

ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ
Навчально – науковий інститут денної освіти
Кафедра технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

СИЛАБУС
навчальної дисципліни
«Астрологічна та Аюрведична кулінарія»
на 2026-2027 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	2 курс, 1 семестр
Освітня програма / спеціалізація	Дисципліна загальноуніверситетського вибору для здобувачів першого (бакалаврського) рівня
Ступінь вищої освіти	бакалавр

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

Суткович Тетяна Юліанівна
к.т.н., доцент
доцент кафедри технологій
харчових виробництв і
ресторанного господарства

Контактний телефон	+38-095-93-99-679
Електронна адреса	tu.sutkovich@ukr.net
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	очна http://www.thvrg.puet.edu.ua/cont.php он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	отримання здобувачами вищої освіти всебічних знань у сфері наукових підходів сучасних тенденцій здорового способу життя, правильного харчування у поєднанні із принципами Аюрведи та астрології, набуття практичних навичок розробки персоналізованих раціонів харчування для споживачів різних конституцій та дати народження і застосування отриманих знань в майбутній професійній діяльності у сфері харчових технологій.
Тривалість	5 кредити ЄКТС/150 годин (лекції 20 год, лабораторні заняття 40 год, самостійна робота 90 год.)
Форми та методи навчання	Лекції та лабораторні заняття в аудиторії, самостійна робота поза розкладом
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: навчальна робота на лабораторних заняттях; виконання індивідуальних завдань; самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань; поточні модульні контрольні роботи Підсумковий контроль – ПМК (залік)
Мова викладання	Українська

Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Компетентності та програмні результати якими повинен оволодіти студент
Загальні компетентності (ЗК)
ЗК 1. Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності
ЗК 2. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.

Компетентності та програмні результати якими повинен оволодіти студент
<p align="center">Спеціальні компетентності (СК)</p> <p>СК 1. Здатність впроваджувати у виробництво технології харчових продуктів на основі розуміння сутності перетворень основних компонентів продовольчої сировини впродовж технологічного процесу.</p> <p>СК 5. Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.</p> <p>СК 9. Здатність проектувати нові або модернізувати діючі виробництва (виробничі дільниці).</p>
<p align="center">Програмні результати навчання</p> <p>ПР 01. Знати і розуміти основні концепції, теоретичні та практичні проблеми в галузі харчових технологій.</p> <p>ПР 08. Вміти розробляти або удосконалювати технології харчових продуктів підвищеної харчової цінності з врахуванням світових тенденцій розвитку галузі.</p> <p>ПР 18. Мати базові навички проведення теоретичних та/або експериментальних наукових досліджень, що виконуються індивідуально та/або у складі наукової групи.</p>

Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Ціннісні орієнтири сучасного харчування		
Тема 1. Традиційні теорії харчування та їх особливості	Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування	<p align="center"><i>Питання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теорія адекватного харчування 2. Теорія збалансованого харчування 3. Теорія харчування макробіотиків 4. Харчування за системою йогів 5. Основні положення теорії харчування вегетаріанців та їх підгрупи 6. Основні положення теорії роздільного харчування 7. Опишіть вплив кліматичних умов на формування традиційних харчових систем різних народів світу. 8. Порівняйте роль рослинної та тваринної їжі у традиційних дієтах різних культур. 9. Проаналізуйте, як у традиційних культурах формувався зв'язок між харчуванням і релігійними обрядами. 10. Визначте вплив географічного розташування на характер продуктів, які вважаються традиційними для певної культури. 11. Дослідіть вплив сезонності на зміну харчових звичок у традиційних спільнотах. 12. Розгляньте концепцію «харчового балансу» у традиційних теоріях харчування та її застосування у сучасній дієтології. 13. Поясніть, яким чином смакові уподобання відображають культурні та біологічні особливості людини. 14. Охарактеризуйте етичні принципи харчування (наприклад, ахімса) і їхній вплив на вибір продуктів у традиційних

