

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра технології м'ясних, рибних та морепродуктів

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні вченої ради факультету
харчових технологій та управління
якістю продукції АПК
протокол №10 від «06» червня 2025 р.

СХВАЛЕНО

на засіданні кафедри технології
м'ясних, рибних та морепродуктів
протокол №10 від «03» червня 2025 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ГІГІЄНА ХАРЧУВАННЯ**

Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність 229 “Громадське здоров'я”

Освітня програма Нутриціологія здорового харчування

Факультет харчових технологій та управління якістю продукції АПК

Розробник: Очколяс Олена Миколаївна, доцент кафедри технології
м'ясних, рибних та морепродуктів, к.т.н.

Опис навчальної дисципліни ГІГІЄНА ХАРЧУВАННЯ

(назва)

Дисципліна формує у студентів системи знань щодо надання фундаментальних та практичних знань студентам про закономірності впливу харчових продуктів на організм людини та громадське здоров'я, а також про оцінку ризику небезпечних харчових факторів на здоров'я населення та профілактичні заходи зі збереження здоров'я шляхом раціонального, безпечного харчування.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	Бакалавр	
Спеціальність	229 «Громадське здоров'я»	
Освітня програма	Нутриціологія здорового харчування	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	Вибіркова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота)	-	
Форма контролю	екзамен	
Показник навчальної дисципліни для денної та заочної форми навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Курс (рік підготовки)	3	
Семестр	6	
Лекційні заняття	30 год	
Практичні, семінарські заняття	-	
Лабораторні заняття	30 год	
Самостійна робота	60 год	
Індивідуальні завдання	-	
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	4 години	

1. Мета, завдання, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Метою дисципліни - є досягнення здобувачів вищої освіти сучасного конструктивного, мислення та системи спеціальних знань у галузі гігієни

харчування та здатності використання їх в професійній діяльності для попередження захворювань серед населення, пов'язаних із харчовими продуктами, а також використання новітніх наукових досягнень для здорового харчування.

Завдання дисципліни - розкриття гігієнічного впливу харчових продуктів і нутрієнтів на стан здоров'я та функції організму; гігієнічні вимоги до харчового раціону, критерії оцінки повноцінності добового харчового раціону; гігієнічні вимоги до основних харчових продуктів і дати їм оцінку; харчові отруєння мікробного та немікробного походження, які виникають при вживання недоброякісних продуктів.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у процесі професійної діяльності або навчання у сфері громадського здоров'я, що передбачає застосування теорій та методів громадського здоров'я і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

фахові (спеціальні) компетентності (ФК): СК 1. здатність критично осмислювати та застосовувати сучасні теорії, концепції, принципи, методи, методики та технології сфери громадського здоров'я; СК 8. здатність формувати і вдосконалювати у інших осіб спеціальні знання і навички у сфері громадського здоров'я.

Програмні результати навчання (ПРН) ОП: ПРН 13. брати участь у розробці стратегій, політик та заходів з громадського здоров'я, здійснювати ефективну комунікацію у сфері громадського здоров'я з використанням різних каналів та технік комунікації з метою донесення ідей, рішень та власного досвіду до фахівців і нефахівців.

2. Програма та структура навчальної дисципліни для:

- повного терміну денної (заочної) форми здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усь ого	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Основи гігієни харчування.												
Тема 1. Вступ. Гігієна харчування як наука і галузь практичної діяльності, її мета та завдання.	10	2	2			6						
Тема 2. Гігієнічне нормування хімічних речовин в атмосферному повітрі, воді, ґрунтах, продуктах харчування.	10	2	2			6						
Тема 3. Законодавчі основи якості харчових продуктів.	10	2	2			6						
Тема 4. Гігієнічна оцінка якості молочних продуктів.	10	2	2			6						
Тема 5. Гігієнічна оцінка якості м'яса і м'ясних продуктів	14	4	4			6						
Контроль за змістовим модулем 1	54	12	12			30						
Змістовий модуль 2. Гігієнічна оцінка якості харчових продуктів												
Тема 6. Гігієнічна оцінка якості яєць та яйцепродуктів.	9	2	2			5						
Тема 7. Гігієнічна оцінка якості риби і рибних продуктів	9	2	2			5						
Тема 8. Гігієнічна оцінка якості борошна, крупів, хліба та макаронних виробів.	13	4	4			5						
Тема 9. Гігієнічна оцінка якості кондитерських виробів, цукру і меду.	13	4	4			5						
Тема 10. Гігієнічна оцінка якості безалкогольних напоїв, соків, мінеральних вод і пива.	9	2	2			5						
Тема 11. Гігієнічна оцінка якості алкогольних напоїв	13	4	4			5						

оцінка харчових олій та жирів.												
Разом за змістовим модулем 2	66	18	18			30						
Усього годин	120	30	30			60						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1-й змістовий модуль		
1	Вступ. Гігієна харчування як наука і галузь практичної діяльності, її мета та завдання.	2
2	Гігієнічне нормування хімічних речовин в атмосферному повітрі, воді, ґрунтах та харчових продуктах	2
3	Законодавчі основи якості харчових продуктів.	2
4	Гігієнічна оцінка якості молочних продуктів.	2
5	Гігієнічна оцінка якості м'яса і м'ясних продуктів	4
2-й змістовий модуль		
6	Гігієнічна оцінка якості яєць та яйцепродуктів.	2
7	Гігієнічна оцінка якості риби і рибних продуктів.	2
8	Гігієнічна оцінка якості борошна, крупів, хліба та макаронних виробів.	4
9	Гігієнічна оцінка якості кондитерських виробів, цукру і меду.	4
10	Гігієнічна оцінка якості безалкогольних напоїв, соків, мінеральних вод і пива.	2
11	Гігієнічна оцінка харчових олій та жирів	4
Всього: 30 годин		

4. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1-й змістовий модуль		
1	<i>Методи гігієнічної експертизи молока.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності молока. Методи гігієнічної експертизи молока і молокопродуктів.	3
2	<i>Методи гігієнічної експертизи ковбасних виробів.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності ковбасних виробів. Методи гігієнічної експертизи ковбасних виробів.	3
3	<i>Методи гігієнічної експертизи яєць та яйцепродуктів.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності яєць та яйцепродуктів. Методи гігієнічної експертизи яєць та яйцепродуктів.	2

4	<i>Методи гігієнічної експертизи пресервів з риби.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності пресервів з риби. Методи гігієнічної експертизи пресервів з риби.	2
Контроль знань за 1-й змістовий модуль		10
2-й змістовий модуль		
5	<i>Методи гігієнічної експертизи хліба.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності хліба. Методи гігієнічної експертизи хліба.	4
6	<i>Методи гігієнічної експертизи макаронних виробів.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності макаронних виробів. Методи гігієнічної експертизи макаронних виробів.	3
7	<i>Методи гігієнічної експертизи круп'яних виробів.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності круп'яних виробів. Методи гігієнічної експертизи круп'яних виробів.	4
8	<i>Методи гігієнічної експертизи шоколаду.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності шоколаду. Методи гігієнічної експертизи шоколаду.	3
9	<i>Методи гігієнічної експертизи меду.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової та біологічної цінності меду. Методи гігієнічної експертизи меду.	2
10	<i>Методи гігієнічної безалкогольних напоїв.</i> Вивчення методів оцінки енергетичної, харчової цінності безалкогольних напоїв. Методи гігієнічної експертизи безалкогольних напоїв.	4
Контроль знань за 2-й змістовий модуль		20
Всього: 30 годин		

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Гігієнічна оцінка водопостачання. Методи покращання якості питної води.	15
2	Експертні методи оцінювання харчових продуктів.	15
3	Гігієнічна експертиза овочів, плодів і грибів.	15
4	Гігієнічна експертиза харчових продуктів, які особливо швидко псуються.	15
Всього: 30 годин		

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист лабораторних робіт, проектів;

7. Методи навчання

- метод практико-орієнтованого навчання;
- метод проєктного навчання;
- метод навчання через дослідження;
- метод навчальних дискусій та дебат.

