

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛТАВСЬКА ДЕРЖАВНА АГРАРНА АКАДЕМІЯ

Факультет технології виробництва і переробки продукції тваринництва

КАФЕДРА ГОДІВЛІ ТА ЗООГІГІЄНИ
СІЛЬСЬКОГОСПОДАРСЬКИХ ТВАРИН

СИЛАБУС
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЛЮДЕЙ

Освітньо-професійна програма Харчові технології
спеціальність 181 Харчові технології
галузь знань 18 Виробництво та технології
освітній ступінь Бакалавр

Розробник

Мироненко Олена –

доцент кафедри годівлі та зоогієни
сільськогосподарських тварин,

к.с.-г.н, доцент



Гарант ОПП

Ножечкіна – Єрошенко Галина –

професор кафедри харчових технологій,

к.т.н, доцент



Полтава
2020 р.

Опис навчальної дисципліни та інформація про розробника

| | |
|---|---|
| Назва навчальної дисципліни | РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЛЮДЕЙ вибіркова дисципліна професійної підготовки |
| Назва структурного підрозділу |  Кафедра годівлі та зоогієни сільськогосподарських тварин |
| Контактні дані розробників, які залучені до викладання | Викладач: Мироненко Олена , к.с.-г.н., доцент Контакти: ауд. 477, навчальний корпус 4  : olena.myronenko@pdaa.edu.ua ,  : 0505120782, сторінка викладача: e-mail: olemyr@ukr.net |
| Рівень вищої освіти | Перший (бакалаврський) рівень |
| Спеціальність | 181 Харчові технології |
| Попередні умови для вивчення дисципліни | Базові знання з біології, хімії, мікробіології, безпеки життєдіяльності та основи охорони праці. |
| Мова викладання | Державна |

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 анатоμο-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.

Заплановані результати навчання:

| Компетентності: | |
|---|--|
| загальні | фахові |
| 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. | 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: | |

5. Знати наукові основи технологічних процесів харчових виробництв та закономірності фізико-хімічних, біохімічних і мікробіологічних перетворень основних компонентів продовольчої сировини під час технологічного перероблення.
6. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.
- (Д1). Уміти застосовувати знання особливостей нутрієнтного складу сировини при розробленні та удосконаленні технологій харчових продуктів.
- (Д2). Застосовувати теоретичні знання в сфері поліпшення якості харчових продуктів з використанням інноваційних інгредієнтів.
- (Д3). Уміти давати рекомендації із оздоровчого харчування.

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.

Розподіл навчальної дисципліни за видами занять та годинами навчання

| Елементи характеристики | Денна форма навчання |
|---------------------------|----------------------|
| | набір 2018 р. |
| Рік навчання (курс) | 3 |
| Семестр | 6 |
| Лекції (годин) | 16,0 |
| Практичні (годин) | 24,0 |
| Самостійна робота (годин) | 80,0 |

Система нарахування балів

| Накопичування балів з навчальної дисципліни | |
|---|-----------------------------|
| види навчальної роботи | максимальна кількість балів |
| Виконання практичної роботи та її захист | 36,0 |
| Виконання завдань самостійної роботи | 24,0 |
| Розв'язання тестів | 40,0 |
| Максимальна кількість балів | 100,0 |

Система оцінювання навчальних досягнень студентів національна та ЄКТС

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ЄКТС | Оцінка за національною шкалою | |
|--|-------------|--|------------|
| | | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики | для заліку |
| 90-100 | A | відмінно | зараховано |
| 82-89 | B | добре | |
| 74-81 | C | | |
| 64-73 | D | задовільно | |
| 60-63 | E | | |

| | | | |
|-------|----|--|---|
| 35-59 | FX | незадовільно з можливістю повторного складання | не зараховано з можливістю повторного складання |
| 1-34 | F | незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |

Трудовітність:

Загальна кількість годин – 120 год.

Кількість кредитів – 4,0

Форма семестрового контролю – залік

Сторінка курсу на платформі Moodle - <https://moodle.pdaa.edu.ua/course/index.php?categoryid=582>



Інформаційні джерела:

1. Закон України № 4004-ХІІ від 24.02.1994 "Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення" (Редакція від 28.12.2015, підстава 901-19).
2. Закон України "Про захист прав споживачів" від 12.05.1991 № 1023-ХІІ (поточна редакція від 01.01.2017, підстава 1791-19).
3. Закон України «Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів» від 23.12.1997 № 771/97-ВР (поточна редакція від 01.01.2016, підстава 867-19)
4. Наказ МОЗ України від 03.09.2017 №1073 "Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії"
Вісловух А. М. Безпека харчування як основа безпечної життєдіяльності людини: навч.-практ. розробка з курсу «Безпека життєдіяльності». Київ : Ліра-К, 2017. 252 с.
5. Гаубер-Швенк Г., Швенк М. Харчування: dtv-Atlas : Наук ред. пер.: Передерій В. Г., Григоров Ю. Г. Київ : Знання-Прес, 2004. 183 с.
6. Димань Т. А., Мазур Т. Г. Безпека продовольчої сировини і харчових продуктів : підручник. Київ : ВЦ Академія, 2011. 520 с.
7. Дымань Т. Н., Шевченко С. И. Питание человека в XXI веке. Київ: Либра, 2008. 152 с.
8. 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.
9. Дуденко Н. В., Павлоцька Л. Ф., Цихановська І. В., Лазарева Т. А., Александров О. В., Коваленко В. О., Скуріхіна Л. А., Євлаш В. В. Нутриціологія : навч. посіб. Харків : Світ книг, 2018. 560 с.
10. Зубар Н. М., Руль М. К., Булгакова М. К. Фізіологія харчування: практикум : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 208 с.
11. Малигіна В. Д., Ракша-Слюсарєва О. А., Ракова В. П. Мікробіологія та фізіологія харчування: навч. посіб. Київ : Кондор, 2009. 242 с.
12. Міхеєнко О. І. Основи раціонального та оздоровчого харчування : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2013. 184 с.
13. Пересічний М. І., Корзун В. Н., Кравченко М. Ф., Григоренко О. М. Харчування людини і сучасне довкілля: теорія і практика : монографія. Київ : КНТЕУ, 2003. 526 с.
14. Счетчик калорий. Справочник в таблицах. Одесса : Буковед, 2010. 128 с.
15. Тележенко Л. М., Дзюба Н. А., Кашкано М. А. Здорове харчування: практичні рекомендації : монографія. Херсон : Олді-плюс, 2018. 200 с.

Додаткові матеріали для представлення навчальної дисципліни: презентація