

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСІПКИ
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»
Навчально-науковий інститут денної освіти
Кафедра готельно-ресторанної та курортної справи

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

«Сучасні аспекти нутриціології»

на 2023-2024 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	2 курс, 2 семестр
Освітня програма /спеціалізація	«Готельно-ресторанна справа»
Спеціальність	241 Готельно-ресторанна справа
Галузь знань	24 Сфера обслуговування
Ступінь вищої освіти	бакалавр

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну
науковий ступінь і вчене звання,
посада

Положишникова Людмила Олександрівна

к.т.н., доцент

доцент кафедри готельно-

ресторанної та курортної справи

Контактний телефон	+38-095-840-45-32
Електронна адреса	ivanova7721@ukr.net
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	очна http://www.grks.puet.edu.ua/studinfo.php он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	формування у майбутнього фахівця теоретичних знань та навичок щодо механізмів здорового харчування, хімічного складу окремих продуктів та їх вплив на організм людини, взаємодію харчових речовин одна з одною, пошук засобів запобіганню негативного впливу їжі на організм людини, дослідження взаємозв'язку харчових звичок і психіки. Практичне застосування набутих теоретичних знань допоможе студентам оволодіти отриманими навичками, що є актуальним в умовах сьогодення при впровадженні додаткових послуг в індустрії гостинності
Тривалість	5 кредитів ЄКТС/150 годин (лекції 20 год., практичні заняття 40 год., самостійна робота 90 год.)
Форми та методи навчання	Пояснювально-ілюстративний, демонстративний, репродуктивний, проблемного викладу, ситуаційної спрямованості. Лекції (тематичні, візуалізації, дискусії); практичні заняття (обговорення проблемних питань, виконання письмових завдань (вправ); самостійна позааудиторна робота (виконання письмових робіт-репродуктивний, реконструктивний метод, підготовка відповіді на проблемні питання)
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; обговорення теоретичних питань, навчальна робота на практичних заняттях-виконання практичних завдань; захист домашнього завдання; презентації та їх обговорення; тестування, поточні модульні контрольні роботи. Підсумковий контроль: залік.
Базові знання	Наявність базових знань з хімії, біології та знань з дисциплін «Основи класичної кулінарії», «Сучасні кулінарні тренди»

Мова викладання	українська
------------------------	------------

Перелік компетентностей і програмні результати навчання, забезпечення яких підсилює дана навчальна дисципліна

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти студент
Розробляти нові послуги (продукцію), використовуючи сучасні технології виробництва та обслуговування споживачів (РН 10). Виконувати самостійно завдання, розв'язувати задачі і проблеми, застосовувати їх в різних професійних ситуаціях та відповідати за результати своєї діяльності (РН 16).	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями (ЗК 03). Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (ЗК 10). Здатність розробляти нові послуги (продукцію) з використанням сучасних технологій виробництва та обслуговування споживачів (СК 07). Здатність розробляти, просувати, реалізовувати та організовувати споживання готельних та ресторанних послуг для різних сегментів споживачів (СК 08).
Універсальні програмні результати навчання	Універсальні компетентності, якими повинен оволодіти студент
Вміти складати раціони харчування для різних вікових груп і професійних верств населення	Знати теоретичні основи та роль харчування у забезпеченні процесів життєдіяльності людини, наслідки нестачі та надлишку харчових речовин у раціонах харчування, особливості харчування різних вікових і професійних груп населення, шляхи поліпшення збалансованості харчових раціонів, використовувати принципи нутригеноміки та психології харчування при складанні раціонів харчування

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Теоретичні основи нутриціології		
Тема 1. Нутриціологія та її значення у харчуванні людини	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	1. Історія розвитку нутриціології та її сучасний стан. 2. Напрямки нутриціології. 3. Підготувати презентацію на тему: «Інтергративна та цифрова нутриціологія»
Тема 2. Система травлення і процеси травлення	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	1. Будова та функції нервової системи. 2. Функції залоз внутрішньої секреції. 3. Відділи системи кровообігу. 4. Роль харчування у діяльності серцево-судинної системи. 5. Будова і функції системи виділення. Вплив харчування на діяльність нирок
Тема 3. Обмін енергії і енерговитрати організму	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	1. Регуляція системи травлення. 2. Механізм всмоктування. 3. Вплив структури харчування на процеси травлення