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		<p>системах.</p> <p><u>Творчі завдання</u></p> <p>15. Проведіть порівняльний аналіз систем харчування, які орієнтуються на вегетаріанство, і тих, що передбачають вживання м'яса.</p> <p>16. Розробіть власні рекомендації для сучасної людини на основі принципів традиційного харчування.</p> <p>17. Дослідіть, як традиційні харчові практики впливають на тривалість життя і здоров'я населення.</p> <p>18. Складіть короткий огляд сучасних наукових досліджень, які підтримують або спростовують ефективність традиційних дієт.</p>
<p>Тема 2. Астрологія і харчування</p>	<p>Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування</p>	<p><i>Питання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особистий аналіз гороскопу на основі дати народження. 2. Особливі вподобання в харчуванні в залежності від дати народження. 3. Продукти, які є цілющими відносно дати народження. 4. Продукти, які є алергенами та не засвоюються в ракурсі астрологічної науки. 5. Проаналізуйте вплив астрологічних стихій (вогнь, земля, повітря, вода) на вибір продуктів харчування. 6. Опишіть особливості харчової поведінки представників кардинального, фіксованого та мутабельного хрестів. 7. Вивчіть історичний розвиток астрології як системи, що пов'язує людину, космос і харчування. 8. Дослідіть, як різні знаки Зодіаку впливають на схильність до певних харчових звичок і пристрастей. 9. Розгляньте астрологічні рекомендації щодо харчування для збалансування підвищеної або зниженої енергії у конкретного знаку. 10. Опишіть, яким чином планети впливають на фізіологічні процеси, пов'язані з травленням та метаболізмом. 11. Проаналізуйте роль місячних циклів у формуванні харчових звичок та настрою. 12. Розробіть власні рекомендації щодо харчування з урахуванням астрологічного типу людини. 13. Вивчіть і порівняйте основні медичні уявлення в астрології з сучасними знаннями про органи і системи організму.

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		14. Підготуйте короткий огляд наукових досліджень, які вивчають зв'язок між астрологією, біоритмами і харчуванням.
Тема 3. Харчування відповідно до знаків зодіаку	Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кулінарні вподобання різних знаків зодіаку. 2. Особливості харчових пріоритетів різних знаків зодіаку на сніданок, обід та вечерю. 3. Їжа за знаком Зодіаку: що потрібно їсти, щоб бути здоровими і красивими. 4. Проаналізуйте вплив стихії вогню на харчові уподобання та фізіологічні особливості знаків Овна, Лева і Стрільця. 5. Вивчіть, як знаки земної стихії (Телець, Діва, Козеріг) впливають на метаболізм і травлення. 6. Охарактеризуйте типові харчові звички повітряних знаків (Близнюки, Терези, Водолій) і їх вплив на здоров'я. 7. Розгляньте особливості водних знаків (Рак, Скорпіон, Риби) у контексті водного балансу і харчування. 8. Дослідіть, які продукти рекомендовані для покращення травлення у представників різних знаків зодіаку. 9. Проаналізуйте взаємозв'язок між зодіакальним знаком і схильністю до харчових розладів або алергій. 10. Розробіть індивідуальний харчовий план для людини, враховуючи її астрологічний знак і стихію. 11. Поясніть, як емоційний стан, пов'язаний зі знаком зодіаку, може впливати на вибір їжі. 12. Вивчіть роль сезонності та змін у астрологічних циклах у корекції харчування. 13. Підготуйте презентацію на тему «Астрологія як інструмент профілактики гастроентерологічних захворювань».
Модуль 2. Особливості харчування за принципами Аюрведи		
Тема 4. Основи Аюрведичного харчування	Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Історія виникнення аюрведи 2. Принципи харчування по Аюрведі 3. Правила аюрведичного харчування 4. Вибір та поєднання продуктів при харчуванні за принципами аюрведи 5. Порівняйте аюрведичну класифікацію тілесно-психічних типів (дош) із західною типологією темпераментів (сангвінік, меланхолік тощо).

