

АНОТАЦІЯ РАЦІОНАЛЬНЕ ЖИВЛЕННЯ ЛЮДЕЙ

Заплановані результати навчання:

Мета вивчення навчальної дисципліни ознайомлення 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; формування соціальної компетентності, моральних правил, традицій, позитивного ставлення до зміцнення здоров'я на основі освоєння принципів раціонального харчування.

Основні завдання навчальної дисципліни: поглиблення знань з анатомо-фізіологічних особливостей травлення; забезпечення вивчення основних складових компонентів їжі і їх ролі у формуванні здоров'я, значення води для організму та нормативів питного режиму; поглиблення знань про загальну характеристику основних продуктів харчування; формування основ здорового способу життя і грамотної поведінки людей в суспільстві.

Компетентності:

Загальні:

- Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності.
- Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- Здатність працювати в команді.
- Уміння розв'язувати поставлені задачі та приймати відповідні обґрунтовані рішення.

Фахові (спеціальні):

- Здатність впроваджувати у виробництво технології харчових продуктів на основі розуміння сутності перетворень основних компонентів продовольчої сировини впродовж технологічного процесу.
- Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.
- Здатність визначати та аналізувати нутрієнтний склад продовольчої сировини та враховувати його при розробленні нових та удосконаленні існуючих технологій харчових продуктів.

Програмні результати навчання:

ПРН 6. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.

Програма навчальної дисципліни:

- Тема 1. Роль раціонального харчування сучасної людини.
- Тема 2. Система травлення і процеси травлення.
- Тема 3. Фізіологічні основи раціонального і збалансованого харчування.
- Тема 4. Сучасні погляди на роль білків, жирів і вуглеводів у харчуванні.
- Тема 5. Сучасні погляди на роль мінеральних речовин і вітамінів у харчуванні.
- Тема 6. Вода в житті людини.
- Тема 7. Диференційоване харчування різних вікових та професійних груп населення.
- Тема 8. Фізіологічна характеристика основних продуктів харчування та їх компонентів.

Трудомісткість:

Загальна кількість годин 120 год.

Кількість кредитів 4

Форма семестрового контролю залік

