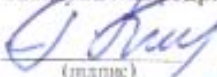


ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД УКООПСІЛКИ  
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ»

Навчально – науковий інститут денної освіти  
Кафедра товарознавства, біотехнології, експертизи та митної справи

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

  
(підпис)

Г.О. Бірта  
(ініціали, прізвище)

«11» \_\_\_\_\_ 2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

навчальної дисципліни «Основи нутриціології»

освітня програма «Товарознавство і торговельне підприємництво»,

спеціальність 076 Підприємництво, торгівля та біржова діяльність \_\_\_\_\_  
код назва спеціальності

галузь знань 07 Управління та адміністрування \_\_\_\_\_  
код назва галузі знань

ступінь вищої освіти \_\_\_\_\_ молодший бакалавр \_\_\_\_\_


Робоча програма навчальної дисципліни «Основи нутриціології» схвалена та рекомендована до використання в освітньому процесі на засіданні кафедри товарознавства, біотехнології, експертизи та митної справи  
Протокол від «03» вересня 2021 року № 1

Полтава 2021

Укладач: Горячова О.О., к.т.н., доцент.

**ПОГОДЖЕНО:**

Гарант освітньої програми «Товарознавство і торговельне підприємництво» спеціальності 076 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність» ступеня молодший бакалавр

  
(підпис) О.О. Горячова  
(ініціали, прізвище)

« 31 » 08 2024 року

## Розділ 1. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1 – Опис навчальної дисципліни Основи нутриціології

Місце у структурно-логічній схемі підготовки	<i>Пререквізити:</i> - <i>Постреквізити:</i> Основи споживання товарів і здоров'я людини Товарні аспекти якості продукції, Технології зберігання товарів,	
Мова викладання	Українська	
Статус дисципліни: вибіркова		
Курс/семестр вивчення	1/ 1	
Кількість кредитів ЄКТС/кількість модулів	5 /2	
Денна форма навчання:		
Кількість годин: – загальна кількість: - 150.		
- лекції: 20 год.		
- практичні заняття: 40 год.		
- самостійна робота: 90 год.		
- вид підсумкового контролю (ПМК, екзамен): ПМК		
Заочна форма навчання:		
Кількість годин: – загальна кількість: 1 семестр - 150.		
- лекції: 1 семестр - 4.		
- практичні заняття: 1 семестр - 6.		
- самостійна робота: 1 семестр – 140.		
- вид підсумкового контролю (ПМК, екзамен): ПМК.		

## Розділ 2. Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

*Метою* вивчення навчальної дисципліни Основи нутриціології є набуття спеціальних теоретичних знань та практичних навичок із загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування людини в різних умовах життя та діяльності з основами нутриціології, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва харчової продукції, організація торгівлі та харчування населення. та формування у студентів творчого підходу при вирішенні питань в практичній діяльності.

Таблиця 2 - Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
<ul style="list-style-type: none"> <li>• застосовувати набуті знання для виявлення, постановки та вирішення завдань за різних практичних ситуацій в підприємницькій, торговельній та біржовій діяльності (ПР02);</li> <li>• організувати пошук, самостійний відбір, якісну обробку інформації з різних джерел для формування банків даних у серії підприємництва, торгівлі та біржової діяльності (ПР05);</li> <li>• застосовувати одержані знання й уміння для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу (ЗК01);</li> <li>• здатність застосовувати отримані знання в практичних ситуаціях (ЗК02);</li> <li>• здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел (ЗК06);</li> <li>• здатність обирати та використовувати відповідні методи, інструментарій для</li> </ul>

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
<p>ініціювання та реалізації заходів у сфері збереження навколишнього природного середовища і здійснення безпечної діяльності підприємницьких, торговельних та біржових структур (ПР08);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• демонструвати базові й структуровані знання у сфері підприємництва, торгівлі та біржової діяльності для подальшого використання на практиці (ПР11);</li> <li>• володіти методами та інструментарієм для обґрунтування управлінських рішень щодо створення й функціонування підприємницьких, торговельних і біржових структур (ПР12);</li> <li>• оцінювати характеристики товарів і послуг у підприємницькій, торговельній та біржовій діяльності за допомогою сучасних методів (ПР15);</li> <li>• знати нормативно-правове забезпечення діяльності підприємницьких, торговельних та біржових структур і застосовувати його на практиці (ПР16).</li> </ul>	<p>обґрунтування рішень щодо створення, функціонування підприємницьких, торговельних і біржових структур (СК02);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність визначати та оцінювати характеристики товарів і послуг в підприємницькій, торговельній, біржовій діяльності (СК05);</li> <li>• здатність здійснювати діяльність з дотриманням вимог нормативно-правових документів у сфері підприємницької, торговельної та біржової діяльності (СК06).</li> </ul>

