

ДЕРЖАВНИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВІННИЦЬКИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ

Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи

СИЛАБУС

ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ / HEALTH NUTRITION

Інформація про викладача	
Викладач	Семко Тетяна
Науковий ступінь	кандидат технічних наук
Вчене звання	доцент
Посада	доцент
Адреса кафедри	м. Вінниця, вул. Соборна, 87, каб. 37, к. 1
Контактний телефон	067 962 54 68
E-mail:	t.semko@vtei.edu.ua
Електронна сторінка курсу в системі дистанційного навчання	https://m.vtei.edu.ua/enrol/index.php?id=228
Інформація про освітній компонент	
Статус компоненту	Вибірковий
Освітній ступінь	Магістр
Навчальний рік	2025/2026
Анотація курсу	<p>Освітній компонент «Оздоровче харчування» спрямований на вивчення здобувачами вищої освіти сучасних наукових підходів до розроблення науково обґрунтованих харчових раціонів і організації оздоровчого і лікувально-профілактичного харчування в умовах санаторно-курортних закладів.</p> <p>Професійна спрямованість освітнього компонента досягається опануванням термінологічного апарату нутриціології, розширення знань щодо біохімічного складу нутрієнтів, основних механізмів асиміляції харчових речовин та їх впливу на стан здоров'я людини, теоретичних та сучасних практичних підходів до оптимізації раціонів харчування і організації оздоровчого харчування відпочиваючих в умовах курорту. Вивчення дисципліни базується на комплексному підході до організації навчального процесу: лекції, практичні роботи, самостійна робота здобувачів вищої освіти.</p> <p>Мета вивчення освітнього компонента – опанування теоретичними засадами щодо нутрієнтного метаболізму, сумісності окремих нутрієнтів в технологіях харчової продукції та сучасних підходів до організації оздоровчого харчування відпочиваючих в умовах курорту у відповідності до державного законодавства.</p> <p>Предметом освітнього компонента є біохімічний склад і фізіологічно функціональні властивості харчових речовин (нутрієнтів), взаємодія їх між собою в складі окремих продуктів і раціонів харчування з точки зору впливу на метаболічні процеси в організмі, механізми асиміляції та стан здоров'я людини.</p>
Мова викладання	Українська
Місце дисципліни в освітній програмі	
Результати навчання	<ol style="list-style-type: none">знати асортимент продукції у галузі харчової промисловості;знати рахунки по виходу, продуктивності, харчовій та енергоетичній цінності продукції харчової промисловості;вміти вдосконалювати та розробляти технології виробництва харчових продуктів з метою забезпечення їх якості, поживності,

	<p>функціональної спрямованості і безпеки;</p> <p>4. знати особливості основних технологічних процесів;</p> <p>5. вміти вибирати критерії оптимізації технологічних процесів;</p> <p>6. вміти раціонально використовувати сировинні ресурсів та продовжувати терміни зберігання, впроваджувати сучасні технології виробництва на підставі раціонального використання класичної і нової сировини.</p>
--	--

Тематичний план та оцінювання результатів навчання

Назва теми	Кількість годин, з них				Форми контролю	Бальна оцінка
	Усього годин/кредитів	лекції	практичні заняття	самостійна робота студентів		
1	2	3	4	5	6	7
Тема 1. Вступ до дисципліни. терміни та визначення	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 2. Психосоціальні аспекти харчування людини та перспективи розвитку науки про харчування	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 3. Еволюція теорій харчування та його види	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 4. Нетрадиційні (альтернативні) види харчування	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 5. Біологічна цінність нутрієнтів їжі	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 6. Харчова та біологічна цінність основних продуктів харчування	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 7. Загальні вимоги щодо складання раціону оздоровчого харчування	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 8. Харчування і механізми регулювання кислотно-лужної рівноваги внутрішнього середовища організму людини	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 9. Оздоровче харчування та нормалізація мікроекологічних станів	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 10. Харчування осіб похилого вік	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 11. Харчування працівників офісів	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 12. Харчування хворої людини	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 13. Організація харчування у санаторно-курортних закладах	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 14. Вода питна, вода мінеральна	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5

1	2	3	4	5	6	7
Тема 15. Технології приготування страв у лікувальному харчуванні	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 16. Холодні страви, закуски, супи страви з овочів	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Тема 17. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії	9	2	2	5	В, УД, КТ, РМГ	5
Індивідуальне завдання	27			27	ІЗ	15
Разом	180/6	34	34	112		100
Підсумковий контроль-екзамен						

