



Kurs Dietetyki – Certyfikowane szkolenie z ekspertką

Numer usługi 2025/10/30/135129/3115853

479,00 PLN brutto

479,00 PLN netto

68,43 PLN brutto/h

68,43 PLN netto/h

KRAJOWE
CENTRUM
EDUKACYJNE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

- 📍 zdalna
- 📄 Usługa szkoleniowa
- 🕒 7 h
- 📅 05.11.2025 do 05.11.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Dietetyka

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do osób zainteresowanych zdobyciem kompetencji w zakresie dietetyki i zdrowego odżywiania. Grupa docelowa obejmuje przyszłych dietetyków, trenerów personalnych, fizjoterapeutów, pasjonatów zdrowego stylu życia, sportowców amatorów oraz pracowników służby zdrowia chcących poszerzyć swoje kompetencje. Kurs jest również dedykowany osobom planującym zmianę ścieżki zawodowej i rozpoczęcie kariery w branży dietetycznej. Dostępny zarówno dla klientów indywidualnych, jak i biznesowych (firmy kupujące dostęp dla swoich pracowników). Nie wymaga wcześniejszego przygotowania - prowadzony jest od podstaw i dostępny dla osób rozpoczynających naukę w tym zakresie.

<https://kursyszkolenia.online/kurs-dietetyki/>

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1000

Forma prowadzenia usługi

zdalna

Liczba godzin usługi

7

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu Kurs Dietetyki jest przygotowanie uczestników do profesjonalnego układania planów żywieniowych oraz prowadzenia poradnictwa dietetycznego. Uczestnicy poznają podstawy żywienia człowieka, zasady przeprowadzania wywiadu z pacjentem, metody tworzenia zbilansowanych jadłospisów oraz najnowsze wytyczne żywieniowe. Po ukończeniu kursu będą w stanie samodzielnie układać plany dietetyczne dostosowane do indywidualnych potrzeb klientów oraz prowadzić działalność w branży dietetycznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje i stosuje zasady zdrowego żywienia oraz najnowsze wytyczne dietetyczne	<ul style="list-style-type: none">* Rozpoznaje i charakteryzuje makro- i mikroskładniki w diecie* Opisuje rolę poszczególnych składników odżywczych* Wymienia i wyjaśnia najnowsze zalecenia żywieniowe	Test teoretyczny
Projektuje i wdraża indywidualne plany żywieniowe	<ul style="list-style-type: none">* Przeprowadza profesjonalny wywiad z pacjentem* Planuje zbilansowane jadłospisy pod konkretny cel* Dostosowuje dietę do potrzeb różnych grup odbiorców	Prezentacja
Ocena i weryfikuje stan odżywienia oraz potrzeby żywieniowe	<ul style="list-style-type: none">* Oblicza i interpretuje wskaźnik BMI* Analizuje nawyki żywieniowe i ich wpływ na sylwetkę* Identyfikuje najczęstsze problemy pacjentów	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Program

Program kursu dietetyki obejmuje kompleksowe szkolenie z zakresu podstaw żywienia człowieka i praktycznego poradnictwa dietetycznego.

Kurs Dietetyki to kompleksowy program e-learningowy w modelu self-paced, który pozwala uczestnikom na zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie dietetyki i zdrowego odżywiania we własnym tempie.

Struktura kursu

Kurs składa się z 14 modułów tematycznych, które obejmują:

- Ponad 7 godzin materiałów wideo wysokiej jakości
- Prezentacje i materiały PDF do pobrania
- Zadania praktyczne
- Testy sprawdzające wiedzę
- Egzamin końcowy

Dostęp: bezterminowy, nieograniczony, dożywotni - po zakupie kursu uczestnik ma dostęp do wszystkich materiałów 24/7.

