

Dietetyka sportowa

STUDIA I STOPNIA - SPECJALNOŚĆ

Forma: Niestacjonarne • Stacjonarne

Sposób realizacji: Hybrydowe • Tradycyjne

Cechy: Studia I stopnia licencjackie • Od października • Polski • 6 semestrów

Miasto: Gdańsk



Czego się nauczysz?

- Nauczysz się **planować diety** dla sportowców, które poprawią ich wydajność fizyczną, wspomogą regenerację i będą dostosowane do rodzaju aktywności fizycznej.
- Dowiesz się, jak dostosowywać **suplementację i dietę** do stanu zdrowia, kondycji oraz celów treningowych, wspierając klientów w osiągnięciu wyników sportowych.
- Poznasz, jak wykorzystywać **case study** do analizy przypadków dietetycznych, by rozwiązywać realne problemy w pracy z osobami aktywnymi fizycznie.
- Odkryjesz, jak stosować **coaching zdrowotny** i trening personalny, by motywować klientów do zmiany stylu życia na bardziej aktywny i zgodny z zasadami zdrowego odżywiania.
- Opanujesz pracę z profesjonalnymi programami dietetycznymi, by tworzyć precyzyjne **jadłospisy dla osób aktywnych** oraz monitorować ich efekty zdrowotne.
- Nauczysz się planować żywienie w **chorobach przewlekłych i metabolicznych**, uwzględniając potrzeby osób zmagających się z różnymi ograniczeniami zdrowotnymi.

Praca dla Ciebie

- **Pracuj jako konsultant ds. żywienia w klubach fitness.** Wspieraj osoby aktywne fizycznie w doborze odpowiednich diet i suplementacji, które pomogą im osiągnąć cele treningowe.
- **Zatrudnij się jako dietetyk w ośrodkach wellness i spa.** Twórz spersonalizowane plany żywieniowe dla klientów, pomagając im poprawić zdrowie, regenerację i wygląd.
- **Bądź specjalistą w firmie produkującej suplementy diety.** Współpracuj nad tworzeniem innowacyjnych produktów wspierających regenerację i wydajność.
- **Zostań właścicielem działalności doradczej.** Oferuj usługi z zakresu dietetyki sportowej, pomagając klientom poprawiać wyniki i zdrowie dzięki dobrze zaplanowanemu żywieniu.
- **Pracuj jako trener personalny z wiedzą dietetyczną.** Łącz wiedzę z zakresu odżywiania i treningu, by oferować kompleksowe wsparcie swoim podopiecznym na drodze do osiągnięcia ich celów.
- **Zatrudnij się jako edukator zdrowotny.** Prowadź warsztaty o zdrowym stylu życia i żywieniu dla osób aktywnych, promując skuteczne nawyki.

Program studiów

Praktyczne studia

Uczymy tak, aby jak najlepiej przygotować Cię do rzeczywistych wyzwań, z jakimi spotkasz się w pracy zawodowej.



- **Projekty grupowe** – realne problemy biznesowe.
- **Symulacje** – decyzje w warunkach rynkowych.
- **Staże i praktyki** – doświadczenie w firmach.
- **Wykłady z praktykami** – eksperci z rynku.
- **Nowoczesne narzędzia** – aktualne technologie.
- **Case studies** – analiza realnych przypadków.

Wybrane zajęcia kierunkowe

- Żywność funkcjonalna,
- Chemia żywności,
- Dietetyka pediatryczna,
- Higiena, toksykologia i bezpieczeństwo żywności,
- Podstawy psychologii z elementami psychodietetyki,
- Technologia żywności i potraw,
- Analiza i ocena jakości żywności,
- Kliniczny zarys chorób,
- Anatomia człowieka

Wybrane zajęcia specjalnościowe

- Biologiczne uwarunkowania wysiłku fizycznego
- Żywnienie i wspomaganie dietetyczne w różnych dyscyplinach sportu
- Choroby przewlekłe oraz zaburzenia metaboliczne w aspekcie wysiłku fizycznego
- Suplementy diety w sporcie
- Trening personalny w żywieniu
- Coaching zdrowotny

Nauka języka obcego

Na studiach stacjonarnych:

- 240 godzin nauki jednego języka obcego (60 godzin w semestrze, od 2 do 5 semestru).



Na studiach niestacjonarnych:

- 64 godziny nauki jednego języka obcego w 2 i 3 semestrze.

Możesz wybrać: j. angielski, j. niemiecki, j. hiszpański, j. rosyjski.

Praktyki i staże

Praktyki studenckie to ważny element studiów. Studenci studiów licencjackich oraz jednolitych studiów magisterskich realizują **960 godzin praktyk** (24 tygodnie), zdobywając doświadczenie zawodowe. Jeśli pracujesz w zawodzie zgodnym z kierunkiem studiów, możesz zaliczyć praktyki na podstawie zatrudnienia. W trakcie studiów masz też szansę na płatny staż. Programy stażowe przygotowują pracodawcy, z którymi współpracujemy, dostosowując wymagania do stanowisk, co ułatwia pierwsze kroki zawodowe.

Sposób zaliczenia studiów

Tworzysz w zespole projekt dyplomowy, który rozwiązuje praktyczny lub teoretyczny problem związany z Twoim kierunkiem. Badając literaturę i przeprowadzając własne analizy, pracujesz nad autorską propozycją rozwiązania problemu. Wszystko, czego nauczysz się podczas studiów, pozwala Ci na stworzenie profesjonalnej pracy opartej na realnych danych i działaniach. by uzyskać tytuł licencjata, taki projekt musisz obronić przed komisją. To Ty wyznaczasz kierunek swojego projektu!

Zasady rekrutacji

Aby zostać studentem **studiów I stopnia (licencjackich lub inżynierskich)** na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- ukończyć szkołę średnią,
- zdać maturę i uzyskać świadectwo dojrzałości,
- złożyć komplet wymaganych dokumentów,
- spełnić wymogi wynikające z zasad rekrutacji.

[Dowiedz się więcej](#)

Stypendia i zniżki

- Na studiach I stopnia i jednolitych magisterskich możesz skorzystać z programu Very Important Student (VIS) i studiować w pierwszym semestrze nawet za darmo.
- Możesz otrzymać te same stypendia, co studenci uczelni publicznych, w tym naukowe, sportowe, socjalne i zapomogi.
- Elastyczny system opłat pozwala Ci wybrać, w ilu ratach chcesz opłacać czesne.

[Dowiedz się więcej](#)

Ceny

W oparciu o art. 80 ust. 3 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce uczelnia raz w roku akademickim zwiększa wysokość czesnego określonego w § 3 ust. 1 Umowy o wskaźnik równy wskaźnikowi wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych za rok kalendarzowy poprzedzający rok, w którym dokonuje się waloryzacji, ogłoszony przez Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego, łącznie nie więcej niż o 30 % do czasu ukończenia studiów określonych w Umowie.