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України».

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Загальні основи гігієнічної оцінки якості харчових продуктів		
Лекція 1. Вступ. Гігієна харчування як наука і галузь практичної діяльності, її мета та завдання.	Знати: Загальні відомості про гігієну харчування, як науку про збереження здоров'я. Методи якими користується гігієна харчування. Гігієнічна експертиза харчових продуктів.	-
Лекція 2. Гігієнічне нормування хімічних речовин в атмосферному повітрі, воді, ґрунті та харчових продуктах	Знати: Гігієнічне нормування чинників навколишнього середовища. Поняття про гігієнічне нормування в метеорології та кліматології, фізичних чинників біосфери.	-
Самостійна робота 1. Гігієнічна оцінка водопостачання. Методи покращання якості питної води.	Знати: основи гігієнічної оцінки систем водопостачання, розуміти значення якості питної води для здоров'я населення, володіти методами контролю та покращання якості питної води відповідно до гігієнічних нормативів.	15
Лекція 3. Законодавчі основи якості харчових продуктів.	Знати: системи законодавчих, організаційних та технологічних заходів якості харчових продуктів. Мікробіологічні критерії безпечності харчових продуктів.	-
Лабораторна 1. Загальні вимоги до організації та проведення експертизи в умовах лабораторії. Штрихкоди. Маркування товарів.	Знати: загальні вимоги до роботи випробувальних лабораторій, правила маркування харчових продуктів, вміти розшифровувати штриховий код і перевіряти правильність контрольної цифри, а також на прикладі умовної ситуації засвоїти організацію проведення експертизи харчової продукції за якістю та набувати навичок оформлення відповідної документації.	10

Лекція 4. Гігієнічна оцінка якості молочних продуктів.	Знати: харчову та біологічну цінність молока. Контамінації молока токсичними речовинами. Контамінації молока мікроорганізмами. Епідеміологічне значення молока. Заходи попередження захворювань людей.	-
Лабораторна 2. Вивчення технології питних видів молока. визначення органолептичних і фізико-хімічних показників якості десертних видів молока.	Знати: технологію виробництва питних видів молока, основні вимоги до сировини, що використовується у молочній промисловості, володіти методами визначення основних показників якості незбираного молока та вміти здійснювати контроль якості вихідної молочної сировини	10
Лекція 5. Гігієнічна оцінка якості м'яса і м'ясних продуктів.	Знати: біологічну цінність м'яса. За якими показниками оцінюють м'ясо. Оцінка якості ковбас та кулінарних виробів. Оцінка якості м'ясних кулінарних виробів і швидкозаморожених страв. Оцінка якості м'яса птиці.	-
Лабораторна 3. Визначення якісних показників ковбасних виробів.	Знати: основи характеристики та аналізу технологій виробництва м'ясних продуктів, ознайомитися з вимогами ДСТУ 4436:2005 щодо варених ковбас, сосисок, сарделок і м'ясних хлібів, засвоїти методи визначення основних показників якості м'ясних виробів, а також навчитися здійснювати контроль якості вареної ковбаси на відповідність вимогам стандарту.	10
Лекція 6. Гігієнічна оцінка якості яєць та яйцепродуктів.	Знати: харчову та біологічну цінність яєць. Класифікацію і показники якості яєць. Інфікування яєць мікроорганізмами. Епідемічне значення яєць.	-
Лабораторна 4. Дослідження якості яєць та яйцепродуктів.	Знати: вимоги ДСТУ 5028:2008 щодо харчових курячих яєць, засвоїти методи визначення основних показників якості яєць та яйцепродуктів, а також навчитися здійснювати контроль якості рідких, морожених або порошкоподібних яйцепродуктів на відповідність вимогам стандарту.	10
Самостійна робота 2. Експертні методи оцінювання харчових продуктів.	Знати: основи експертних методів оцінювання харчових продуктів, принципи органолептичного, лабораторного та документального контролю, а також вміти застосовувати ці методи для визначення якості, безпечності та відповідності харчових продуктів вимогам нормативної документації.	15
Модульна контрольна робота 1.		30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Гігієнічна оцінка якості харчових продуктів		
Лекція 7. Гігієнічна оцінка якості риби і рибних продуктів	Знати: Гігієнічні вимоги до свіжої, мороженої, солоні, в'яленої риби, копченої риби та нерибних продуктів.	-
Лабораторна 5. Визначення показників якості пресервів.	Знати: вимоги до пресервів з риби, оволодіти методами органолептичної та фізико-хімічної оцінки їх якості, а також навчитися здійснювати контроль якості рибних пресервів на відповідність	10

