



Лектор курсу  
Контактна інформація  
лектора (e-mail)  
Сторінка курсу в e Learn

## СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ «Харчування різних категорій населення»

Ступінь вищої освіти - Магістр  
Спеціальність 181 Харчові технології  
Освітня програма «Нутриціологія»  
Рік навчання 1, семестр 2  
Форма навчання денна, заочна  
Кількість кредитів ЄКТС 6  
Мова викладання українська  
д.т.н., професор Баль-Прилипко Лариса Вацлавівна

[hply@ukr.net](mailto:hply@ukr.net)

<https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=3657>

### ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Курс «Харчування різних категорій населення» є дисципліною, за допомогою якої студенти здобувають необхідні знання та вміння для забезпечення збалансованості раціонів із урахуванням соціальних зрушень, технічного прогресу та розвитку різноманітних типів підприємств харчування; розробляють конкретні рекомендації щодо виробництва та застосування нових продуктів та харчових добавок, максимального використання їх цінності для організму. У дисципліні вивчаються значення різних компонентів їжі для організму, фізіологічні основи складання харчових раціонів для різних верств населення.

Завдання - знати потреби організму в енергії: значення нутрієнтів для організму, основи збалансованого харчування та шляхи його реалізації, особливості раціонів харчування людей залежно від віку, характеру трудової діяльності тощо; визначити потреби організму в енергії та харчових джерелах залежно від різних факторів; скласти раціон харчування для різних верств населення; знати основи раціонального харчування: особливості дитячого, лікувально-профілактичного та дієтичного харчування; завдання харчової промисловості у створенні продуктів дієтичного та спеціального харчування.

Освітній компонент «Харчування різних категорій населення» є обов'язковим (цикл загальної підготовки).

У результаті вивчення освітнього компоненту здобувачі вищої освіти оволодіють такими **компетентностями**:

#### **інтегральна:**

- здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері харчових технологій;

#### **загальні компетентності:**

- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність проведення досліджень на відповідному рівні;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність).

#### **спеціальні (фахові, предметні) компетентності:**

- здатність обирати та застосовувати спеціалізоване лабораторне і технологічне обладнання та прилади, науковообґрунтовані методи та програмне забезпечення для проведення наукових досліджень у сфері харчових технологій;

- здатність розробляти програми ефективного функціонування підприємств харчової промисловості та/або закладів ресторанного господарства відповідно до прогнозів розвитку галузі в умовах глобалізації;

- здатність презентувати та обговорювати результати наукових досліджень і проектів;

- здатність розробляти харчові продукти нового покоління, у тому числі функціональні, на основі принципів харчової комбінаторики і застосування безпечної, біологічно повноцінної сировини та інноваційних інгредієнтів;

- здатність інтерпретувати отримані дані, готувати наукові публікації, презентувати та

обговорювати результати наукових досліджень і проектних рішень, у тому числі іноземною мовою, на наукових семінарах та конференціях з питань розвитку харчових технологій;

- здатність пропагувати основні положення та принципи раціонального харчування;
- здатність здійснювати оцінку та корекцію раціону харчування;
- здатність спонукати особу до здорового способу життя та активного дозвілля оздоровчої спрямованості.

### СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (лекції/лабораторні, практичні, семінарські)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
<b>1 семестр</b>				
<b>Модуль 1. Принципи технологій з харчових продуктів складного складу</b>				<b>50</b>
<b>Тема 1</b> Минуле, сьогодення та майбутнє дієтології та нутриціології	2/0/0	<p><b>Знати</b> потреби організму в енергії: значення нутрієнтів для організму, основи збалансованого харчування та шляхи його реалізації, особливості раціонів харчування людей залежно від віку, характеру трудової діяльності тощо; знати як визначити потреби організму в енергії та харчових джерелах</p> <p>залежно від різних факторів; скласти раціон харчування для різних верств населення.</p> <p><b>Вміти</b> скласти меню з урахуванням основних принципів раціонального харчування; розробляти раціони харчування різних груп населення в тому числі лікувально-профілактичного та дієтичного призначення.</p> <p><b>Використовувати</b> сучасне лабораторне обладнання та прилади для розробки меню та продуктів для окремих груп населення</p>	<p><i>Підготовка до лекції</i> (попереднє ознайомлення з презентацією та лекцією в eLearn).</p>	<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>
<b>Тема 2</b> Харчування вегетаріанців	2/6/5		<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>	<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>
<b>Тема 3</b> Харчування майбутніх батьків для забезпечення репродуктивного здоров'я	2/6/10		<p><i>Виконання самостійної роботи</i> (завдання в методичних рекомендаціях та eLearn).</p>	<p><i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи</i> (тестова - в eLearn).</p>
<b>Тема 4</b> Харчування людей з високим рівнем фізичної активності	2/6/5			
<b>Тема 5</b> Підходи до харчування при наявності надлишкової ваги	2/6/5			
<b>Тема 6</b> Вимоги до харчування під час вагітності та годування груддю	2/5/5			
<b>Тема 7</b> Найкращі дієти	2/6/0			
<b>Тема 8</b> Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя	2/5/0			
<b>Модуль 2. Технології харчових продуктів складного складу</b>				<b>50</b>
<b>Тема 9</b> Психоемоційний вплив їжі	2/0/5	<p><b>Знати</b> основи раціонального харчування: особливості дитячого, лікувально-профілактичного та дієтичного харчування; завдання харчової промисловості у створенні продуктів дієтичного та спеціального харчування.</p> <p><b>Вміти</b> розраховувати повний хімічний склад раціонів та окремих прийомів їжі; оцінювати відповідність</p>	<p><i>Підготовка до лекції</i> (попереднє ознайомлення з презентацією та лекцією в eLearn).</p>	<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>
<b>Тема 10</b> Особливості харчування дітей дошкільного віку	2/5/5		<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>	<p><i>Виконання та здача лабораторної роботи</i> (в методичних рекомендаціях та самостійно).</p>
<b>Тема 11</b> Харчування дітей та підлітків шкільного віку	2/0/5			
<b>Тема 12</b> Харчова алергія та непереносимість	2/0/5			

<b>Тема 13</b> Ефективна модель харчування для людей розумової праці	2/5/5	харчових продуктів принципам раціонального харчування  <b>Використовувати</b> сучасне лабораторне обладнання та прилади для дослідження фізико-хімічних показників готових виробів для окремих груп населення	та самостійно).  <i>Виконання самостійної роботи</i> (завдання в методичних рекомендаціях та eLearn).  <i>Підготовка написання модульної контрольної роботи</i> (тестова - в eLearn).	журналом оцінювання в eLearn.
<b>Тема 14</b> Особливі харчові потреби людей похилого віку	2/5/5			
<b>Тема 15</b> Переміжне голодування	2/5/0			
Курсовий проект	0/0/30			
<b>Всього за I семестр</b>	<b>30/60/90</b>			<b>70</b> <b>100*0,7</b> <b>(максимум 70 балів)</b>
<b>Екзамен</b>				<b>30</b>
<b>Всього за курс</b>				<b>100</b>

### ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

<b>Політика щодо дедлайнів та перескладання:</b>	Студент повинен здавати усі роботи в заплановані терміни до закінчення вивчення поточного модуля. Роботи, що здаються з порушенням термінів без поважних причин оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модульної контрольної роботи відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний) і дозволяється в термін до закінчення наступного модуля).
<b>Політика щодо академічної доброчесності:</b>	Списування, використанні мобільних девайсів, додаткової літератури під час модульних контрольних робіт, заліків та екзаменів заборонено. Письмові роботи, реферати повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу.
<b>Політика щодо відвідування:</b>	Відвідування лекційних та лабораторних занять є обов'язковим для всіх студентів. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись згідно з індивідуальним навчальним планом, затвердженим у визначеному порядку. Пропущені лекції, після їх опрацювання здобувачем вищої освіти, відпрацьовуються у вигляді співбесіди з викладачем або в он-лайн формі. Пропущені лабораторні заняття відпрацьовуються студентами в лабораторії кафедри.

### ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ СТУДЕНТІВ

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано