

Закарпатський угорський інститут ім. Ференца Ракоці II

Ступінь вищої освіти	Бакалавр/Магістр	Форма навчання	Денна/заочна	Навчальний рік/семестр	2025-2026
----------------------	------------------	----------------	--------------	------------------------	-----------

Силабус

Назва навчальної дисципліни	Нутриціологія
Кафедра	Біологія і Хімія
Освітня програма	Бакалавр/Магістр
Тип дисципліни, кількість кредитів та годин (лекції/практичні/семінарські/лабораторні заняття/самостійна робота)	Тип дисципліни (обов'язкова чи вибіркова): вибіркова Кількість кредитів: 4 Лекції: 20 Практичні (семінарські) заняття: 20 Лабораторні заняття: - Самостійна робота: 80
Викладач(і) відповідальний(і) за викладання навчальної дисципліни (імена, прізвища, наукові ступені і звання, адреса електронної пошти викладача/ів)	Повлін Ірина Емерихівна, кандидат сільськогосподарських наук, доцент polin.iren@kmf.org.ua
Пререквізити навчальної дисципліни	Для успішного навчання та опанування компетентностями з даної дисципліни доцільним є отримання знань з таких дисциплін як: Анатомія та фізіологія людини, біологія з основами генетики, загальна та неорганічна хімія, гігієна та екологія, хімія елементів на їхніх сполук.
Анотація дисципліни, мета, завдання та очікувані програмні результати навчальної дисципліни, загальні та фахові компетентності, основна тематика дисципліни	Мета: є формування у студентів необхідних знань, умінь, дій, цільових завдань, навичок та професійного світогляду фахівця напряму підготовки «Біологія та здоров'я людини» основ раціонального харчування здорової людини, особливості харчування в дитячому віці, оцінки індивідуального харчового статусу організму та причин його порушення, нутриціологічної характеристики основних продуктів харчування Завдання - формування та розвиток системи знань, умінь і навичок, необхідних для розробки ефективного харчування з ціллю підтримки здоров'я, працездатності, довголіття; ознайомлення студентів із принципами здорового харчування; розвиток уміння самостійно використовувати вміння з складання лікувальних дієт. Очікувані програмні результати За результатами вивчення дисципліни студенти

повинні знати:

- основні засади та принципи здорового харчування;
- наслідки порушень режимів та основ фізіологічного харчування;
- основи гігієни харчування;
- харчові дієтичні та біологічно активні добавки;
- лікувальні дієти при захворюваннях гормональної, травної та інших систем.

вміти:

- використовувати фахові знання у вирішенні практичних питань;
- проводити профілактичне інформування стосовно важливості правильного харчування;
- надавати рекомендації стосовно спеціальних дієт;
- самостійно працювати з навчальною і довідковою літературою;
- застосовувати основи нутриціології при вивченні профільних дисциплін.

Модуль 1. Загальні питання нутриціології

Змістовий модуль 1. Загальна нутриціологія

1. Введення у нутриціологію. Основні терміни та поняття. Різниця між дієтологом та нутриціологом.
2. Види травлення. Засвоєння їжі. Обмін речовин.
3. Харчування. Види харчування.
4. Макронутрієнти. Вода.
5. Мікронутрієнти. Дієтичні добавки.

Модуль 2. Спеціальна нутриціологія

Змістовий модуль 2. Спеціальна нутриціологія

6. Особливості харчування людей різних гендерних та вікових груп. Особливості харчування вагітних.
7. Харчова непереносимість та харчові алергії та їх нутрієнтна корекція.
8. Ожиріння, целюліт, захворювання шлунково-кишкового тракту та їх нутрієнтна корекція. Нутрієнтна корекція при заняттях спортом.
9. Цукровий діабет, захворювання серцево-судинної системи, сечовивідної системи, опорно-рухового апарату та їх нутрієнтна корекція.
10. Харчування таздоров'я. Наукові основи харчування здорової людини (раціонального харчування).

Інтегральна компетентність

Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. Здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел

Фахові компетентності

Здатність використовувати знання нутрієнтного складу продовольчої сировини та харчових продуктів, з метою оцінювання його впливу на організм людини.