### Розділ 3. Програма навчальної дисципліни

#### МОДУЛЬ 1. Теоретичні основи нутріціології

##### Тема 1. Основні поняття нутріціології

1. Предмет і завдання дисципліни «Основи нутріціології». Передумови для розвитку нутріціології.

2. Основні поняття нутріціології.
3. Есенціальні компоненти харчових продуктів.

##### Тема 2. Нутріціологічні основи раціонального харчування

1. Вплив харчування на стан здоров'я населення.
2. Наукові концепції раціонального харчування.
3. Харчовий статус організму.

##### Тема 3. Нетрадиційні види харчування

1. Вегетаріанське харчування.
2. Харчування довгожителів-макробіотиків.
3. Роздільне харчування.
4. Сироїдіння та голодування.

##### Тема 4. Макронутрієнти в харчуванні людини

1. Роль білків у харчуванні та основні джерела надходження.
2. Значення ліпідів у харчуванні. Основні джерела їх надходження.
3. Класифікація вуглеводів, їх значення в харчуванні.

##### Тема 5. Мікронутрієнти в продуктах харчування

1. Значення вітамінів у харчуванні. Класифікація вітамінів.
2. Вітаміноподібні речовини.
3. Мінеральні речовини та біоелементи.

##### Тема 6. Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів

1. Харчові волокна та їх фізіологічна роль в організмі людини.
2. Класифікація харчових волокон.

3. Сучасна класифікація ферментів і їх фізіологічна роль.
4. Основні джерела надходження ферментів в організм людини.

### **Тема 7. Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні**

1. Мотивації використання БАД у інноваційних технологіях розробки продовольчих товарів і харчування.
2. Нутрієнтний склад функціональних продуктів.
3. Про- і пребіотики у функціональному харчуванні.

## **МОДУЛЬ 2. Нутріціологічна характеристика продуктів харчування**

### **Тема 8. Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових**

1. Нутрієнтний склад і біологічна цінність зернових культур і продуктів їх переробки.
2. Характеристика харчової та біологічної цінності пророслих зерен.
3. Нутріціологічна характеристика бобових культур і продуктів їх переробки.

### **Тема 9. Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів**

1. Нутрієнтний склад культивованих і дикорослих плодів, ягід і овочів.
2. Нутріціологічна характеристика горіхів.
3. Характеристика харчової цінності грибів.

### **Тема 10. Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва**

1. Нутріціологічна характеристика меду та його оздоровчі властивості.
2. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність бджолиного обніжжя.
3. Характеристика та властивості продуктів бджільництва.

### **Тема 11. Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів**

1. Харчова та біологічна цінність фруктово-ягідних кондитерських товарів.
2. Нутріціологічна характеристика борошняних кондитерських виробів.
3. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність цукерок, карамелі, ірису, східних солодошів.
4. Характеристика факторів зовнішнього середовища, які впливають на нутрієнтний склад кондитерських виробів.

### **Тема 12. Нутріціологічна характеристика смакових товарів**

1. Роль смакових товарів у харчуванні людини. Харчова та біологічна цінність чаю, кави та напоїв.
2. Нутріціологічна характеристика прянощів і приправ.
3. Харчова та біологічна цінність безалкогольних і алкогольних напоїв, вина.

### **Тема 13. Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних і яєчних продуктів**

1. Характеристика харчової та біологічної цінності рослинних олій.
2. Нутріціологічна характеристика тваринних топлених жирів, маргарину та майонезу.
3. Нутрієнтний склад молока та молочних продуктів.

