnym i ich opiekunów.	D2.U.67, D2.U.77
S3	Bariery i motywatory zmiany zachowań żywieniowych u dzieci szkolnych i nastolatków.	D2.U.67, D2.U.77
S4	Bariery i motywatory zmiany zachowań żywieniowych u osób dorosłych.	D2.U.67, D2.U.77
S5	Bariery i motywatory zmiany zachowań żywieniowych u osób starszych.	D2.U.67, D2.U.77
C1	Projektowanie strategii edukacyjnej wspierającej zmianę zachowań żywieniowych w rodzinach z małymi dziećmi.	D2.U.77
C2	Projektowanie strategii zmiany zachowań żywieniowych dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym.	D2.U.77
C3	Projektowanie strategii zmiany zachowań żywieniowych dla nastolatków.	D2.U.77
C4	Projektowanie strategii zmiany zachowań żywieniowych dla osób dorosłych.	D2.U.77
C5	Projektowanie strategii zmiany zachowań żywieniowych dla osób starszych.	D2.U.77

6. LITERATURA
Obowiązkowa
Ogden. J. (2011) Psychologia odżywiania się. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego. Włodarczyk D, Łazarewicz M. (red.). (2006). Psychologia w medycynie i naukach o zdrowiu. Warszawa: Wydawnictwo PWN. (wybrane rozdziały).
Uzupełniająca

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
D2.U.67	Test jednokrotnego wyboru.	Uzyskanie minimum 60% punktów.
D2.U.77	Projekt strategii modyfikacji zachowań żywieniowych dla wybranej grupy wiekowej.	Projekt identyfikuje bariery i motywatory oraz proponuje adekwatne strategie zmiany.

8. INFORMACJE DODATKOWE

Obecność na zajęciach jest obowiązkowa. Student zobowiązany jest do punktualnego stawiania się na zajęcia. Dopuszczalna jest nieobecność na jednych zajęciach. Student zobowiązany jest uzupełnić zaległość wynikającą z nieobecności w sposób wskazany przez prowadzącego.

Studentowi przysługują dwa terminy poprawkowe w przypadku niezaliczenia testu.
Wykłady mogą być prowadzone na platformie cyfrowej teams albo Platformie e-learningowej

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

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