Критерії контролю та оцінювання результатів навчання		
Семестрові завдання	Бали	Критерії оцінювання
<u>Модуль 1.</u>		
	7 балів	Відвідування занять
	7 балів	Виконання навчальних завдань
	14 балів	Практичні/самостійні роботи
	7 балів	Тестування
	10 балів	Поточна модульна робота Самостійна робота здобувача організовується шляхом видачі індивідуального переліку питань і практичних завдань з кожної теми, які не виносяться на аудиторне опрацювання та виконання індивідуального творчого завдання
	45 балів	Максимальна кількість балів
<u>Модуль 2</u>		
	8 балів	Відвідування занять
	8 балів	Виконання навчальних завдань
	16 балів	Практичні/самостійні роботи
	8 балів	Тестування
	15 балів	Поточна модульна робота Самостійна робота здобувача організовується шляхом видачі індивідуального переліку питань і практичних завдань з кожної теми, які не виносяться на аудиторне опрацювання та виконання індивідуального творчого завдання
	55 балів	Максимальна кількість балів
	100 балів	Сума балів
Залік	Від 60 до 100 балів	Письмове тестування
Інша інформація про дисципліну (технічне та програмне забезпечення дисципліни тощо)		Освітній процес здійснюється в лабораторіях та спеціалізованих кабінетах, які оснащені належним обладнанням та установками. офіційний веб-сайт http://kmf.uz.ua/uk/ містить інформацію про освітні програми, навчальну, наукову і виховну діяльність, структурні підрозділи, правила прийому, контакти; • необмежений доступ викладачів та студентів до мережі інтернет; • наукова бібліотека, читальні зали; • віртуальне навчальне середовище Google Classroom, Google Meet, Zoom та Moodle;
Рекомендовані джерела (основна та допоміжна література), електронні інформаційні ресурси		1. Сербін А.Г., Сіра Л. М., Ткаченко Н.М., Фармацевтична ботаніка: Підручник.- В.: Нова книга, 2007.- 487 с. 2. Лікарські рослини. Енциклопедичний довідник. За Основна (базова) 1. Тексти лекцій з нутриціології / Автори-укладачі: Попова Н.В., Ковальов С.В., Казаков Г.П., Алфьорова

	Д.А., Степанова С.І., Скоря І.В. – Х.: Вид-во НФаУ, 2018. Стор.126. 2. Павлоцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Цихановська І.В., Лазарева Т.А., Александров О.В., Коваленко В.О., Скуріхіна Л.А., Євлаш В.В. Нутриціологія. Частина 1. Загальна нутриціологія. Навчальний посібник. – Харків: УПА, 2012. – 371 с. 3. Нутриціологія: навч. посіб. для ВНЗ / Н. В. Дуденко [та ін.]. - Х. : Світ Книг, 2013. -560 с. 4. Опорний конспект. Нутриціологія [Електронний ресурс] / укладачі Л. Ф. Павлоцька, О. Ф. Аксьонова. – Електрон. дані – Х. : ХДУХТ, 2018. 5. Гігієна харчування з основами нутриціології / За ред. проф.В.І. Ципріяна/. 1 том., Київ: Медицина, 2007. 528 с. 6. Гігієна харчування з основами нутриціології/ За ред. проф.В.І. Ципріяна/. 2 том., Київ: Медицина, 2007. 560 с. 7. Нутриціологія. Підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів України III-IV рівнів акредитації. В.В. Ванханен, В.Д. Ванханен, В.І. Ципріян, Донецьк: Донеччина, 2001, 475 с. 8. Гігієна харчування. Методичні вказівки до практичних занять для студентів VI курсу за спеціальністю “Медико-профілактична справа” (В.В. Ванханен, В.Д. Ванханен, В.І. Ципріян), Донецьк: Донеччина, 2003, 89 с. 9. Методика оцінки харчового статусу людини та адекватності індивідуального харчування. Навчальнометодичний посібник. В.І. Ципріян, Н.В. Велика, В.Г. Яковенко, Київ, 1999, 60 с. 10. Яцула Г.С., Слободкін В.І., Береза В.Я. Санітарно-гігієнічні методи дослідження харчових продуктів і води, К.: Здоров'я, 1991.288с.
--	---