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		<p>6. Проаналізуйте взаємозв'язок між часом доби та активністю дош. Як ці знання впливають на режим харчування?</p> <p>7. Дослідіть, які харчові продукти здатні швидко викликати дисбаланс доші у сучасному раціоні людини.</p> <p>8. Поясніть роль аюрведичних смаків у формуванні харчової поведінки. Який смак є ключовим для заспокоєння кожної доші?</p> <p>9. Проаналізуйте відмінності між аюрведичним і дієтологічним підходом до поняття «здорове харчування».</p> <p>10. Обґрунтуйте необхідність врахування кліматичних і сезонних чинників у побудові раціону за Аюрведою.</p> <p>11. Визначте, як неправильне поєднання смаків може викликати фізіологічний дисбаланс і розвиток хвороб.</p> <p>12. Зробіть порівняльний аналіз: як змінюється дія одного і того ж продукту (наприклад, молока) на організм представників різних дош.</p> <p>13. Створіть міні-проект: «Мій день харчування за Аюрведою відповідно до мого типу доші».</p> <p>14. Поясніть, чому в Аюрведі велике значення приділяється не лише якості їжі, а й стану свідомості того, хто її готує.</p>
<p>Тема 5. Вплив харчування на організм людини за положеннями Аюрведи.</p>	<p>Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування</p>	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <p>1. Проаналізуйте зв'язок між харчуванням і ментальним станом людини з погляду Аюрведи.</p> <p>2. Визначте, які звички сучасного харчування найбільше порушують баланс агні (травного вогню).</p> <p>3. Обґрунтуйте, чому у ведичній традиції сніданок вважається ключовим для підтримки життєвої сили.</p> <p>4. Дослідіть, як психоемоційні стани впливають на процеси травлення й формування токсинів (ами).</p> <p>5. Розробіть приклад денного раціону для людини з ослабленим імунітетом згідно з принципами Аюрведи.</p> <p>6. Сформулюйте принципи формування раціону для підвищення рівня прани (життєвої енергії) через їжу.</p> <p>7. Порівняйте традиційні аюрведичні уявлення про харчування з сучасними підходами функціональної медицини.</p> <p>8. Розгляньте поняття «розумне голодування» в Аюрведі. У чому його мета та коли воно є доцільним?</p> <p>9. Створіть міні-презентацію: «Як розпізнати, що агні ослаблене? Сигнали</p>

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		тіла та рекомендації». 10. Обговоріть із прикладами: як тривале порушення принципів харчування може вплинути на емоційний стан людини з позиції Аюрведи. Підготовка доповідей та презентацій за темою
Тема 6. Аюрведичні концепції конституційних особливостей людини	Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Доші. Їх особливості та основні характеристики 2. Доші та їх вплив на вибір схеми харчування. 3. Особливості та характеристика доші Вата 4. Особливості та характеристика доші Пітта 5. Особливості та характеристика доші Капха 6. Поясніть, у чому полягає практична користь визначення власної доші (конституції) в повсякденному житті. 7. Вивчіть приклади пракріті-залежної харчової поведінки: які продукти можуть шкодити людині з переважанням Вати, Пітти або Капхи? 8. Порівняйте поняття "пракріті" (вроджена конституція) та "вікріті" (поточний стан доші). Як це враховується в харчуванні? 9. Визначте, як сезонні зміни впливають на баланс дош і потребують корекції харчування. 10. Розробіть індивідуальні рекомендації з харчування та режиму дня для умовного клієнта з домінуванням Капха-доші.
Тема 7. Ведична кухня - секрети здорового харчування за принципами Аюрведи.	Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шість смаків їжі та їх вплив на організм людини. 2. Аюрведичні цілющі трави. (харітакі, амалакі, гудучі, ашваланга, брахмі, шарітаві, маджишта та ін.) 3. Тріфала – препарат для схуднення та детоксу. 4. Розкрийте сутність поняття "їжа як вібраційне явище" у ведичній кулінарії. 5. Дослідіть вплив емоційного стану кухаря на енергетику їжі. Наведіть приклади зі свого досвіду. 6. Опишіть значення кулінарного простору (кухні) як сакрального місця. Які умови необхідні для збереження духовної