### **Тема 14. Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів**

1. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність м'яса різних тварин.
2. Нутріціологічна характеристика субпродуктів, ковбасних і копчених виробів, м'ясних консервів.
3. Характеристика харчової та біологічної цінності м'яса птиці.
4. Характеристика факторів зовнішнього середовища, які впливають на нутрієнтний склад м'яса та м'ясних продуктів.

### **Тема 15. Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря**

1. Роль риби та рибних продуктів у раціональному та дієтичному харчуванні.
2. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність риби та рибних продуктів.
3. Нутріціологічна характеристика рибних консервів, ікри, нерибних продуктів моря.
4. Характеристика факторів зовнішнього середовища, які впливають на нутрієнтний склад риби та нерибних продуктів моря.

## Розділ 4. Тематичний план навчальної дисципліни

Таблиця 4.1 - Тематичний план навчальної дисципліни Основи нутриціології для студентів денної форми навчання

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання семінарського, практичного або лабораторного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<b>Модуль 1. Теоретичні основи нутриціології</b>					
<b>Тема 1.</b> Основні поняття нутриціології. <b>Лекція 1.</b> Основні поняття нутриціології. 1. Предмет та завдання курсу «Основи нутриціології». 2. Передумови для розвитку нутриціології. 3. Основні поняття нутриціології. 4. Есенціальні компоненти харчових продуктів.	-	<b>Практичне заняття 1</b> Основні поняття нутриціології. 1. Харчування та здоров'я людини. 2. Види та основні теорії харчування. 3. Назвіть відмінності «повноцінного», «раціонального», «збалансованого», «адекватного» харчування. 4. Принципи раціонального харчування.	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Тема 2.</b> Нутриціологічні основи раціонального харчування <b>Лекція 2.</b> Нутриціологічні основи раціонального харчування 1. Вплив харчування на стан здоров'я населення. 2. Наукові концепції раціонального харчування. 3. Харчовий статус організму.	2	<b>Практичне заняття 2</b> Вивчення основних принципів харчування людини 1. Закони раціонального харчування. 2. Основні вимоги раціонального харчування 3. Основні функції їжі та фактори їх забезпечення 4. Класифікації харчового статусу. 5. Розрахунок витрат енергії, що надійшла до організму людини	4	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Тема 3.</b> Нетрадиційні види харчування <b>Лекція 3.</b> Нетрадиційні види харчування 1. Вегетаріанське харчування. 2. Харчування довгожителів-макробіотиків. 3. Роздільне харчування. 4. Сироїдіння та голодування.	2	<b>Практичне заняття 3</b> Нетрадиційні види харчування 1. Вплив на організм людини нетрадиційних видів харчування 2. Особливості сироїдіння та голодування 3. Харчування у системі йогів 4. Роздільне харчування 5. Вегетаріанське харчування	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Тема 4.</b> Макронутрієнти в харчуванні людини <b>Лекція 4.</b>	2	<b>Практичне заняття 4</b> Макронутрієнти в харчуванні людини	4	Самостійна робота: з навчально-методичною	6