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Тема 4. Вода та її роль у харчуванні	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Склад води та її вплив на клітини організму. 2. Роль води у харчуванні людини 3. Інноваційні підходи до вирішення проблем якості та безпечності питної води
Тема 5. Макронутрієнти харчових продуктів	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значення незамінних амінокислот для організму. Біологічна цінність білків. Розрахунок амінокислотного скору. 2. Фізіологічне значення поліненасичених жирних кислот. Функції стеринів в організмі. 3. Значення харчових волокон для організму. 4. Замінники цукру
Тема 6. Мінорні речовини харчових продуктів	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значення вітаміноподібних сполук для організму. 2. Роль деяких мікроелементів. 3. Функції індольних сполук. 4. Види і значення флавоноїдів для людини.
Модуль 2. Харчування – запорука підтримання здоров'я та довголіття		
Тема 7. Класичні та альтернативні концепції харчування	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Нетрадиційне харчування, особливості застосування, їх позитивні та негативні сторони 2. Вегетаріанство, веганство. 3. Лікувальне голодування. 4. Дробне харчування
Тема 8. Дієтичні добавки до їжі та їх роль у харчуванні	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Підготувати презентації на теми: «Дієтичні добавки у харчуванні дорослих» «Дієтичні добавки та їх використання у харчуванні дітей» 2. Еубіотики та їх значення у харчуванні
Тема 9. Нутриціологія та її підходи щодо профілактики основних захворювань населення України	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу практичного заняття; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості профілактики захворювань, пов'язаних з нераціональним харчуванням. 2. Взаємозв'язок харчування та хронічних захворювань
Тема 10. Нутрігеноміка та психологія харчування	Відвідування занять; виконання навчальної роботи на практичному занятті; завдання самостійної роботи; захист виконання домашнього завдання та результатів практичних завдань; тестування	<ol style="list-style-type: none"> 1. Психологічні причини неправильного харчування. 2. Тригери харчової поведінки. 3. Фудхакінг. 4. Нутріхакінг

Інформаційні джерела

Основні

1. Боєчко Ф.Ф., Назаренко Н.В. Харчова хімія. Навч. посібн. Черкаси, 2017. 236 с.
2. Нутриціологія. Частина 1. Загальна нутриціологія. Навчальний посібник. Харків: УПА, 2018. 371 с.
3. Основи фізіології харчування: навч. посіб. / Дуденко Н. В., Павлоцька Л.Ф., Горбань В.Г., Цибань Л.С. Харківський держ. ун-т харч. та торгівлі. Х., 2017. 216 с.
4. Основи харчування: підручник / М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк, Н.В. Розумикова, В.В. Кручаниця, В.В. Брич, В.П. Кіш. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.
5. Технологія продукції ресторанного господарства [Електрон. ресурс] : навчально-методичний посібник для самостійного вивчення дисципліни за кредитно-модульною системою організації навчального процесу / Т. В. Капліна, Л. О. Положишникова, О. І. Положишникова. – 2008.
6. Положишникова Л. О. Основи сучасної нутриціології : дистанційний курс, 2022. URL: <http://www2.el.puet.edu.ua/wk/course/view.php?id=3871>.
7. Харчова хімія : навч. посіб. / В. В. Євлаш, О. І. та ін. 2-ге вид., Харків: Світ книг, 2016. 504 с.

Додаткові

8. Броннікова Світлана. Інтуїтивне харчування. Як припинити непокоїтися щодо їжі та схуднути / пер. з англ. Тамара Клюкіна. BookChef. 2020. 416 с.
9. Благодарна Г. І., Ковальова О.О. Конспект лекцій з дисципліни “Санітарно-гігієнічні основи спеціальності” для студентів 3, 4 курсів денної та заочної форм навчання за напрямками підготовки 6.060103 – Гідротехніка (водні ресурси), 6.060101 – Будівництво (професійне спрямування «Водопостачання та водовідведення»). Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2015. 119 с.
10. Влащенко Н.М. Інноваційні технології у ресторанному, готельному господарстві та туризмі: навч.посіб. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2018. 373 с.
11. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
12. Карі Надо, Слоан Барнетт Прощавай, харчова алергіє! / пер. з англ. М. Солдаткіна. КМ-Букс. 2022. 366 с.
13. Москоні Ліса. Їжа для мозку. Наука розумного харчування / пер. з англ. Валерія Глінка. Київ: Наш Формат, 2019. 336 с.
14. Нутрігенетичні особливості та харчова поведінка – вагомі складові сучасної персоналізованої медицини / Г.Д. Фадеєнко, Я.В. Нікіфоров, М.М. Вовченко, О.О. Буряковська. *Український терапевтичний журнал*. 2017. № 2. С. 26 – 32.
15. Ума Найду. Їжа для ментального здоров'я. Наш формат. 2021. 230 с.
16. Ciaurelli, S.; Origlia, C.; Adamo, A.; Giannattasio, S.; González, M.; Quinto, L.; Biava, P.M. Paradigm Shift: an Overview on Nutrigenetics and Nutrigenomics. *Preprints 2021*, 2021070137 (DOI: 10.20944/preprints202107.0137.v1).
17. Horne J.R., Vohl M.C. Response to the Consensus Report of the Academy of Nutrition and Dietetics: Incorporating genetic testing into nutrition care. *J Acad Nutr Diet*. 2020; 120: 1959-1960.
18. Michael Zeese. Introduction to the chemistry of food. Charlotte Cockle Academic press, 2020. 418 p.
19. Mousumi Sen. Food chemistry: The role of additives, preservatives and adulteration. Wiley-Scrivener, 2021. 488 с.
20. Nutrigenetics - Personalized Nutrition in the Genetic Age / Emma L. Beckett, Patrice R. Jones, Martin Veysey³ and Mark Lucock. *Exploratory Research and Hypothesis in Medicine*. 2017. № 2(4). P.109-116. DOI: 10.14218/ERHM.2017.00027.
21. Здорове харчування : веб-сайт. URL: <http://medfond.com> (дата звернення 30.11.2022).
22. МОЗ України рекомендує : веб-сайт. URL: <http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendacii-zizdorovogo-harchuvannja> (дата звернення 30.11.2022).

