

ŻYWIENIE I SUPLEMENTACJA W SPORCIE

Warunkiem zaliczenia praktyki zawodowej jest złożenie opiekunowi dydaktycznemu raportu, w którym opisane zostaną zadania zrealizowane w ramach 90 godzin praktyk:

BLOK I. Warunki ogólne

1. **25 - 30 godzin** - Rozpoznanie rynku pracy usług dietetycznych w placówkach rekreacyjnych/klubach sportowych/klubach fitness/ firmach cateringowych/ stowarzyszeniach osób aktywnych fizycznie/ośrodkach terapii ruchowej/innych placówek świadczących usługi związane z aktywnością fizyczną i żywieniem (4-5 placówek) – w opisie powinny znaleźć się miejsca odbywania praktyk, krótki opis zakresu ich działalności i oferty, forma współpracy placówki ze środowiskiem (m.in. działania marketingowe mające na celu zachęcenie potencjalnych klientów do korzystania z usług), metody podnoszenia kwalifikacji zawodowych przez pracowników

BLOK II. Warunki szczegółowe

2.

A) Jeśli w miejscu odbywania praktyk jest dietetyk/specjalista ds. żywienia:

- **30 – 35 godzin**
 - w przypadku klientów indywidualnych/zawodników i podopiecznych klubów sportowych - **asystentura** przy pomiarze składu ciała/pomiarów antropometrycznych i prowadzeniu wywiadu żywieniowego oraz układaniu jadłospisów w oparciu o preferencje i faktyczne zapotrzebowanie klienta (7-10 dni)
 - w przypadku firm cateringowych – **asystentura** przy układaniu jadłospisów populacyjnych o określonej strukturze spożycia energii i makroskładników pokarmowych (10 dni)
- **30 godzin**
 - samodzielne działania dotyczące opracowania kompletnych protokołów żywieniowych i propozycji suplementacji dla osób aktywnych i nieaktywnych fizycznie w dni treningowe i nie treningowe; ewentualne propozycje działań usprawniających
 - propozycja porad dotyczących żywienia i suplementacji podczas eventów sportowych, w których Student podczas praktyki może uczestniczyć

B) Jeśli w miejscu odbywania praktyk nie ma dietetyka/specjalisty ds. żywienia:

- **30 – 35 godzin**
 - rozpoznanie profilu klientów korzystających z usług miejsca, w którym Student odbywa praktykę/podopiecznych i/lub zawodników klubu sportowego: zebranie informacji dotyczących podstawowych parametrów antropometrycznych i metryczkowych ułatwiających indywidualne działania, poznanie preferencji żywieniowych i oczekiwań związanych z nabyciem prawidłowych nawyków (własna ankieta)
- **30 godzin**
 - przygotowanie propozycji/oferty współpracy opieki dietetycznej dla miejsca odbywania praktyki
 - propozycja porad dotyczących żywienia i suplementacji podczas eventów sportowych, w których Student podczas praktyki może uczestniczyć