<p>Макронутрієнти в харчуванні людини</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль білків у харчуванні та основні джерела надходження.</li> <li>2. Значення ліпідів у харчуванні. Основні джерела їх надходження.</li> <li>3. Класифікація вуглеводів, їх значення в харчуванні.</li> </ol>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рекомендовані норми добових потреб людини в білках.</li> <li>2. Основні функції білків в організмі людини</li> <li>3. Рекомендовані норми добових потреб людини в жирах.</li> <li>4. Основні функції ліпідів в організмі людини</li> <li>5. Рекомендовані норми добових потреб людини у вуглеводах.</li> <li>6. Основні функції вуглеводів в організмі людини</li> </ol>		<p>літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	
<p><b>Тема 5.</b> Мікронутрієнти в продуктах харчування <b>Лекція 5.</b> Мікронутрієнти в продуктах харчування</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значення вітамінів у харчуванні. Класифікація вітамінів.</li> <li>2. Вітаміноподібні речовини.</li> <li>3. Мінеральні речовини та біоелементи.</li> </ol>	2	<p><b>Практичне заняття 5</b> Мікронутрієнти в продуктах харчування</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вплив вітамінів і вітаміноподібних речовин на організм людини</li> <li>2. Рекомендовані норми добових потреб дорослого населення у вітамінах і вітаміноподібних речовинах.</li> <li>3. Основні функції вітамінів і вітаміноподібних речовин у організмі людини.</li> <li>4. Визначення вітамінного статусу.</li> <li>5. Рекомендовані норми добових потреб людини в мінеральних речовинах.</li> <li>6. Основні функції мінеральних речовин у організмі людини</li> <li>7. Визначення мінерального статусу</li> </ol>	4	<p>Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	6
<p><b>Тема 6.</b> Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів <b>Лекція 6.</b> Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Харчові волокна та їх фізіологічна роль в організмі людини.</li> <li>2. Класифікація харчових волокон.</li> <li>3. Сучасна класифікація ферментів та їх фізіологічна роль.</li> <li>4. Основні джерела</li> </ol>	-	<p><b>Практичне заняття 6</b> Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Класифікація харчових волокон</li> <li>2. Основні функції харчових волокон у організмі людини</li> <li>3. Рекомендовані норми добових потреб населення у харчових волокнах</li> <li>4. Вплив органічних кислот на організм людини</li> <li>5. Класифікація та фізіологічна дія ферментів</li> </ol>	2	<p>Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	6

надходження ферментів в організм людини.					
<p><b>Тема 7.</b> Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні</p> <p><b>Лекція 7.</b> Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні</p> <p>1. Мотивації використання БАД у інноваційних технологіях розробки продовольчих товарів та харчування.</p> <p>2. Нутрієнтний склад функціональних продуктів.</p> <p>3. Про- і пребіотики у функціональному харчуванні.</p>	2	<p><b>Практичне заняття 7</b></p> <p>Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні</p> <p>1. Класифікація біологічно активних добавок за джерелами одержання</p> <p>2. Основні види функціональних і збагачених продуктів.</p> <p>3. Нутрієнтний склад харчових добавок природного походження</p> <p>4. Особливості маркування біологічно активних добавок.</p>	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Разом по модулю 1</b>	<b>10</b>		<b>20</b>		<b>42</b>
<b>Модуль 2. Нутріціологічна характеристика продуктів харчування</b>					
<p><b>Тема 8.</b> Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових</p> <p><b>Лекція 8.</b> Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових</p> <p>1. Нутрієнтний склад та біологічна цінність зернових культур і продуктів їх переробки.</p> <p>2. Характеристика харчової та біологічної цінності пророслих зерен.</p> <p>3. Нутріціологічна характеристика бобових культур і продуктів їх переробки.</p>	-	<p><b>Практичне заняття 8</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових</p> <p>1. Нутрієнтний склад зернових культур.</p> <p>2. Харчова та біологічна цінність пророслих зерен</p> <p>3. Нутрієнтний склад бобових культур</p> <p>4. Хімічний склад продуктів переробки зернових культур</p> <p>5. Фактори зовнішнього середовища, що впливають на нутрієнтний склад продуктів переробки зерна та бобових.</p>	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<p><b>Тема 9.</b> Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів</p> <p><b>Лекція 9.</b> Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів</p> <p>1. Нутрієнтний склад культивованих та дикорослих плодів, ягід і</p>	2	<p><b>Практичне заняття 9</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів</p> <p>1. Нутрієнтний склад плодів і ягід.</p> <p>2. Харчова та біологічна цінність овочів.</p> <p>3. Нутрієнтний склад культивованих та</p>	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6