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		<p>чистоти?</p> <p>7. Проаналізуйте, чим ведичне харчування відрізняється від сучасних підходів до здорового харчування (веганство, макробіотика тощо).</p> <p>8. Порівняйте поняття "сатвічна їжа" з сучасними уявленнями про функціональні продукти.</p> <p>9. Дослідіть: які енергетичні наслідки має змішування несумісних продуктів згідно з принципами віруддха-ахара?</p> <p>10. Вивчіть приклад ведичної страви (наприклад, кхичрі або сабджи) та поясніть її гармонізуючий ефект на доші.</p> <p>11. Підготуйте перелік 5 кулінарних ритуалів або правил, які можна легко інтегрувати в сучасне щоденне приготування їжі.</p> <p>12. Змодельуйте ситуацію: вам потрібно організувати ведичну трапезу для людей з різними доша-конституціями. Як ви її побудуєте?</p> <p>13. Придумайте афірмації або коротку мантру, яку можна використовувати перед або під час приготування їжі.</p> <p>14. Висловіть свою думку: чи можлива гармонізація свідомості через щоденне приготування та споживання їжі? Обґрунтуйте.</p>
<p>Тема 8. Прянощі та спеції в аюрведі.</p>	<p>Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування</p>	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <p>1. Визначте, які спеції можна вважати "трисмачними" (що балансують усі доші) та поясніть їхні властивості.</p> <p>2. Проведіть власне дослідження: порівняйте роль спецій у традиційній українській кухні та в Аюрведі.</p> <p>3. Створіть добірку з 5 спецій, які підходять саме вашому аюрведичному типу (Пракріті), і обґрунтуйте вибір.</p> <p>4. Опишіть, як змінюється енергетика спеції в результаті обсмаження на гхі або сухій сковороді.</p> <p>5. Підготуйте короткий довідник: «Домашня аптека зі спецій» — 3 рецепти лікувальних сумішей.</p> <p>6. Дослідіть: які спеції сприяють очищенню шрот (каналів) і виведенню амі?</p> <p>7. Визначте, які аромати спецій найбільше впливають на ваш емоційний стан. Проведіть короткий щоденник самопостереження.</p> <p>8. Зробіть аналіз готової пряної суміші (наприклад, гарам масала або самбар</p>

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
		<p>масала): які її інгредієнти, доша-вплив, функції.</p> <p>9. Вивчіть, які спеції використовуються у ведичних обрядах або пуджах і чому саме вони.</p> <p>10. Сформулюйте власні кулінарні принципи для створення страв з оптимальною аюрведичною пряністю.</p>
<p>Тема 9. Лікувальні властивості страв і аюрведичних продуктів харчування</p>	<p>Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів; тестування</p>	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Складіть приклади 3 щоденних страв, які мають профілактичну або лікувальну дію для кожної доші окремо. 2. Визначте, які продукти вважаються унікальними «расаянами» — омолоджувальними засобами в Аюрведі. 3. Проаналізуйте, чому «їжа – це ліки» не є метафорою, а базовим лікувальним принципом в Аюрведі. 4. Дослідіть і запишіть рецепти хоча б 2 аюрведичних лікувальних напоїв із сезонним застосуванням. 5 Підготуйте добірку з 5 спецій, які часто входять до складу лікувальних страв і напоїв. Обґрунтуйте вибір. 6. Визначте роль текстури та термічної обробки у створенні лікувальної властивості страв (наприклад, супи, каші, напари). 7. Створіть меню на один день для людини з підвищеною Пітта-дошею, враховуючи заспокійливі та охолоджувальні страви. 8. Зробіть порівняльний аналіз між підходом Аюрведи до лікувального харчування та сучасною дієтологією. 9. Розгляньте поняття «сезонної дієти» в Аюрведі: які лікувальні страви варто готувати влітку, взимку, восени та навесні? 10. Опишіть, як впливають на організм продукти ферментації з точки зору Аюрведи: чатні, ласі, масляні настої тощо. 11. Проведіть міні-дослідження: як змінюється ваш стан (фізичний, емоційний) після вживання аюрведичних страв упродовж 3 днів? <p>Підготовка доповідей та презентацій за темою</p>
<p>Тема 10. Вода як особливий фактор астрологічного впливу на людину та її харчування</p>	<p>Виконання практичних завдань на лабораторних заняттях; захист завдань самостійної роботи студентів;</p>	<p><i>Завдання для самопідготовки:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Значення води в природі і житті людини. 2. Корисні властивості води 3. Вода в житті людини 4. Значення чистої питної води 5. Проаналізуйте, як астрологічна водна