	встановленим стандартам.	
Лекція 8. Гігієнічна оцінка якості борошна, крупів, хліба та макаронних виробів.	Знати: Гігієнічну оцінку якості борошна, крупів, хліба і хлібобулочних виробів, макаронних виробів.	-
Лабораторна 6. Дослідження якості борошна.	Знати: вимоги ДСТУ 2209-93 щодо класифікації та термінів, пов'язаних із борошном, побічними продуктами і відходами, засвоїти методи визначення основних показників якості пшеничного, житнього, кукурудзяного, ячмінного та гречаного борошна, а також навчитися здійснювати контроль їх якості на відповідність вимогам стандарту.	5
Лабораторна 7. Дослідження якості хліба.	Знати: асортимент простих і поліпшених видів хліба, вимоги ДСТУ 7517:2014 до хліба з пшеничного борошна, володіти методами визначення основних показників його якості, а також навчитися здійснювати контроль якості хліба на відповідність вимогам стандарту.	5
Лабораторна 8. Дослідження якості макаронних виробів	Знати: асортимент і класифікацію макаронних виробів, вимоги стандарту ДСТУ 7043:2009, засвоїти методи визначення основних показників їх якості, а також навчитися здійснювати контроль якості макаронних виробів на відповідність вимогам стандарту.	5
Лекція 9. Гігієнічна оцінка якості кондитерських виробів, цукру і меду	Знати: Гігієнічну оцінку якості карамелі, кондитерських виробів, цукру, меду, халви, варення, джемів, повидла, пастили, зефіру, печива, пряників, шоколаду, жувальних гумок, цукру, меду.	-
Лекція 10. Гігієнічна оцінка якості тваринних та рослинних жирів	Знати: на які ознаки псування потрібно звертати увагу під час оцінювання олій та жирів; методи визначення молочних і немолочних жирів у комбінованому маслі.	-
Лабораторна 9. Дослідження якості тваринних жирів	Знати: вимоги ДСТУ 4455:2005 щодо тваринних жирів і рослинних олій, засвоїти методи визначення основних показників якості тваринних жирів, а також набувати практичних навичок підготовки проб і органолептичного аналізу для контролю їх якості на відповідність стандарту.	5
Лабораторна 10. Дослідження якості показників рослинних олій	Знати: вимоги ДСТУ 2423-94 щодо термінів і визначень у виробництві рослинних олій, засвоїти методи визначення основних показників їх якості, а також набути практичних навичок підготовки проб та проведення органолептичного аналізу для контролю якості рослинних олій на відповідність вимогам стандарту.	5
Лекція 11. Гігієнічна оцінка якості безалкогольних напоїв, соків, мінеральних	Знати: основи гігієнічної оцінки якості безалкогольних напоїв, соків і мінеральних вод, розуміти вимоги до їх безпечності та харчової цінності, володіти методами контролю органолептичних, фізико-хімічних і мікробіологічних показників, а також вміти здійснювати оцінку відповідності цих продуктів гігієнічним нормативам.	-