<p>овочів.</p> <p>2. Нутріціологічна характеристика горіхів.</p> <p>3. Характеристика харчової цінності грибів.</p>		<p>дикорослих грибів.</p> <p>4. Хімічний склад горіхів.</p> <p>5. Зміни хімічного складу продуктів переробки плодів, овочів, грибів у процесі їх виробництва.</p>			
<p><b>Тема 10.</b> Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва</p> <p><b>Лекція 10.</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва</p> <p>1. Нутріціологічна характеристика меду та його оздоровчі властивості.</p> <p>2. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність бджолиного обніжжя.</p> <p>3. Характеристика та властивості продуктів бджільництва.</p>	-	<p><b>Практичне заняття 10</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва</p> <p>1. Нутрієнтний склад меду.</p> <p>2. Фізіологічний вплив продуктів бджільництва на організм людини.</p> <p>3. Фактори зовнішнього середовища, що впливають на нутрієнтний склад меду та продуктів бджільництва.</p>	2	<p>Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	6
<p><b>Тема 11.</b> Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</p> <p><b>Лекція 11.</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</p> <p>1. Роль кондитерських товарів у харчуванні людини.</p> <p>2. Харчова та біологічна цінність кондитерських товарів.</p> <p>3. Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</p>	2	<p><b>Практичне заняття 11</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</p> <p>1. Нутрієнтний склад фруктово-ягідних виробів.</p> <p>2. Нутрієнтний склад шоколаду та його фізіологічний вплив на організм людини.</p> <p>3. Нутрієнтний склад борошняних кондитерських виробів.</p> <p>4. Нутрієнтний склад цукерок, карамелі, ірису.</p> <p>5. Фактори, що впливають на нутрієнтний склад кондитерських виробів.</p>	2	<p>Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	6
<p><b>Тема 12.</b> Нутріціологічна характеристика смакових товарів</p> <p><b>Лекція 12.</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика смакових товарів</p> <p>1. Роль смакових товарів у харчуванні людини. Харчова та біологічна цінність чаю, кави та напоїв.</p> <p>2. Нутріціологічна характеристика прянощів</p>	-	<p><b>Практичне заняття 12</b></p> <p>Нутріціологічна характеристика смакових товарів</p> <p>1. Нутрієнтний склад чаю та кави.</p> <p>2. Нутрієнтний склад виноградних вин.</p> <p>3. Нутрієнтний склад слабоалкогольних напоїв.</p> <p>4. Нутрієнтний склад прянощів та приправ та їх фізіологічний вплив на організм людини.</p>	2	<p>Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.</p>	6

та приправ. 3. Харчова та біологічна цінність безалкогольних і алкогольних напоїв, вина.		5. Фактори, що впливають на нутрієнтний склад смакових товарів			
<b>Тема 13.</b> Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних та яєчних продуктів <b>Лекція 13.</b> Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних та яєчних продуктів 1. Характеристика харчової та біологічної цінності рослинних олій 2. Нутріціологічна характеристика тваринних топлених жирів, маргарину та майонезу. 3. Нутрієнтний склад молока та молочних продуктів.	2	<b>Практичне заняття 13</b> Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних та яєчних продуктів 1. Нутрієнтний склад харчових жирів. 2. Нутрієнтний склад молока та молочних товарів 3. Фактори, що впливають на нутрієнтний склад харчових жирів	4	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Тема 14.</b> Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів <b>Лекція 14.</b> Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів 1. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність м'яса різних тварин. 2. Нутріціологічна характеристика субпродуктів, ковбасних і копчених виробів, м'ясних консервів. 3. Характеристика харчової та біологічної цінності м'яса птиці.	2	<b>Практичне заняття 14</b> Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів 1. Макронутрієнтний склад м'яса забійних тварин та птиці. 2. Мікронутрієнтний склад м'яса забійних тварин і птиці. 3. Макронутрієнтний склад субпродуктів 4. Нутрієнтний склад ковбасних виробів 5. Зміни хімічного складу ковбасних виробів у процесі виробництва.	4	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6
<b>Тема 15.</b> Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря <b>Лекція 15.</b> Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря 1. Роль риби та рибних продуктів в раціональному та	2	<b>Практичне заняття 15</b> Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря 1. Макронутрієнтний склад м'яса риби та гідробіонтів. 2. Мікронутрієнтний склад м'яса риби та гідробіонтів. 3. Нутрієнтний склад ікри риб.	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	6

дієтичному харчуванні. 2. Нутрієнтний склад, харчова та біологічна цінність риби та рибних продуктів. 3. Нутріціологічна характеристика рибних консервів, ікри, нерибних продуктів моря.		4. Харчова цінність рибних консервів. 5. Зміни хімічного складу рибних продуктів у процесі виробництва.			
<b>Разом по модулю 2</b>	<b>10</b>		<b>20</b>		<b>48</b>
Всього	<b>20</b>		<b>40</b>		<b>90</b>