PROGRAM SZCZEGÓŁOWY

Moduł 1: Wprowadzenie do kursu

- Poznanie eksperta prowadzącego - Moniki Grzelak
- Porady dla początkujących dietetyków
- Wprowadzenie do zawodu dietetyka

Moduł 2: Podstawy diety i wywiad z pacjentem

- Dieta i indywidualne podejście do pacjenta
- Jak przeprowadzić poprawny wywiad z pacjentem
- Praktyczne przykłady przeprowadzania wywiadu
- Kluczowe działania dla utrzymania zdrowego trybu życia

Moduł 3: Najnowsze wytyczne żywieniowe

- Najnowsze zalecenia żywieniowe - "talerz zdrowia"
- Czego jeść więcej, a czego mniej aby być zdrowszym
- Wpływ nawyków żywieniowych na kształtowanie sylwetki
- Dodatkowe działania wspierające zdrowy tryb życia

Moduł 4: Makro- i mikroskładniki w diecie

- Zasady funkcjonowania ludzkiego organizmu
- Rola makroskładników w diecie (białka, tłuszcze, węglowodany)
- Znaczenie mikroskładników (witaminy, minerały)
- Składniki odżywcze w codziennym jadłospisie

Moduł 5: BMI i ocena stanu odżywienia

- Czym jest BMI i jak je obliczać
- Rola BMI w dietetyce
- Metody oceny stanu odżywienia pacjenta
- Interpretacja wyników

Moduł 6: Tworzenie planów żywieniowych

- Zasady tworzenia zbilansowanych jadłospisów
- Uwzględnianie celów pacjenta
- Dostosowanie diety do indywidualnych uwarunkowań zdrowotnych
- Układanie planów pod konkretny cel (np. odchudzanie, budowa masy)

Moduł 7: Żywnienie kobiet w ciąży

- Zasady żywienia w czasie ciąży
- Zapotrzebowanie na składniki odżywcze
- Bezpieczne produkty i suplementacja
- Najczęstsze błędy żywieniowe

Moduł 8: Żywnienie sportowców

- Podstawowe zasady żywienia dla sportowców
- Dieta a wydajność sportowa
- Nawodnienie i suplementacja
- Plany żywieniowe dla aktywnych fizycznie

Moduł 9: Mity żywieniowe

- Obalenie najpopularniejszych mitów żywieniowych
- Analiza pokutujących twierdzeń
- Fakty vs mity w dietetyce
- Edukacja pacjentów

Moduł 10: Popularne diety

- Dieta ketogeniczna - zasady i zastosowanie
- Dieta paleo - charakterystyka
- Dieta Dukana - etapy i efekty
- Analiza innych popularnych diet

Moduł 11: Najlepsze i najgorsze diety

- Cechy dobrze zbilansowanej diety
- Diety trendujące w poszczególnych latach
- Analiza skuteczności różnych podejść
- Jak wybierać dietę dla pacjenta

Moduł 12: Najczęstsze problemy pacjentów

- Identyfikacja typowych problemów żywieniowych
- Metody radzenia sobie z trudnościami
- Motywowanie pacjentów
- Przypadki praktyczne

Moduł 13: Jedzenie a choroby tarczycy

- Wpływ diety na funkcjonowanie tarczycy
- Żywnienie w niedoczynności tarczycy
- Produkty wskazane i przeciwwskazane
- Suplementacja

Moduł 14: Zadania praktyczne i egzamin

- Zadania praktyczne do samodzielnego wykonania
- Testy sprawdzające wiedzę z każdego modułu
- Egzamin końcowy
- Materiały bonusowe do wykorzystania w praktyce

CZEGO NAUCZYSZ SIĘ NA KURSIE?

Po ukończeniu kursu dietetyki będziesz potrafić:

- **Podstawy dietetyki:** profesjonalnie przeprowadzać wywiad z pacjentem i oceniać stan odżywienia
- **Planowanie żywieniowe:** tworzyć zbilansowane plany dietetyczne dostosowane do indywidualnych potrzeb i celów
- **Wiedza specjalistyczna:** stosować zasady żywienia dla różnych grup (sportowcy, kobiety w ciąży)
- **Praktyka zawodowa:** rozpoznawać i rozwiązywać najczęstsze problemy żywieniowe pacjentów
- **Edukacja żywieniowa:** skutecznie obalać mity żywieniowe i edukować w zakresie zdrowego odżywiania

FORMA REALIZACJI:

Kurs realizowany jest w formie **e-learningu asynchronicznego** (self-paced):

- Uczestnik ma dostęp do platformy e-learningowej 24/7
- Może realizować kurs we własnym tempie i czasie
- Może wielokrotnie wracać do materiałów
- Wszystkie materiały dostępne od razu po zakupie kursu

Typy materiałów:

- **Wideo:** ponad 7 godzin wysokiej jakości nagrań wideo z ekspertem Moniką Grzelak
- **Materiały:** prezentacje, podsumowania, materiały edukacyjne do pobrania
- **Zadania praktyczne:** ćwiczenia do samodzielnego wykonania po każdym module
- **Testy:** testy sprawdzające wiedzę po każdym module
- **Materiały bonusowe:** dodatkowe materiały do wykorzystania w codziennej pracy

Egzamin końcowy:

- Forma: test teoretyczny z pytaniami zamkniętymi
- Wymagany próg zaliczenia: 60% poprawnych odpowiedzi
- Liczba prób: nieograniczona
- Czas na egzamin: bez ograniczeń czasowych

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	479,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	479,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	68,43 PLN
Koszt osobogodziny netto	68,43 PLN

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

A. Materiały szkoleniowe

Materiały dostępne w ramach kursu:

Uczestnicy mają dostęp do:

- **Materiałów video:** wysokiej jakości nagrania z ekspertem, łącznie ponad 7 godzin treści merytorycznej
- **Materiałów do pobrania**
- **Zadań praktycznych:** ćwiczenia do wykonania po każdym module wspierające przyswojenie wiedzy
- **Testów sprawdzających:** interaktywne testy wiedzy po każdym module
- **Materiałów bonusowych:** dodatkowe materiały do wykorzystania w codziennej pracy dietetyka

Dostęp do materiałów: bezterminowy, nieograniczony, dożywotni - materiały dostępne 24/7 na platformie e-learningowej przez cały czas po zakupie kursu.

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa

Wymagania formalne

Warunkiem skorzystania z usługi jest:

- Zakup kursu (płatność jednorazowa lub ratalna)
- Rejestracja konta na platformie e-learningowej KCE
- Bezpośredni zapis na usługę za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych [gdy dotyczy]
- Wypełnienie ankiety oceniającej usługę rozwojową [gdy wymagane przez BUR]

Wymagana aktywność

Model self-paced nie wymaga obecności o określonych godzinach ani frekwencji. Uczestnik:

- Może realizować kurs we własnym tempie
- Ma bezterminowy dostęp do wszystkich materiałów
- Może wielokrotnie wracać do lekcji
- Zdaje egzamin końcowy w dowolnym momencie po przejściu kursu

Warunki uzyskania certyfikatów

Aby uzyskać Zaświadczenie MEN oraz Certyfikat KCE, uczestnik musi:

1. Przejść wszystkie moduły kursu
2. Wykonać zadania praktyczne po każdym module
3. Zdać egzamin/test końcowy z wynikiem minimum 60%
4. Wypełnić formularz zamówienia certyfikatów

Certyfikaty w wersji elektronicznej wysyłane są na adres e-mail w ciągu 3 dni roboczych.

Informacje dodatkowe

Zapisz się już dziś i rozpocznij karierę w dietetyce!

Warunki techniczne

Warunki techniczne

MINIMALNE WYMAGANIA TECHNICZNE

Kurs prowadzony jest na platformie e-learningowej Krajowego Centrum Edukacyjnego (własna platforma LMS oparta o Learndash, dostępna na domenie organizatora).

Wymagania:

- **Urządzenie:** komputer, laptop, tablet lub smartfon z dostępem do internetu
- **Przeglądarka internetowa:** dowolna aktualna przeglądarka (Chrome, Firefox, Safari, Edge)
- **Połączenie internetowe:** stabilne łącze internetowe
- **Dodatkowe oprogramowanie:** nie wymagane - kurs dostępny bezpośrednio z poziomu przeglądarki

Dostęp do platformy:

- Link do platformy kursu zostanie przesłany na adres e-mail po zakupie
- Logowanie poprzez indywidualne konto użytkownika
- Dostęp 24/7 z dowolnego miejsca

Rejestracja uczestnictwa: system automatycznie rejestruje postępy w kursie, zaliczenie testów i ukończenie poszczególnych modułów.

Kontakt



Pamela Sawicka

E-mail kontakt@kursyszkolenia.online

Telefon (+48) 61 6427 010