



Міжнародний гуманітарний університет
ФАКУЛЬТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ, ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОЇ СПРАВИ ТА ТУРИЗМУ
Кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Нутриціологія

Галузь знань
Спеціальність
Назва освітньої програми
Рівень вищої освіти

_____ 18 Виробництво та технології
_____ 181 «Харчові технології»
_____ «Ресторанні технології»
_____ перший (бакалаврський) рівень

Розробники і викладачі <i>(зазначаються розробники і викладачі, які викладають дисципліну - посада, наук. ступінь, вчене звання, П.І.Б.)</i>	Контактний тел.	E-mail
доцент кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу к.т.н., доцент Тітомир Людмила Анатоліївна	0977877071	titomirluda@gmail.com

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Навчальна дисципліна «**Нутриціологія**» розроблена для студентів 2 курсу денної та заочної форм навчання спеціальності 181 «Харчові технології» і сформує цілісне уявлення про зміст та структуру фахової підготовки; про обраний напрям і спеціальність та основні освітньо-кваліфікаційним вимогам щодо підготовки фахівця бакалаврського рівня. Метою навчальної дисципліни «**Нутриціологія**» є формування у майбутніх фахівців теоретичних знань і практичних навичок з загальних підходів та принципів організації повноцінного, раціонального і профілактичного харчування різних груп населення.

Передумови для вивчення дисципліни (наприклад, перелік дисциплін, які мають бути вивчені раніше, тощо)
Попередні дисципліни-Харчова хімія, Мікробіологія

2. ОЧІКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У процесі реалізації програми дисципліни «Нутриціологія» формуються наступні компетентності із передбачених освітньою програмою:

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми технічного і технологічного характеру, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов у виробничих умовах підприємств харчової промисловості та ресторанного господарства та у процесі навчання, що передбачає застосування теоретичних основ та методів харчових технологій.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 01 . Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

.

Спеціальні (фахові) компетентності

СК 05 Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.

СК 12. Здатність формувати комунікаційну стратегію в галузі харчових технологій, вести професійну дискусію.

Навчальна дисципліна « Нутриціологія» забезпечує досягнення програмних результатів навчання (РН), передбачених освітньою програмою:

ПРН 06. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.

ПРН 19. Підвищувати ефективність роботи шляхом поєднання самостійної та командної роботи.

ПРН 27. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства, вести здоровий спосіб життя.

Заплановані результати навчання за навчальною дисципліною

Знання:

1. На понятійному рівні – основні категорії, поняття та їх визначення з курсу, зміст предмету «Нутриціологія» та його структуру, особливості.

2. Описувати основні ознаки складових продуктів харчування

Уміння:

3. Розуміти якісні зміни, що відбуваються на сучасному етапі у сфері харчування.

4. Визначати останні зміни та особливості у концепції харчування

5. Пояснювати зміст загальних тенденцій подальшого розвитку нутриціології.

6. Застосовувати знання: на рівні відтворення – правильно оцінювати сутність та зміст складових сфери харчування; на творчому рівні – використовувати свої внутрішні якості у підвищенні ефективності основ своєї професійної діяльності.

Навички:

7. Упорядковувати набуті знання у вигляді виконання самостійних завдань.

8. Аргументовано обговорити та обґрунтувати типи застосування харчових продуктів.

3. ОБСЯГ ТА ОЗНАКИ КУРСУ

Загалом		Вид заняття (денне відділення / заочне відділення)			Ознаки курсу		
ЄКТС	годин	Лекційні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота	Курс, (рік навчання)	Семестр	Обов'язкова / вибіркова
6	180	30/ 10	30 / 10	120 / 160	2	4 / 4	Вибіркова

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	Денна форма						Заочна форма					
	Усього	у тому числі					Усього	у тому числі				
		Л	П	ла б	ін д	с.р.		Л	П	лаб	Інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Тема 1. Основні поняття нутриціології	9	2	2			5	8	2	2			4
Тема 2 Макронутрієнти. Білки.	9	2	2			5	12					12
Тема 3 Макронутрієнти и Жири.	9	2	2			5	12					12
Тема 4. Макронутрієнти. Вуглеводи	9	2	2			5	12					12
Тема 5 Мікронутрієнти	14	2	2			10	12					12
Тема 6 Засвоєння їжі в організмі людини..	14	2	2			10	12					12
Тема 7 Харчування як засіб оздоровлення	14	2	2			10	12					12

