



**СИЛАБУС
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
« ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ
ЛЮДЕЙ »**

| | |
|---|--|
| Рівень вищої освіти | Другий (магістерський) |
| Код і найменування спеціальності, тип і назва освітньої програми | 181 Харчові технології / 204 Технологія виробництва і переробки продукції тваринництва <i>ОПП: Харчові технології / Технологія виробництва і переробки продукції тваринництва</i> |
| Статус навчальної дисципліни | Факультетська вибіркова |
| Курс, семестр | Курс – 2, семестр – 3. |
| Трудомісткість | Загальна кількість годин – 120 год. Кількість кредитів – 4,0. |
| Мова(и) викладання | Державна |
| ННІ / факультет, кафедра | Технологій тваринництва та продовольства Кафедра біології продуктивності тварин імені академіка О.В. Квасницького |
| Контактні дані розробника(ів) | Викладач: Мироненко Олена , к.с.г.н., доцент Контакти: ауд. 444 (навчальний корпус 4) olena.myronenko@pdaa.edu.ua сторінка викладача: https://www.pdaa.edu.ua/people/myronenko-olena-ivanivna |
| Мета вивчення навчальної дисципліни | Ознайомлення здобувачів вищої освіти з базовими поняттями раціонального харчування, основними складовими харчових продуктів (білками, жирами, вуглеводами, вітамінами, мінеральними речовинами, мікро-, макроелементами), їх значенням для здоров'я людини; особливостями харчування осіб різних вікових груп та зайнятості. |
| Компетентності | ЗК1. Здатність зберігати та приумножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя. |
| Результати навчання | РН. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини. |
| Методи навчання | МН 1. словесні методи; МН 3. практичні методи; МНСР 1. методи самостійної роботи вдома; МНІ 4. комп'ютерні і мультимедійні методи. |
| Програма навчальної дисципліни | Тема 1. Історія розвитку харчування. Роль раціонального харчування у формуванні та зміцненні здоров'я. Тема 2. Анатомія та фізіологія травної системи. Мікрофлора кишечника та її роль у процесі травлення. Тема 3. Основні складові компоненти їжі та їх роль у формуванні здоров'я. Тема 4. Значення вітамінів і макро- та мікроелементів у харчуванні. Тема 5. Вода і питний режим. Тема 6. Загальна характеристика основних продуктів харчування. Тема 7. Поняття про лікувальне харчування, види. |

| | |
|--|---|
| | <p>Альтернативні види харчування.</p> <p>Тема 8. Сучасні проблеми харчування людини. Харчові отруєння та їх профілактика.</p> |
| Стратегія оцінювання результатів навчання | <p>Форми поточного контролю знань: розв'язування тестів; виконання завдань на практичних заняттях; виконання завдань самостійної роботи.</p> <p>Форма семестрового контролю – залік.</p> |
| Політика навчальної дисципліни | <p>Політика щодо термінів виконання та перескладання: усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності).</p> <p>Політика щодо академічної доброчесності: списування під час виконання робіт заборонено (в т. ч. із використанням мобільних девайсів). Документи стосовно академічної доброчесності наведені на сторінці АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ ПДАУ: https://www.pdaa.edu.ua/content/akademichna-dobrochesnist</p> <p>Письмові роботи перевіряються на наявність плагіату. У разі виявлення факту плагіату здобувач вищої освіти отримує за завдання 0 балів і повинен повторно виконати його.</p> <p>Політика щодо відвідування: відвідування занять є обов'язковим; при наявності індивідуального графіку співпраця здобувача та викладача відбувається згідно даного графіка.</p> <p>Є можливість опанування даної навчальної дисципліни за програмами академічної мобільності (внутрішньої / міжнародної) за наявними укладеними угодами (договорами) між Університетом та закладом-партнером та / або індивідуальними запрошеннями.</p> <p>На здобувачів вищої освіти поширюється право про визнання результатів навчання, набутих у неформальній / інформальній освіті перед опануванням даної освітньої компоненти. Набуття відповідних результатів навчання можливе після успішного опанування курсів (з документальним підтвердженням) на різноманітних навчальних платформах, зокрема: Prometheus, Coursera тощо. Особливості неформального / інформального навчання регламентовані Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та інформальній освіті, здобувачами вищої освіти Полтавського державного аграрного університету.</p> |
| Передумови для вивчення навчальної дисципліни (за потреби) | Не передбачено |
| Додаткові матеріали для представлення навчальної дисципліни (за потреби) | Презентації |
| Рекомендовані джерела інформації | <p>Основні</p> <ol style="list-style-type: none"> Дієтичне харчування: підруч. / Черевко О.І. та ін. Харків: ХДУХТ, Світ Книг, 2021, 360 с. Зубар Н. М., Руль М. К., Булгакова М. К. Фізіологія |

харчування: практикум : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 208 с.

3. Ільїна С. Здоров'я на вашому столі : наук.-попул. вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 336 с.

4. Міхеєнко О. І. Основи раціонального та оздоровчого харчування : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2013. 184 с.

5. Нутриціологія : навч. посіб. / Дуденко Н. В. та ін. Харків : Світ книг, 2018. 560 с.

6. Оздоровче харчування : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Пригудьська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за ред. П. О. Карпенка. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2019. 628 с.

7. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник. / Дуденко Н. В. та ін. Суми : ВТД Університетська книга, 2008. 558 с.

8. Тележенко Л. М., Дзюба Н. А., Кашкано М. А. Здорове харчування: практичні рекомендації : монографія. Херсон : Олді-плюс, 2018. 200 с.

Допоміжні

1. Мироненко О.І. Особливості харчування студентів. Збірник наукових праць науково-практичної конференції професорсько-викладацького складу Полтавської державної аграрної академії за підсумками науково-дослідної роботи в 2016 році м. Полтава, 17-18 травня 2017 року. Полтава: РВВ ПДАА, 2017. С. 351 – 353.

2. Мироненко О. І. Питання води – один із викликів сучасності: збірник наукових праць наук.-практ. конф. проф.-викл. складу Полтавської державної аграрної академії за підсумками науково-дослідної роботи в 2019 р. м. Полтава, 22-23 квітня 2019. Полтава: РВВ ПДАА, 2020. С. 446 – 448.

3. Мироненко О.І. Продовольча безпека – гарантія раціонального харчування. Наукові праці Полтавської державної аграрної академії. Вип. 2 (7). Т.2. Полтава: ПДАА. 2013. С. 190 – 197.

4. Мироненко О.І. Україна на шляху реорганізації контролю безпечності та якості харчових продуктів. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Економіка, аграрний менеджмент, бізнес» К.: НУБіП України, 2014. Вип. 200. ч.2. С. 182 – 189.

5. Мироненко О.І. Якість питної води та оптимізація її використання. Наукові праці Полтавської державної аграрної академії. Вип. 1 (8). Т.2. Полтава : ПДАА. 2014. С. 168 – 173.

6. Тележенко Л. М., Дзюба Н. А., Кашкано М. А. Здорове харчування: практичні рекомендації : монографія. Херсон : Олді-плюс, 2018. 200 с.

7. Харчування людини і сучасне довкілля: теорія і практика : монографія. / Пересічний М. І., Корзун В. Н., Кравченко М. Ф., Григоренко О. М. Київ : КНТЕУ, 2003. 526с.

8. Food insecurity: Its prevalence and relationship to fruit and vegetable consumption. O. Turnbull, M. Homer, H. Ensaff. Journal of Human Nutrition and Dietetics, Volume 34, Issue 5, October 2021, Pages 849-857.

Інформаційні ресурси

1. МОЗ України рекомендує. URL : <http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilorekomendacii-zizdorovogo-harchuvannja> (дата звернення: 15.11.2023).
2. Тарілка здорового харчування - МОЗ України. URL:<http://moz.gov.ua/article/health/porivnjajte-svoju-izhu-z-%C2%ABtarilkoju-zdorovogoharchuvannja%C2%BB> (дата звернення: 05.08.2023).
3. Сайт асоціації дієтологів України. URL : <http://uda.in.ua/> (дата звернення: 25.07.2023).
4. Сайт «Здорове харчування». URL : <http://medfond.com/> (дата звернення: 15.08.2023).

Рік введення

2023