

Dietetyka w sporcie

- Specjalność - studia I stopnia

Kierunek: Dietetyka

Tradycyjne OD PAŹDZIERNIKA Studia licencjackie

Czego nauczysz się, wybierając tę specjalność?

- Dowiesz się, jak opracowywać plany żywieniowe, mające na celu przygotowanie organizmu do określonego wysiłku fizycznego.
- Nauczysz się, jak dostosować dietę i suplementację osób uprawiających aktywność fizyczną w zwiększonym wymiarze.
- Zdobędziesz umiejętności do motywowania pacjentów i przeprowadzania coachingów zdrowotnych, mających na celu podniesienie jakości życia.
- Zdobędziesz wiedzę w zakresie potrzeb żywieniowych i funkcjonowania organizmu człowieka poddanego aktywności fizycznej oraz osób pragnących utrzymać zdrowie i sylwetkę.

Co jeszcze powinieneś wiedzieć?

Studia na tej specjalności prowadzone są w dwóch formułach:

- stacjonarnej tradycyjnej,
- niestacjonarnej tradycyjnej.

Praca dla Ciebie:

- konsultant ds. żywienia i suplementacji w placówkach sportowych, klubach fitness,
- specjalista w firmach zajmujących się produkcją żywności lub suplementów diety,
- specjalista w ośrodkach odnowy biologicznej, trener personalny,
- właściciel działalności gospodarczej z zakresu doradztwa dietetycznego dla osób aktywnych i sportowców.



Program studiów

Program studiów na tej specjalności obejmuje m.in.:

- żywienie w różnych dyscyplinach sportu i rekreacji,
- elementy psychologii sportu,
- suplementację i wspomaganie w sporcie.

Przedmioty kształcenia ogólnego:

- Anatomia człowieka
- BHP
- Biochemia ogólna i żywności
- Chemia żywności
- Ergonomia i higiena pracy dietetyka
- Fizjologia człowieka
- Język obcy
- Język polski branżowy
- Microsoft 365
- Mikrobiologia ogólna i żywności
- Parazytologia
- Pierwsza pomoc przedmedyczna
- Podstawy chemii
- Podstawy genetyki
- Podstawy immunologii
- Psychologia ogólna i zdrowia
- Wychowanie fizyczne

Przedmioty kierunkowe:

- Alergie i nietorelancje pokarmowe
- Analiza i ocena jakości
- Bioetyka i etyka zawodu dietetyka
- Dietetyka pediatryczna
- Diety alternatywne
- Działalność gospodarcza w dietetyce i organizacja pracy dietetyka
- Edukacja zdrowotna i żywieniowa
- Farmakologia i farmakoterapia
- Higiena i toksykologia żywności
- Interakcje leków z żywnością
- Kliniczny zarys chorób
- Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia



- Ochrona i promocja zdrowia
- Organizacja pracy dietetyka
- Podstawy diagnostyki laboratoryjnej
- Podstawy dietetyki
- Podstawy dietoprofilaktyki i dietoterapii
- Podstawy żywienia człowieka
- Pomiary antropometryczne
- Prawo i ekonomika w ochronie zdrowia
- Psychologia zachowań żywieniowych
- Technologia żywności i potraw
- Towaroznawstwo żywności
- Zaburzenia odżywiania

Przedmioty specjalnościowe:

- Elementy psychologii sportu
- Fizjologia wysiłku fizycznego
- Przygotowanie do egzaminu praktycznego
- Przygotowanie do egzaminu teoretycznego
- Suplementacja i wspomaganie w sporcie
- Technologia przygotowania posiłków dla sportowców
- Żywnienie w różnych dyscyplinach sportu i rekreacji