Тема8 Сучасні проблеми харчування людини	14	2	2			10	16	2	2			12
Тема9. Харчові отруєння та їх профілактика .	14	2	2			10	12					12
Тема10 Теорії та концепції харчування .	14	2	2			10	16	2	2			12
Тема 11 Основні принципи лікувального харчування...	14	2	2			10	12					12
Тема 12. Спеціальні дієти	14	2	2			10	12					12

Тема13 Альтернативні теорії харчування Роздільне харчування. Енотерапія та ампелотерапія	18	4	4			10	16	2	2			12
Тма14Лікувально -профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами	14	2	2			10	16	2	2			12
Усього годин	180	30	30	-	-	120	180	10	10	-		160
Підсумковий контроль-залік												

5. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ / ОБЛАДНАННЯ

Студенти отримують теми та питання курсу, основну і додаткову літературу, рекомендації, завдання та оцінки за їх виконання як традиційним шляхом, так і з використанням університетської платформи он-лайн навчання на базі Moodle. Окрім того, практичні навички у пошуку та аналізу інформації за курсом, з оформлення індивідуальних завдань, тощо, студенти отримують, користуючись університетськими комп'ютерними класами та бібліотекою.

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

До самостійної роботи студентів щодо вивчення дисципліни «Нутриціологія» включаються:

1. Знайомство з науковою та навчальною літературою відповідно зазначених у програмі тем.

2. Опрацювання лекційного матеріалу.
3. Підготовка до практичних занять.
4. Консультації з викладачем протягом семестру.
5. Самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни.
6. Підготовка та виконання індивідуальних завдань у вигляді презентацій, рефератів тощо.
7. Підготовка до підсумкового контролю

Тематика та питання до самостійної підготовки та індивідуальних завдань

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Сучасна класифікація харчових продуктів. Відмінності та критерії основних типів харчових продуктів Індивідуальне завдання: Складання блок- схеми з визначенням вимог якими повинні відповідати функціональні молочні продукти	5	4
2	Тема 2. Макронутрієнти. Білки. Біологічна і харчова цінність білків. Індивідуальне завдання: Розрахунок біологічної та харчової цінності білку птиці(за вибором)	5	12
3	Тема 3. Макронутрієнти. Жири Незамінні жирні кислоти. Індивідуальне завдання: Розрахунок біологічної та харчової цінності риби (за вибором)	5	12
4	Тема 4. Макронутрієнти. Вуглеводи Глікемічний індекс (ГІ) Значення та використання. Індивідуальне завдання:	5	12

	Розрахунок глікемічних індексів печива(за вибором)		
5	Тема 5. Мікронутрієнти Вітаміни . Мінеральні елементи Індивідуальне завдання: Скласти необхідний тижневий мінеральний раціон для дорослої людини.	10	12
6	Тема 6 Засвоєння їжі в організмі людини Індивідуальне завдання: Презентація : «Енергетична цінність харчових продуктів» Складання схем перетворення білкових нутрієнтів у шлунково-кишковому тракті людини.	10	12
7	Тема 7. Харчування як засіб оздоровлення Основні правила оздоровчого харчування. Індивідуальне завдання: . Складання харчового раціону для спортсмену	10	12
8	Тема 8. Сучасні проблеми харчування людини Критерії та методичні засади до оцінки безпечності харчових продуктів із генетично-модифікованих джерел. Індивідуальне завдання: Реферат. «Профілактичні, лікувальні та лікувально-профілактичні продукти харчування.»	10	12
9	Тема 9. Харчові отруєння та їх профілактика Харчові отруєння грибкової етіології. Індивідуальне завдання: Презентація «Загальні причини харчових отруєнь»	10	12

10	Тема 10. Теорії та концепції харчування Характеристика античної концепції харчування. Індивідуальне завдання: Складання харчового раціону для людей похилого віку ,з врахуванням основ античного харчування	10	12
11	Тема 11. Лікувальне харчування. Основні характеристики діет: показання до застосування; цільове (лікувальне) призначення; енергетична цінність і хімічний склад Індивідуальне завдання: Презентація: « Контрастні діети: розвантажувальні та навантажувальні» . Дискусія :Застосування нектару в лікувально-профілактичному харчуванні.	10	12
12	Тема 12. Спеціальні діети. Фізіологічні аспекти лікувальних діет. Індивідуальне завдання: Презентація: « Дієтичні раціони спеціального харчування»	10	12
13	Тема13 Альтернативні теорії харчування Роздільне харчування. . Натуральні соки - джерело вітамінів С, А та мінеральних речовин Індивідуальне завдання: Презентація : « Ефекти натуральних соків: протизапальні, протиглистяні, антисептичні, гіпотензивні, тонізуючі, діуретичні.	10	12
14	Тема 14 Лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами	10	12

	Індивідуальне завдання: Дискусія : Застосування пектину в лікувально-профілактичному харчуванні. Презентації : «Молоко в лікувально-профілактичному харчуванні», « Вітаміни в лікувально-профілактичному харчуванні»		
	Всього	120	160

7. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Види контролю	Складові оцінювання	
	Для іспиту	Для заліку
поточний контроль , який здійснюється у ході: проведення практичних занять, виконання самостійної роботи, індивідуальних завдань здобувача тощо.	50%	100%
підсумковий контроль	50%	

Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування, реферати, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; розв'язання ситуаційних завдань, практичних завдань, залік
--	---

8. ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ТА ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ У МІЖНАРОДНОМУ ГУМАНІТАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ

(поточний контроль, підсумковий контроль, загальний результат оцінювання)

ЗАЛІК

<i>Поточний контроль</i>			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання

Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	60
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Індивідуальне завдання, підготовка реферату (презентації) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	20
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	20
Разом балів за поточний контроль			100
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **залік** (максимум 100 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 60 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переведу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 12;
- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 20 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переведу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 20- балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переведу балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4.

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі здобувачами

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2»- виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» -виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

9. КРИТЕРІЇ ПІДСУМКОВОЇ ОЦІНКИ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ (для іспиту / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;

- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);

- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.

- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» FX – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.

- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами

100-бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100 (10-12)	A	Відмінно	зараховано
82-89 (8-9)	B	Добре	
74-81(6-7)	C		
64-73 (5)	D	Задовільно	
60-63 (4)	E		
35-59 (3)	Fx	незадовільно	не зараховано
1-34 (2)	F		

10. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

. Основна

- 1 Фізіологічні аспекти оцінки якості харчових продуктів :навч.посіб./С.П Решта,Л.М. Пилипенко,О.І. Данілова;за ред..Л.М. Пилипенко.Херсон:ОЛДІ- ПЛЮС,2021.334с. .
2. Біологічна хімія з основами фізіології харчування :курс лекцій/ Л.В.Капрельянц—Вип.4-е—Харків:Факт,2023.228с
- 3.Нутриціологія та харчова безпека :навч.посібник/Л.Ф.Павловська,О.Ф.Аксьонова,.Л.А. Скуріхіна;Харків держ.ун-т харчування і торгівлі.Харків:ХДУХТ,2020.132с
- 4.Оздоровче харчування : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Притульська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за заг. ред. П. О. Карпенка ; Київ. нац. торг.-екон. ун-т. — Київ : КНТЕУ, 2019. 628 с.
- 5.Регулювання функціональних харчових продуктів в Україні та світі: перспективи використання постбіотиків як функціональних інгредієнтів/А. Капустян, Н.Черно,К. Наumenко//Харчова наука і технологія: наук.-виробн.журн.2023—Т17,№2, С4-17

Допоміжна

1. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник/НМ Зубар.-Київ:ЦУЛ,2017.336с
2. Технологія оздоровчих харчових продуктів: підручник/С.В. Іванов ,Г.О.Сімахіна,Н.В.Науменко;Нац.ун-т харч.технологій;рец. Н.К. Черно(ОНАХТ)- Київ:НУХТ,2015.402с

Інформаційні ресурси

1. <http://www.moz.gov.ua>.
2. <http://www.health.gov.ua>.
3. <http://zakon2.rada.gov.ua>.
4. <http://www.zdorov.com.ua>.
5. <http://www.i-medic.com.ua>.
6. <http://www.enpuir.npu.edu.ua>.