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
	тестування	<p>стихія (Рак, Скорпіон, Риби) впливає на психоемоційний стан та харчові звички людини.</p> <p>6. Поясніть зв'язок між фазами Місяця і активністю травної системи: коли краще постити, очищуватись, насичуватись?</p> <p>7. Опишіть способи енергетичної зарядки води в різних ведичних традиціях та їх вплив на організм.</p> <p>8. Зіставте роль води у ведичній філософії, Аюрведі та сучасній холістичній медицині.</p> <p>9. Створіть щоденну практику споживання води з урахуванням часу доби, пори року та власної доша-конституції.</p> <p>10. Дослідіть вплив зберігання води в різних матеріалах (мідь, срібло, скло, пластик) на її структуру і енергетику.</p> <p>11. Визначте, як можна використовувати воду для зниження емоційної напруги та відновлення енергетичного балансу.</p> <p>12. Протестуйте практику пиття води з мантрою протягом 3 днів. Запишіть зміни у самопочутті, настрої, ясності думок.</p> <p>13. Опишіть роль води в церемоніальних та духовних практиках (омовіння, обряди, пиття прасадної води тощо).</p> <p>14. Розробіть рекомендації щодо водного режиму для представників кожного зодіакального знаку на основі астрологічного аналізу.</p> <p>15. Підготуйте короткий реферат на тему: «Інформаційна пам'ять води: наукові експерименти та езотеричні інтерпретації».</p>

Інформаційні джерела

1. Кузьменко О.І. Традиційні системи харчування в контексті здорового способу життя: монографія. — К.: Видавництво Київського університету, 2021. — 320 с.
2. Савченко М.В. Аюрведа та сучасна дієтологія: історія, теорія, практика. — Харків: ФОП Іваненко, 2020. — 248 с.
3. Чжан Лі. Теорія харчування у традиційній китайській медицині. — Київ: Наукова думка, 2019. — 290 с.
4. Бондаренко І.В. Етнологія харчування: світові традиції і сучасність. — Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2022. — 350 с.

Додаткова література

1. Shils M.E., Shike M., Ross A.C. Modern Nutrition in Health and Disease. — Lippincott Williams & Wilkins, 2020. — 1400 p.
2. Halpern M. Principles of Ayurvedic Medicine. 5th ed. — California College of Ayurveda Press, 2020. — 442 p.
3. Svoboda R. Prakriti: Your Ayurvedic Constitution. — Lotus Press, 2022. — 235 p.
4. Чопра Д. Аюрведа: Відновлення життєвого балансу. — Київ: BookChef, 2021. — 304 с.
5. Коваленко В. М., Білоус І. С., Тарасенко М. Г. Біоритми людини та здоров'я. — Київ: Медицина, 2021. — 216 с.

6. Ільїн О.О. Екологія харчування та традиційні системи. — Одеса: ОНУ, 2020. — 180 с.
7. Panda S. The Circadian Code: Lose Weight, Supercharge Your Energy, and Transform Your Health from Morning to Midnight. — Rodale Books, 2020.
8. World Health Organization. Traditional Medicine Strategy 2014–2023. — Geneva: WHO, 2013.
9. Коваленко В. М., Білоус І. С., Тарасенко М. Г. Біоритми людини та здоров'я : посіб. / В. М. Коваленко, І. С. Білоус, М. Г. Тарасенко. – Київ : Медицина, 2021. – 216 с.
10. Розен С. Циркадні ритми: як біологічний годинник керує нашим життям / С. Розен. – Харків : Віват, 2020. – 288 с.
11. Горбунов П. П. Біоритми і харчування: як планувати раціон відповідно до внутрішніх годин / П. П. Горбунов // Медицина і здоров'я. – 2022. – № 3. – С. 44–49.
12. Лад, В. Аюрведа. Наука самоцілення / В. Лад. — Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2020. — 320 с.
13. Чопра, Д. Аюрведа: Відновлення життєвого балансу / Діпак Чопра. — Київ: BookChef, 2021. — 304 с.
14. Halpern, M. Principles of Ayurvedic Medicine. 5th ed. — California College of Ayurveda Press, 2020. — 442 p.
15. Svoboda, R. Prakriti: Your Ayurvedic Constitution. — Lotus Press, 2022. — 235 p.
16. Лад, В. Аюрведа: наука життя. – Київ: Софія, 2020. – 368 с.
17. Положишникова Л.О., Суткович Т. Ю., Олійник Н. В. Розширення асортименту безглютенних мучних кондитерських виробів. *Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі. Серія «Технічні науки»*, (3), 2022. С.20-27.
18. Олійник Н.В. Доцільність використання шроту конопляного насіння в технології рибних січених виробів / Н.В. Олійник, Т.Ю. Суткович, Ю.Г. Наконечна / Прогресивні техніка та технології харчових виробництв ресторанного господарства і торгівлі: зб. наук. пр. / відпов. ред. О.І. Черевко. Харків: ХДУХТ, 2021. Вип. 1 (33). С. 42-50.
19. Суткович Т.Ю. Технологія фруктово-ягідного мармеладу з підвищеним вмістом БАП / Т.Ю.Суткович, Н.В.Олійник / *Scientific Collection «InterConf»*, (86): with the Proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference «Scientific paradigm in the context of technologies and society development» (November 18-19, 2021). Geneva, Switzerland: Protonique, 2021. P.579-583.
20. Суткович Т.Ю. Використання ультразвукової обробки яблук для збільшення виходу соку / Т.Ю.Суткович, В.В.Юшкова, Т.Ю.Бородай / *Scientific Collection «InterConf»*, (87): with the Proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference «Concepts for the development of society's scientific potential» (November 21-22, 2021). Prague, Czech Republic: Author-publishers miscellaneous, 2021. P.327-331.
21. Суткович Т.Ю., Горобець О.М., Шелудько В.М., Положишникова Л.О. Використання каротиновмісної сировини в технології сирцевих пряників. *Вісник Львівського торгівельно-економічного університету*. Львів, 2021. №25. С.120-126.
22. Суткович Т.Ю., Положишникова Л.О. Застосування інновацій при попередній обробці дичини / Економічний, організаційний та правовий механізм підтримки і розвитку підприємництва : колективна монографія ; за ред. О. В. Калашник, Х. З. Махмудова, І. О. Яснолоб. Полтава : Видавництво ПП «Астрая», 2020. С. 260-268.