23. Сайт асоціації дієтологів України : веб-сайт. URL: <http://uda.in.ua/> (дата звернення 30.11.2022).

24. Тарілка здорового харчування - МОЗ України: веб-сайт. URL: <http://moz.gov.ua/article/health/porivnjajte-svoju-izhu-z-%C2%ABtarilkoju-zdorovogo-harchuvannja%C2%BB> (дата звернення 30.11.2022).

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

1. Загальне програмне забезпечення, до якого входить пакет програмних продуктів Microsoft Office.

2. Спеціалізоване програмне забезпечення комп'ютерної підтримки освітнього процесу з навчальної дисципліни, яке включає перелік конкретних програмних продуктів – відсутнє.

3. Дистанційний курс «Сучасні аспекти нутриціології», який розміщено у програмній оболонці Moodle на платформі Центру дистанційного навчання ПУЕТ (<https://el.puet.edu.ua/>).

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Організація освітнього процесу та відвідування занять – відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу»:

http://puet.edu.ua/sites/default/files/polozheniye_ob_organizatsii_obrazovatel'nogo_protsessa.pdf

Політика щодо академічної доброчесності: здобувач повинен дотримуватися принципів академічної доброчесності, зокрема недопущення академічного плагиату, фальсифікації, фабрикації, списування під час поточного та підсумкового контролю, у т.ч. із використанням мобільних девайсів. Останні дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки до занять та виконанні завдань. Студенти мають свідомо дотримуватися «Положення про академічну доброчесність»:

http://puet.edu.ua/sites/default/files/polozhennya_pro_akademichnu_dobrochesnist_2020.pdf

Політика щодо термінів виконання та перескладання: завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75 % від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин. «Порядок допуску студентів до заліково-екзаменаційної сесії»:

http://puet.edu.ua/sites/default/files/poryadok_dopusku_studentiv_do_zalikovo-ekzamenaciyanoi_sesiyi.pdf

Політика щодо відвідування: відвідування занять є обов'язковими, якщо студент пропустив заняття, або отримав незадовільну оцінку, він має відпрацювати пропущене, або нескладене шляхом вивчення матеріалів з відповідної теми в дистанційному курсі, виконання тематичного тесту для самоконтролю, написання конспекту з подальшим захистом під час індивідуальної консультації; за об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, стажування тощо) навчання може відбуватись в он-лайн формі (Moodle) за погодженням із провідним викладачем. Якщо заняття (за умов надзвичайної ситуації) проводиться дистанційно, студент має виходити на зв'язок із викладачем за розкладом занять, відповідно додаткової інструкції.

Політика зарахування результатів неформальної та/ або інформальної освіти: http://puet.edu.ua/sites/default/files/polozhennya_pro_zarahuvannya_rezultativ_neformalnoyi_osvity_0.pdf; інфографіка : <http://www.puet.edu.ua/uk/neformalna-osvita>.

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1. (теми 1-6) відвідування занять (6 балів); навчальна робота на практичних заняттях (21,0 бал); самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань (22,0 бад); тестування (4,8 бали); виконання поточної модульної контрольної роботи (5 балів)	58,8

Модуль 2. (теми 7-10) відвідування занять (4 бали); навчальна робота на практичних заняттях (14 балів); самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань (15 балів); тестування (3,2 бали); виконання поточної модульної контрольної роботи (5 балів)	41,2
Всього	100

Система нарахування додаткових балів

У разі успішного проходження онлайн-курсу «4 кроки до здорового харчування» (https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:Prometheus+HLFD101+2019_T2/about) або інших курсів і отримання сертифікату, студент додатково отримує 15 балів.

Шкала оцінювання знань студентів за результатами підсумкового контролю з навчальної дисципліни «Сучасні аспекти нутриціології»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни