

# ФУНКЦІОНАЛЬНІ НУТРИЄНТИ

Кафедра годівлі тварин і технології кормів ім. П.Д.Пшеничного

Факультет тваринництва та водних біоресурсів

<i>Лектор</i>	Ільчук Ігор Іванович, канд. с.-г. наук, доцент
<i>Семестр</i>	7
<i>Освітній ступінь</i>	Бакалавр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	3
<i>Форма контролю</i>	Залік
<i>Аудиторні години</i>	30 (15 год лекцій, 15 год практичних занять)

## Загальний опис дисципліни

Функціональні нутрієнти – дисципліна, що вивчає особливості живлення (харчування) людини: продукти харчування, поживні речовини їжі і їх перетравність, всмоктування, використання та виведення, забезпечення організму достатньою кількістю енергії, поживних і біологічно активних речовин. Завдання дисципліни полягають у наданні здобувачам вищої освіти знань з біології живлення, особливостей харчування людей різних груп фізичної активності, а також стосовно ролі збалансованого харчування в підтримці здоров'я та профілактиці окремих захворювань.

## Теми лекцій:

1. Вступна лекція: «Здорове харчування запорука здоров'я кожного окремо та нації в цілому».
2. Хімічний склад і поживність продуктів харчування.
3. Травна система та її роль в процесах життєдіяльності.
4. Потреба організму людини у енергії.
5. Протеїнове, жирове, вуглеводне, мінеральне та вітамінне живлення.
6. Раціони та режим харчування.
7. Особливості харчування населення різних груп фізичної активності.
8. Аліментарні захворювання: причини та профілактика.

## Теми практичних занять:

1. Загальна потреба населення різних груп фізичної активності у продуктах харчування.
2. Хімічний склад продуктів харчування.
3. Розрахунок загальної енергетичної поживності харчових продуктів.
4. Визначення добової потреби організму в енергії.
5. Визначення добової потреби у поживних речовинах.
6. Розрахунок добового раціону, режим харчування.
7. Харчування залежно від групи фізичної активності.
8. Особливості харчування за окремих аліментарних хвороб.