**Таблиця 4.2** - Тематичний план навчальної дисципліни Основи нутриціології для студентів заочної форми навчання

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання семінарського, практичного або лабораторного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<i>Модуль 1. Теоретичні основи нутриціології</i>					
<b>Тема 1. Основні поняття нутриціології.</b>	-	<b>Практичне заняття 1 Основні поняття нутриціології.</b> 1. Харчування та здоров'я людини. 2. Види та основні теорії харчування. 3. Назвіть відмінності «повноцінного», «раціонального», «збалансованого», «адекватного» харчування. 4. Принципи раціонального харчування.	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	10
<b>Тема 2. Нутріціологічні основи раціонального харчування Лекція 1</b> 1. Вплив харчування на стан здоров'я населення. 2. Наукові концепції раціонального харчування. 3. Харчовий статус організму.	2	<b>Вивчення основних принципів харчування людини</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	8
<b>Тема 3. Нетрадиційні види харчування</b>	-	<b>Нетрадиційні види харчування</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анування;	10

				вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	
<b>Тема 4. Макронутрієнти в харчуванні людини</b>	-	<b>Макронутрієнти в харчуванні людини</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>10</b>
<b>Тема 5. Мікронутрієнти в продуктах харчування</b>	-	<b>Мікронутрієнти в продуктах харчування</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>10</b>
<b>Тема 6. Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів</b>	-	<b>Сучасна класифікація та властивості харчових волокон і ферментів</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>8</b>
<b>Тема 7. Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні</b>	-	<b>Біологічно активні й харчові добавки в продуктах і функціональному харчуванні</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>10</b>
<b>Разом по модулю 1</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		<b>66</b>
<b>Модуль 2. Нутріціологічна характеристика продуктів харчування</b>					
<b>Тема 8. Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових</b>	-	<b>Практичне заняття 2</b> Нутріціологічна характеристика продуктів переробки зерна та бобових 1. Нутрієнтний склад зернових культур. 2. Харчова та біологічна цінність пророслих зерен 3. Нутрієнтний склад бобових культур 4. Хімічний склад	<b>2</b>	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>8</b>

		продуктів переробки зернових культур 5. Фактори зовнішнього середовища, що впливають на нутрієнтний склад продуктів переробки зерна та бобових.			
<b>Тема 9. Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів</b> <b>Лекція 2.</b> Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів 4. Нутрієнтний склад культивованих та дикорослих плодів, ягід і овочів. 5. Нутріціологічна характеристика горіхів. 6. Характеристика харчової цінності грибів.	2	<b>Нутріціологічна характеристика плодів, овочів, грибів, горіхів</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	8
<b>Тема 10.</b> <b>Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва</b>	-	<b>Нутріціологічна характеристика меду та продуктів бджільництва</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	10
<b>Тема 11.</b> <b>Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</b>	-	<b>Нутріціологічна характеристика кондитерських товарів</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	10
<b>Тема 12.</b> <b>Нутріціологічна характеристика смакових товарів</b>	-	<b>Нутріціологічна характеристика смакових товарів</b>	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	10
<b>Тема 13.</b> Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних та яєчних продуктів	-	<b>Практичне заняття 3</b> <b>Нутріціологічна характеристика харчових жирів, молочних та яєчних</b>	2	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою:	8

		<b>продуктів</b> 4. Нутрієнтний склад харчових жирів. 5. Нутрієнтний склад молока та молочних товарів 6. Фактори, що впливають на нутрієнтний склад харчових жирів		конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	
<b>Тема 14.</b> Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів	-	Нутріціологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>10</b>
<b>Тема 15.</b> Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря	-	Нутріціологічна характеристика риби та нерибних продуктів моря	-	Самостійна робота: з навчально-методичною літературою: конспектування, тезування, анотування; вирішення завдань, написання доповідей та рефератів.	<b>10</b>
<b>Разом по модулю 2</b>	<b>2</b>		<b>4</b>		<b>74</b>
<b>Всього</b>	<b>4</b>		<b>6</b>		<b>140</b>

