

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУ-
ВАННЯ УКРАЇНИ

Кафедра Овочівництва і закритого ґрунту

“ЗАТВЕРДЖЕНО”
Агробіологічний факультет
“10” червня 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА
Навчальної дисципліни

«Овочі для здорового харчування» - ВК-3.8

Галузь знань – 20 «Аграрні науки та продовольство»

Спеціальність - 203 «Садівництво, плодоовочівництво та виноградарство»

Освітня програма - «Садівництво, плодоовочівництво та виноградарство»

Факультет Агробіологічний

Розробник – доцент Слєпцов Ю.В.

Київ – 2025 р.

Опис навчальної дисципліни «Овочі для здорового харчування» - ВК-3.8

В дисципліні вивчаються лікарські і цінні дієтичні властивості овочевих культур, наявність в кожній унікального складу з амінокислот, білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, ефірних олій тощо. Розглянуто принципи їх правильного вибору і приготування, використання в кухнях народів світу, історичні традиції та використання в народній і сучасній медицині.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	Магістр	
Спеціальність	Садівництво, плодоовочівництво та виноградарство	
Освітня програма	Садівництво, плодоовочівництво та виноградарство	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	150	
Кількість кредитів ECTS	5,0	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	іспит	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	1	4
Семестр	2	4
Лекційні заняття	30 год.	10 год.
Практичні заняття	30 год.	20 год.
Лабораторні заняття		
Самостійна робота	90 год.	24 год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	4	

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

Мета курсу. дати студентам знання зі споживання овочів та їх харчової і лікувальної цінності.

Завдання: формування у студентів навичок і методів вирощування та використання екологічно чистої овоччевої продукції, принципами споживання городини, як компонента раціонального харчування.

Набуття компетентностей:

Інтегральна компетентність (ІК):

здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у сфері садівництва та виноградарства під час здійснення професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій, які характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.

Спеціальні фахові компетентності (СК):

СК 1. Здатність використовувати базові знання зі спеціалізованих підрозділів аграрної науки (плодівництво, овочівництво, виноградарство, ягідництво, грибівництво, рослинництво, землеробство, селекція та насінництво, агрохімія, ґрунтознавство, механізація, захист рослин).

СК 10. Здатність застосовувати практичні вміння із вирощування видового і сортового різноманіття овочевих і плодових культур для різного цільового використання.

Програмні результати навчання:

ПРН 18. Аналізувати та впроваджувати у виробництво сучасні досягнення із розширення різноманіття овочевих і плодових культур.

ПРН 12. Впроваджувати елементи новітніх технологій вирощування малопоширених плодових та овочевих культур з адаптацією їх до конкретних умов культивування і органічних технологій.

3. Програма та структура навчальної дисципліни

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.
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Харчова та енергетична цінність овочевих.												
Тема 1. Роль овочів в харчуванні людини	15	4	2			9	4	2				2
Тема 2. Харчова та енергетична цінність овочів	25	4	12			9	6	2				4
Тема 3. Лікувальні властивості овочевих в народній і сучасній медицині.	15	4	2			9	4	2				2
Тема 4. Антиоксидантні властивості овочевих	25	4	2			19	6	2				4
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	<i>80</i>	<i>16</i>	<i>18</i>			<i>46</i>	<i>20</i>	<i>8</i>	<i>2</i>			<i>16</i>

Змістовий модуль 2. Можливі небезпечні речовини в овочах.											
Тема 1. Нітрати в овочах.	10	4	4			10			2		2
Тема 2. Залишки пестицидів в овочах і їх попередження.	30	4	2			24					2
Тема 3. Мікрофлора на овочевих і алергени.	20	6	6			10					2
Разом за змістовим модулем 2	70	14	12			44	8		2		6
Усього годин	120	15	15			90	28	8	6		22

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Роль овочів в харчуванні людини	4
2	Харчова та енергетична цінність овочів	4
3	Лікувальні властивості овочевих в народній і сучасній медицині.	4
4	Антиоксидантні властивості овочевих	4
5	Нітрати в овочах.	4
6	Залишки пестицидів в овочах і їх попередження.	4
7	Мікрофлора на овочевих і алергени.	6

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Роль овочів в харчуванні людини	2
2	Харчова та енергетична цінність овочів	12
3	Лікувальні властивості овочевих в народній і сучасній медицині.	2
4	Антиоксидантні властивості овочевих	2
5	Нітрати в овочах.	4
6	Залишки пестицидів в овочах і їх попередження.	2
7	Мікрофлора на овочевих і алергени.	6

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Роль овочів в харчуванні людини	9
2	Харчова та енергетична цінність овочів	9
3	Лікувальні властивості овочевих в народній і сучасній медицині.	9
4	Антиоксидантні властивості овочевих	19
5	Нітрати в овочах.	10
6	Залишки пестицидів в овочах і їх попередження.	24
7	Мікрофлора на овочевих і алергени.	10
8	Небезпечні речовини в овочах	9
	Разом	45

6. Засоби діагностики результатів навчання:

(вибрати необхідне чи доповнити)

- іспит;
- модульні тести;
- захист практичних робіт.

7. Методи навчання:

- метод проблемного навчання;
- метод практико-орієнтованого навчання;

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. Харчова та енергетична цінність овочевих		
Практична робота 1-2. Роль овочів в харчуванні людини	ПРН.18	5
Практична робота 3. Харчова та енергетична цінність овочів	ПРН.18	5
Практична робота 4. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	5
Практична робота 5. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	5
Практична робота 6. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.12	5
Практична робота 7. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	5
Практична робота 8. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.12	5
Практична робота 9. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	5
Практична робота 10. Лікувальні властивості овочевих в народній і сучасній медицині.	ПРН.12	5
Модульна контрольна робота 1.		50
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Можливі небезпечні речовини в овочах		
Практична робота 11. Роль овочів в харчуванні людини	ПРН.18	10
Практична робота 12. Харчова та енергетична цінність овочів	ПРН.18	10
Практична робота 13. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	10
Практична робота 14. Харчова та енергетична цінність овочів.	ПРН.18	10
Практична робота 15. Роль овочів в харчуванні людини	ПРН.18	10

Модульна контрольна робота 2.		50
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 \cdot 0,7 \leq 70$	
Екзамен/залік	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Курсові роботи, реферати повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

9. Навчально- методичне забезпечення

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни
<https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4246>
посилання на цифрові освітні ресурси:
- Wild crop relatives: Genomic and breeding resources / C. Kole (ed.). Berlin; Heidelberg: Springer, 2011.
- Plant for a future.URL: <https://pfaf.org/user/Default.aspx>

10. Рекомендовані джерела інформації

Журнали «Плантатор», «Овочівництво» – випуски за останні 5-6 років.