Поточний контроль / критерії оцінювання	<p>Перелік умовних позначень форм контролю та оцінка їх у балах: В – відповідь на практичних заняттях – 1 бал. УД – участь у дискусії – 2 бали. КТ – комп'ютерне тестування – 1 бал. РМГ – робота в малих групах – 1 бал. ІЗ – індивідуальне завдання – 15 балів (курси на платформі Prometheus або на інших сервісах, участь у семінарах, тренінгах – 5 балів; участь у наукових заходах – 10 балів).</p> <p>Загальна сума за поточну навчальну роботу (аудиторну та самостійну) за семестр – 100 балів.</p>
---	--

Основні літературні та інформаційні джерела	<ol style="list-style-type: none"> 1. Головка М. П., Власенко І. Г., Головка Т. М., Семко Т. В. <i>Технологія молока та молочних продуктів з елементами НАССР</i> : навч. посіб. Харків : Світ Книг, 2021. 290 с. 2. Головка М. П., Власенко І. Г., Головка Т. М., Семко Т. В. <i>Технологія м'яса та м'ясопродуктів з елементами НАССР</i> : навч. посіб. Харків : Світ Книг, 2021. 404 с. 3. Кручаниця М.І., Миронюк І.С., Розумикова Н.В., Кручаниця В.В., Брич В.В., Кіш В.П. <i>Основи харчування: підручник</i>. Ужгород: Вид-во УжНУ Говерла, 2019. 252 с. 4. <i>Оздоровче харчування</i> : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Притульська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за ред. П. О. Карпенка. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2019. 628 с. <p>Павлоцька, Л. Ф. <i>Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів</i> : навч. посібник : рекомендовано МОН України / Л. Ф. Павлоцька, Н. В. Дуденко, Л. Р. Димитрієвич. Суми : Університетська книга, 2020. 441 с.</p>
---	---

Політика освітнього компонента

Організація навчання	<p>Організація навчання відбувається відповідно до Положення про організацію освітнього процесу здобувачів вищої освіти http://www.vtei.com.ua/doc/2024/dok/8.pdf.</p> <p>Відвідування навчальних занять з курсу «Оздоровче харчування» є обов'язковим, згідно розкладу.</p> <p>Конспектування лекційного матеріалу у вигляді коротких тезисів вітається, але не є обов'язковим.</p> <p>Підготовка до практичного заняття передбачає опрацювання переліку питань, що виносяться на обговорення, та створення конспекту, проходження комп'ютерного тестування в системі MOODLE, підготовку до участі в дискусії.</p> <p>Виконання індивідуального завдання передбачає проходження курсів на платформі Prometheus або на інших сервісах, участь у семінарах,</p>
----------------------	--

	<p>тренінгах, наукових заходах. Виконані завдання оцінюються у межах визначених критеріїв.</p>
Відпрацювання пропусків занять	<p>Пропущені навчальні заняття мають бути відпрацьовані. Відпрацювання пропущеного лекційного заняття передбачає підготовку конспекту з відповідної теми. Пропущені практичні заняття відпрацьовуються шляхом проходження комп'ютерного тестування в системі MOODLE, короткого усного опитування з відповідної теми. Відпрацювати пропущені заняття можна щопонеділка та щочетверга, з 14⁰⁰ до 15⁰⁰ (каб. 37, к. 1).</p>
Допуск до підсумкового контролю	<p>Підсумковий контроль - екзамен. До екзамену допускаються всі здобувачі, які набрали за результатами поточної роботи протягом семестру 60 балів. Результат підсумкового контролю (екзамен) з освітнього компонента для здобувачів очної форми навчання визначається як середньоарифметична сума балів поточної роботи та екзамену. Кращим здобувачам, які повністю виконали програму з освітнього компонента, виявили активність в науково-дослідній роботі за відповідною тематикою, стали призерами студентських олімпіад, виступали на конференціях та за результатами поточної роботи набрали 90 і більше балів, науково-педагогічний працівник має право виставити результат екзамену без опитування (при усному екзамені) чи виконання екзаменаційного завдання (при письмовому екзамені).</p>
Академічна доброчесність	<p>При вивченні освітнього компонента, в т. ч. підготовці наукових робіт (наукових статей, тез, рефератів, ін.), здобувачам вищої освіти необхідно дотримуватися академічної доброчесності, відповідно до Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними та науково-педагогічними працівниками та здобувачами вищої освіти http://www.vtei.com.ua/doc/dtu/pol/35.pdf.</p>
Інші складові політики компоненту	<p>Здобувачі вищої освіти мають право на визнання (перезарахування) результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті, згідно з Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти http://www.vtei.com.ua/doc/dtu/pol/82.pdf.</p>

Затверджено на засіданні кафедри протокол № 25 від 12.12.2024.

Науково-педагогічний працівник

Тетяна СЕМКО

Завідувач кафедри

Наталія ЧОРНА