### Розділ 5 Система оцінювання знань студентів

**Таблиця 5** – Розподіл балів за результатами вивчення навчальної дисципліни

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-7): відвідування занять (7 балів); захист домашнього завдання (7 балів); виконання навчальних завдань (7 балів); завдання самостійної роботи (7 балів); тестування (7 бали); поточна модульна робота (10 балів)	45
Модуль 2 (теми 8-15): відвідування занять (8 балів); захист домашнього завдання (8 балів); виконання навчальних завдань (8 балів); завдання самостійної роботи (8 балів); тестування (8 бали); поточна модульна робота (15 балів)	55
Разом	100

**Таблиця 6** – Розподіл балів за результатами вивчення навчальної дисципліни

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Дуже добре
74-81	C	Добре
64-73	D	Задовільно

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
60-63	Е	Задовільно достатньо
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## Розділ 6. Інформаційні джерела

### Основні

1. Ганинець О.М. Практична дієтологія. Навчальний посібник, Ужгород, 2004. - 228 с.
2. Гігієна та екологія. Підручник/ За редакцією В.Г. Бардова. – Вінниця: Нова книга, 2018. – 726 с
3. Гігієна харчування з основами нутриціології : підручник : у 2 кн. Кн.1 / Т. І. Аністратенко, Т. М. Білко, О. В. Благодарова та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – 528 с.
4. Гігієна харчування з основами нутриціології : підручник : у 2 кн. Кн. 2 / В. І. Ципріяна, І. Т. Матасар, В. І. Слободкін та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К. : Медицина, 2007. – 544 с.
5. Мартинчик А. Н. Общая нутрициология. / А. Н. Мартинчик, И. В. Маев, О. О. Янушевич. – М., 2005. – 272 с.
6. Наказ МОЗ України «Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії» від 03.09.2017 року № 1073. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text>
7. Нутриціологія : навч. посібник / Н. В. Дуденко та ін., під заг. ред. Н. В.Дуденко. – Х. : Світ Книг. – 2-ге видання, 2020. – 527 с.
8. Нутрициология : учебник / В. В. Ванханен, В. Д. Ванханен, В. И. Циприян и др. – Донецк : Донеччина, 2003. – 620 с.
9. Нутрициология : учебное пособие / Л. В. Подригало, Г. Н. Даниленко, Ж. В. Сотникова-Мелешкина и др. – Х. : ХНУ имени В. Н. Каразина, 2015. – 300 с.
10. Основи нутриціології: навчальний посібник / О. І. Волошин, О. В. Пішак, І. В. Окіпняк, О. І. Сплавський. – Чернівці : Видавничий дім „Букрек”, 2007. – 280 с.
11. General Science of Nutrition. Study Guide for the 4th accreditation level Medical School Students /Edited by S.T. Omelchuk, O.V. Kuzminska., K., 2016. 145 p.

### Додаткові

12. Основи фізіології та гігієни харчування : підручник / Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька, В. С. Артеменко, М. П. Головка, В. О. Коваленко, В.В. Євлаш, В. Г. Горбань. – Суми : ВТД «Університетська книга», 2008. – 558 с.
13. 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.
14. Павлоцька Л. Ф. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів : навч. посібник / Л. Ф. Павлоцька, Н. В. Дуденко, Л. Р. Дмитрвич. – Суми : ВТД Університетська книга, 2007. – 441 с.
15. Питание человека (основы нутрициологии) / А. Н. Мартинчик, И. В. Маев, А. Б. Петухов. – М. : ГОУВУНМЦ МЗРФ, 2002. – 576 с.
16. Смоляр В. І. Основи фізіології та гігієни харчування / В. І. Смоляр. – К. : Здоров'я, 2001. – 336 с.

## Розділ 7. Програмне забезпечення навчальної дисципліни

1. Банк тестів за курсом, які розміщені у програмній оболонці Open test.
2. Супровід лекцій за курсом з використанням Microsoft PowerPoint Presentation.
3. Горячова О.О. Основи нутриціології: дистанційний курс // О.О. Горячова, А.П. Кайнаш, [Електронний ресурс] : Головний центр дистанційного навчання Полтавський університет економіки і торгівлі. – Режим доступу: <http://www2.el.puet.edu.ua/st/mod/page/view.php?id=99802>