Лекція 12. Гігієнічна оцінка спирту та алкогольних напоїв	Знати: гігієнічні вимоги до якості спирту та алкогольних напоїв, володіти методами визначення органолептичних, фізико-хімічних та токсикологічних показників, розуміти вплив складових алкоголю на здоров'я людини, а також вміти здійснювати оцінку відповідності алкогольної продукції чинним санітарно-гігієнічним нормативам.	-
Лабораторна 11. Дослідження якості вина.	Знати: вимоги до якості винної продукції, класифікацію вин за складом та способом виробництва, володіти методами органолептичної, фізико-хімічної та мікробіологічної оцінки, а також вміти здійснювати контроль якості вина на відповідність вимогам стандартів і гігієнічним нормативам.	5
Лекція 13. Гігієнічна оцінка овочів, плодів і грибів	Знати: гігієнічні вимоги до якості овочів, плодів і грибів, володіти методами оцінки їх безпечності та харчової цінності, у тому числі визначення вмісту нітратів, пестицидів, важких металів та мікробіологічних показників, а також вміти здійснювати гігієнічну оцінку цих продуктів на відповідність нормативним вимогам.	-
Самостійна робота 3. Гігієнічна експертиза овочів, плодів і грибів.	Знати: основи гігієнічної експертизи овочів, плодів і грибів, володіти навичками самостійного пошуку та аналізу інформації з літературних і електронних джерел, а також вміти оцінювати безпечність продукції відповідно до нормативних вимог.	15
Самостійна робота 4. Гігієнічна експертиза харчових продуктів, які особливо швидко псуються.	Знати: основи гігієнічної експертизи продуктів, що швидко псуються, вміти ідентифікувати основні групи такої продукції, орієнтуватися в джерелах інформації та самостійно шукати матеріали для аналізу і виконання індивідуальних завдань відповідно до нормативних вимог.	15
Модульна контрольна робота 2.		30
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	(M1 + M2)/2*0,7 ≤ 70	
Екзамен/залік	30	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

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

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Роботи, які здаються із порушенням термінів їх здачі без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається виключно із дозволу лектора за наявності поважних причин: лікарняний тощо.
Політика щодо академічної доброчесності:	Списування з будь якого джерела чи пристрою під час контрольних робіт, екзаменів, виконання тестів тощо заборонено. Реферати повинні мати відповідні посилання на використану літературу та список використаних джерел.
Політика щодо відвідування:	Відвідування усіх видів занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн форматі виключно за погодженням із деканом факультету).

9. Навчально-методичне забезпечення

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4229>;
- конспект лекцій та їх презентації (в електронному вигляді);
- підручники, навчальні посібники, практикум;
- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної форми здобуття вищої освіти.

10. Рекомендовані джерела інформації

1. Бардов В. Г., Москаленко В. Ф., Омельчук С.Т. Гігієна та екологія: навч. посіб. Вінниця, 2006. 720 с.
2. Москаленко В. Ф., Яворовський О.П. Гігієна та екологія в термінах, схемах, таблицях і тестах: навч. посіб. Київ, 2012. 208 с.
3. Ципріян В. І. Гігієна харчування з основами нутриціології: підручник. Київ, 2007. 544 с.
4. Даценко І. І. Загальна гігієна: посібник для практичних занять. Львів, 2001. 472 с.
5. Даценко І. І., Габович Р. Д. Профілактична медицина. Загальна гігієна з основами екології: навч. посіб. Київ, 1999. 694 с.
6. Шевченка А. М., Яворовського О. П. Гігієна праці (методи досліджень та санітарно-епідеміологічний нагляд): навч. посіб. Вінниця. 2005. 528 с.
7. Бабієнко В. В., Гринзовський А. М. Введення в профілактичну медицину. Методологічні та історичні аспекти: навч. посіб. Київ, 2012. 232 с.
8. Пашко К. О. Військова гігієна з гігієною при надзвичайних ситуаціях: посібник. Тернопіль, 2005. 312 с.