

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПОЛТАВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет технології виробництва і переробки продукції тваринництва

КАФЕДРА ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

СИЛАБУС  
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## ОСНОВИ ФІЗІОЛОГІЇ І ГІГІЄНИ ХАРЧУВАННЯ

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

Розробник  
**Кайнаш Алла** –  
доцент кафедри харчових технологій,  
к.т.н, доцент



Гарант ОПП  
**Будник Ніна** –  
доцент кафедри харчових технологій,  
к.т.н, доцент



Полтава  
2021 р.

## Опис навчальної дисципліни та інформація про розробника

<b>Назва навчальної дисципліни</b>	<b>ОСНОВИ ФІЗІОЛОГІЇ І ГІГІЄНИ ХАРЧУВАННЯ</b> вибіркова фахова дисципліна
<b>Назва структурного підрозділу</b>	 Кафедра харчових технологій
<b>Контактні дані розробників, які залучені до викладання</b>	<i>Викладач:</i> <b>КАЙНАШ Алла</b> , кандидат технічних наук, доцент <i>Контакти:</i> ауд. 502 К, (корпус 5-К)  : <a href="mailto:alla.kainash@pdaa.edu.ua">alla.kainash@pdaa.edu.ua</a> ,  : +380666074584, <i>сторінка викладача:</i> <a href="https://www.pdaa.edu.ua/people/kaynash-alla-petrivna">https://www.pdaa.edu.ua/people/kaynash-alla-petrivna</a>
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський) рівень
<b>Спеціальність</b>	181 Харчові технології
<b>Попередні умови для вивчення навчальної дисципліни</b>	Не передбачено
<b>Мова викладання</b>	Державна

**Мета вивчення навчальної дисципліни** формування у здобувачів вищої освіти системи знань щодо впливу їжі та її компонентів на функціонування основних фізіологічних систем організму.

**Основні завдання навчальної дисципліни:** вивчення значення харчування у функціонуванні основних систем організму людини та оцінка харчового статусу організму; будови та фізіології шлунково-кишкового тракту; основ раціонального харчування та нетрадиційних видів харчування; фізіолого-гігієнічного значення основних макро- та мікронутрієнтів та їх оптимальних потреб відповідно до стану організму за конкретних умов існування; фізіолого-гігієнічної характеристики основних харчових продуктів та їх компонентів; фізіолого-гігієнічних основ харчування різних професійних груп населення; особливостей дитячого, дієтичного та лікувально-профілактичного харчування; захисних, антиаліментарних, природних та чужорідних токсичних елементів у харчових продуктах; харчових отруєнь, кишкових інфекцій та їх профілактики; заходів запобігання поширенню харчових захворювань.

### Заплановані результати навчання:

<b>Компетентності:</b>
<b>загальні</b>
Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності.
Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
Здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел.
<b>фахові</b>
Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.
<b>Програмні результати навчання:</b>
Д (додатковий). Знати й розуміти основні чинники впливу складових компонентів харчових продуктів на функціонування основних фізіологічних систем організму людини, роль нутрієнтів у харчуванні людини.

### **Програма навчальної дисципліни:**

Тема 1. Предмет та зміст курсу. Нервова й гуморальна системи регуляції.

Тема 2. Система травлення, процеси травлення та їх взаємодія з іншими системами організму.

Тема 3. Основи раціонального харчування. Нетрадиційні види харчування.

Тема 4. Фізіолого-гігієнічне значення основних харчових речовин у харчуванні людини.

Тема 5. Фізіолого-гігієнічні основи харчування різних професійних груп населення.

Тема 6. Особливості дитячого, дієтичного та лікувально-профілактичного харчування.

Тема 7. Фізіолого-гігієнічна характеристика основних харчових продуктів та їх компонентів.

Тема 8. Захисні, антиаліментарні, природні та чужорідні токсичні елементи у харчових продуктах.

Тема 9. Харчові отруєння, кишкові інфекції та їх профілактика.

### **Розподіл навчальної дисципліни за видами занять та годинами навчання**

Елементи характеристики	Денна форма навчання
	набір_бд_2021 р. (стн.)
Рік навчання (курс)	I
Семестр	2
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
Конспектування та захист лекційного матеріалу	16,0
Виконання вправ на практичних заняттях	24,0
Розв'язування тестів	10,0
Виконання завдань самостійної роботи	29,0
Підсумкова контрольна робота	21,0
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

### **Трудовіткість:**

Загальна кількість годин – 120 год.

Кількість кредитів – 4,0

Форма семестрового контролю – залік

Сторінка курсу на платформі Moodle - <https://moodle.pdaa.edu.ua/course/view.php?id=4146>



### **Інформаційні джерела:**

1. Вплив харчування на здоров'я людини : підручник / Пішак В. П., Радько М. М., Бабюк А. В. та ін.; Ред. М. М. Радько. Чернівці : Книги-XXI, 2006. 499 с.
2. Гагара В. Ф. Рациональне харчування різних категорій населення : навч. посіб. Запоріжжя : ЗНТУ, 2016. 184 с.
3. Дієтологія у термінах, схемах, таблицях, тестах : навч. посіб. / Гребняк М. П., Щудро С. А., Таранов В. В. та ін. Дніпро : Акцент ПП, 2018. 248 с.
4. Допустимі дози, концентрації, кількості та рівні вмісту пестицидів у сільськогосподарській сировині, харчових продуктах, повітрі робочої зони, атмосферному повітрі, воді водоймищ, ґрунті. ДСанПіН 8.8.1.2.3.4-000-2001 Державні санітарні правила та норми. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0137588-01>. (дата звернення: 20.09.2019).
5. Забруднення продуктів харчування радіонуклідами, пестицидами, нітратами : навч. посіб. уклад. А. В. Бабюк. Чернівці : Рута, 2007. 52 с.
6. Зубар Н. М. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник. Київ : Видавничий дім «КОНДОР», 2018. 408 с.
7. Зубар Н. М., Руть Ю. В., Булгакова М. К. Фізіологія харчування. Практикум : навч. посіб. Київ : Київ. держ. торг.-екон., 2000. 258 с.
8. Кайнаш А. П. Основи нутриціології : курс лекцій. Полтава : РВВ ПУЕТ, 2015. 138 с. URL: [http://elib.puet.edu.ua/action.php?kt\\_path\\_info=lm.web.view&fDocumentId=740547](http://elib.puet.edu.ua/action.php?kt_path_info=lm.web.view&fDocumentId=740547) (дата звернення: 20.12.2019).
9. Кайнаш А. П., Будник Н. В. Використання нетрадиційної рослинної сировини в технологіях м'ясних продуктів. Природно-ресурсний та енергетичний потенціали : напрями збереження, відновлення та раціонального використання : колективна монографія, за ред. О. О. Горба, Т. О. Чайки, І. О. Яснолоб. П. : Видавництво ПП «Астроя», 2019. С. 142-150. URL: <http://dspace.pdaa.edu.ua:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/4162/Моно%20ППП.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата звернення: 24.12.2019).
10. Нутриціологія : навч. посібник / Н. В. Дуденко та ін., під заг. ред. Н. В. Дуденко. Харків : Світ Книг. 2013. 560 с.
11. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник / Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька, В. С. Артеменко, М. П. Головка, В. О. Коваленко, В.В. Євлаш, В. Г. Горбань. Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. 558 с.
12. Смоляр В. І. Фізіологія та гігієна харчування. Київ : «Здоров'я», 2000. 336 с.