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

Загальне програмне забезпечення, до якого входить пакет програмних продуктів Microsoft Office, зокрема викладання лекцій та проведення практичних занять забезпечено мультимедійним супроводженням з використанням програми POWER POINT.

Дистанційний курс з дисципліни <https://lms.puet.edu.ua/st/course/view.php?id=4447>

Система оцінювання знань студентів

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання

Назва модулю, теми	Вид навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Модуль 1. Ціннісні орієнтири сучасного харчування		

Назва модулю, теми	Вид навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Тема 1. Традиційні теорії харчування та їх особливості Тема 2. Астрологія і харчування Тема 3. Харчування відповідно до знаків зодіаку	Виконання завдань на лабораторних заняттях: 3 шт x 3 бали = 9 балів Тестування за темами 3 шт x 3 бали = 9 балів	9 9
Поточна модульна контрольна робота 1 (ДК)		10
Разом за модулем 1		28
Модуль 2. Особливості харчування за принципами Аюрведи:		
Тема 4. Основи аюрведичного харчування Тема 5. Вплив харчування на організм людини за положеннями Аюрведи Тема 6. Аюрведичні концепції конституційних особливостей людини Тема 7. Ведична кухня — секрети здорового харчування за принципами Аюрведи Тема 8. Прянощі та спеції в Аюрведі Тема 9. Лікувальні властивості страв і аюрведичних продуктів харчування Тема 10. Вода як особливий фактор астрологічного впливу на людину та її харчування	Виконання завдань на лабораторних заняттях 7 шт x 3 бали = 21 балів Тестування за темами 7 шт x 3 бали = 21 балів	21 21
Поточна модульна контрольна робота 2 (ДК)		10
Підсумкова модульна (ДК)		20
Разом за модулем 2		72
Разом з дисципліни:		100

Система нарахування додаткових балів за видами робіт з вивчення навчальної дисципліни

Форма роботи	Вид роботи	Бали
1. Навчальна	Виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань підвищеної складності	5
2. Науково-дослідна	1. Участь у наукових гуртках	5
	2. Участь в наукових студентських конференціях: університетських, міжвузівських, всеукраїнських, міжнародних	20

За додаткові види навчальних робіт студент може отримати не більше 30 балів. Додаткові бали додаються до загальної підсумкової оцінки за вивчення навчальної дисципліни, але загальна підсумкова оцінка не може перевищувати 100 балів.

Шкала оцінювання знань студентів за результатами підсумкового контролю з навчальної дисципліни «Астрологічна та Аюрведична кулінарія»

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	
60-63	E	задовільно
35-59	FX	
		незадовільно з можливістю повторного складання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни