



СИЛАБУС
навчальної дисципліни
« ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ
ЛЮДЕЙ »

Рівень вищої освіти	Другий (магістерський) рівень
Код і найменування спеціальності, тип і назва освітньої програми	Спеціальність 181 Харчові технології <i>ОПП Харчові технології</i> Спеціальність 204 Технологія виробництва і переробки продукції тваринництва <i>ОПП Технологія виробництва і переробки продукції тваринництва</i>
Статус навчальної дисципліни	Факультетська вибіркова дисципліна
Курс, семестр	2 курс, 3 семестр
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.

	<p>Тема 4. Значення вітамінів і макро- та мікроелементів у харчуванні.</p> <p>Тема 5. Вода і питний режим</p> <p>Тема 6. Загальна характеристика основних продуктів харчування.</p> <p>Тема 7. Поняття про лікувальне харчування, види. Альтернативні види харчування.</p> <p>Тема 8. Сучасні проблеми харчування людини. Харчові отруєння та їх профілактика.</p>
<p>Стратегія оцінювання результатів навчання</p>	<p>Навчальні досягнення здобувачів вищої освіти за результатами вивчення тем та курсу оцінюються у відповідності до форм поточного та семестрового оцінювання результатів навчання. Формами поточного контролю знань здобувачів вищої освіти є: розв'язування тестів; виконання завдань на практичних заняттях; виконання завдань самостійної роботи.</p> <p>Форма семестрового контролю – залік.</p>
<p>Політика навчальної дисципліни</p>	<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, набутих 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 style="text-align: center;">Основні</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дуденко Н. В., Павлоцька Л. Ф., Артеменко В. С., Головка М. П., Коваленко В. О., Євлаш В. В., Горбань В. Г. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник. Суми : ВТД Університетська книга, 2008. 558 с. 2. Дуденко Н. В., Павлоцька Л. Ф., Цихановська І. В., Лазарєва Т. А., Александров О. В., Коваленко В. О., Скуріхіна Л. А., Євлаш В. В. Нутриціологія : навч. посіб. Харків : Світ книг, 2018. 560 с. 3. Зубар Н. М., Руль М. К., Булгакова М. К. Фізіологія харчування: практикум : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 208 с. 4. Ільїна С. Здоров'я на вашому столі : наук.-попул. вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 336 с. 5. Міхеєнко О. І. Основи раціонального та оздоровчого харчування : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2013. 184 с. 6. Оздоровче харчування : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Притульська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за ред. П. О. Карпенка. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2019. 628 с. 7. Тележенко Л. М., Дзюба Н. А., Кашкано М. А. Здорове харчування: практичні рекомендації : монографія. Херсон : Олді-плюс, 2018. 200 с. 8. Черевко О.І., Дуденко Н. В., Павлоцька Л. Ф., Димитрієвич Л.Р., Скуріхіна Л.А. Дієтичне харчування: підруч. Харків: ХДУХТ, Світ Книг, 2021, 360 с. <p style="text-align: center;">Допоміжні</p> <ol style="list-style-type: none"> 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.

	<p>С. 182 – 189.</p> <p>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.</p> <p>6. Пересічний М. І., Корзун В. Н., Кравченко М. Ф., Григоренко О. М. Харчування людини і сучасне довкілля: теорія і практика : монографія. Київ : КНТЕУ, 2003. 526с.</p> <p>7. Food insecurity: Its prevalence and relationship to fruit and vegetable consumption. O. Turnbull, M. Homer, H. Ensaif. Journal of Human Nutrition and Dietetics, Volume 34, Issue 5, October 2021, Pages 849-857.</p> <p>8. Тележенко Л. М., Дзюба Н. А., Кашкано М. А. Здорове харчування: практичні рекомендації : монографія. Херсон : Олді-плюс, 2018. 200 с.</p> <p style="text-align: center;">Інформаційні ресурси мережі Інтернет</p> <p>1. МОЗ України рекомендує. URL : http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendacii-zizdorovogo-harchuvannja (дата звернення: 15.11.2022).</p> <p>2. Тарілка здорового харчування - МОЗ України. URL: http://moz.gov.ua/article/health/porivnjajte-svoju-izhu-z-%C2%ABtarilkoju-zdorovogoharchuvannja%C2%BB (дата звернення: 05.08.2022).</p> <p>3. Сайт асоціації дієтологів України. URL : http://uda.in.ua/ (дата звернення: 25.07.2022).</p> <p>4. Сайт «Здорове харчування». URL : http://medfond.com/ (дата звернення: 15.08.2022).</p>
Рік введення	2023