

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра Гігієни та екології

Навчальний рік 2026–2027

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

«НУТРИЦІОЛОГІЯ»

(назва освітнього компоненту)

Нормативний чи вибірковий освітній компонент Вибірковий

Форма здобуття освіти Очна, дистанційна
(очна, заочна, дистанційна)

Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність 222 «Медицина»
(шифр і назва спеціальності)

Освітньо-професійна програма «Медицина»

Другого (магістерського) рівня вищої освіти

Курс третій

Силабус освітнього компонента розглянуто
на засіданні кафедри гігієни та екології

Схвалено методичною комісією ХНМУ
з проблем громадського здоров'я та
гігієни

Протокол від
«27» серпня 2024 року № 2
В. о. завідувача кафедри
_____ проф. Завгородній І. В.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Протокол від
«28» серпня 2024 року № 1
Голова
_____ проф. Огнєв В.А.
(підпис) (прізвище та ініціали)

РОЗРОБНИКИ СИЛАБУСУ:

1. Завгородній Ігор Володимирович, в.о. завідувача кафедри гігієни та екології, д.мед.н., професор
2. Лисак Марина Сергіївна, асистент кафедри гігієни та екології.

ДАНІ ПРО ВИКЛАДАЧІВ, ЩО ВИКЛАДАЮТЬ ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

П. І. Б. викладача	Посада, вчене звання, вчене звання, науковий ступінь	Професійні інтереси	Посилання на про файл викладача
Завгородній І. В.	в.о. завідувача кафедри гігієни та екології, д.мед.н, професор	Загальна гігієна	Moodle: http://31.128.79.157:8083/course/view.php?id=248 iv.zavgorodnii@knm.edu.ua
Лисак М. С.	асистент кафедри гігієни та екології	Загальна гігієна	Moodle: http://31.128.79.157:8083/course/view.php?id=248 Моб. тел.: +38(095) 070 49 88 ms.lysak@knm.edu.ua

Контактний тел.: +38(057) 707-73-81, kaf.hygiene.ecology@knm.edu.ua

Інформація про консультації:

Очні консультації: розклад та місце проведення згідно з затвердженим розкладом навчального відділу.

Он-лайн консультації: проведення за попереднім записом через корпоративну скриньку викладача.

Локація: заняття проводяться в умовах кафедри гігієни та екології, ХНМУ

ВСТУП

Силабус освітнього компонента «Нутриціологія» складений відповідно до освітньо-професійної програми «Медицина» та Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт) фахівців другого (магістерського) рівня, в галузі знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальності 222 «Медицина».

Опис освітнього компонента (анотація). Особливості освітнього процесу у закладі вищої освіти потребують від викладача широких знань та навичок в різних галузях науки та господарства. В останні роки стрімко зростає увага фахівців різних країн світу та України, які працюють у різноманітних галузях охорони здоров'я, до проблем здорового, оздоровчого, персоніфікованого, в тому числі лікувального харчування.

Успіхи біохімії, клітинної біології, фізіології, мікробіології, вірусології, геноміки та нутригеноміки, інших фундаментальних наук, поглиблене розуміння щодо обмінних процесів, механізмів їх регуляції та порушень в організмі, наслідків для здоров'я змін у структурі харчування - все це дало нові наукові знання щодо ролі окремих макро-, мікронутрієнтів, мінорних біологічно активних компонентів їжі в регуляції функціональної активності органів і систем, в зниженні ризику розвитку багатьох захворювань.

Професійна підготовка магістрів за спеціальністю 222 «Медицина» стає більш якісною і ефективною, наближеною до міжнародних стандартів завдяки глибокому вивченню ряду профільних дисциплін, в тому числі нутриціології, яка дозволяє вирішити ряд важливих практичних завдань та за своїм змістом є пропедевтикою дієтології, збагачує майбутніх спеціалістів сучасними методами безмедикаментозної натуропатичної профілактики та корекції порушень різних фізіологічних станів та захворювань.

Опанування сучасних знань та впровадження наукових розробок та досягнень нутриціології є потужним чинником у профілактиці та лікуванні неінфекційних захворювань (НІЗ), підвищенні тривалості активного довголіття людини, збереженні фізичного, емоційного та психічного благополуччя популяції. Підготовка магістрів на сучасному рівні, особливо потребує оволодіння фундаментальними знаннями з нутриціології з урахуванням елементів біоетики та ноетики у практичній діяльності.

Предметом вивчення освітнього компонента є

фізіологічні основи харчування здорової людини, нутриціологічна характеристика харчових продуктів, особливості їх впливу на організм людини, з урахуванням фізіологічного, соматичного та аліментарного статусів, специфіки вікових і професійних груп населення, аліментарна корекція фізіологічних та метаболічних зрушень в організмі при різних захворюваннях та фізіологічних станах.

Міждисциплінарні зв'язки: базується на базових знаннях, вміннях, навичках, які отримані раніше при вивченні - медичної біології, медичної фізики, медичної хімії, біоорганічної хімії, анатомії людини, гістології, цитології та ембріології, біологічної хімії, мікробіології, вірусології та імунології, гігієни та екології.

Пререквізити. Вивчення освітнього компонента передбачає попереднє засвоєння кредитів з теорії та практики з нутриціології.

Постреквізити. Основні положення освітнього компонента “Нутриціологія” можуть бути застосовані при вивченні суміжних освітніх компонентів.

Посилання на сторінку освітнього компонента в MOODLE -

<http://31.128.79.157:8083/course/view.php?id=248>

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1.1. Метою вивчення освітнього компонента «Нутриціологія» є формування у здобувачів освіти необхідних знань, умінь, дій, цільових завдань, навичок та професійного світогляду фахівця напряму підготовки 22 «Охорона здоров'я» спеціальністю 222 «Медицина» з основ раціонального харчування здорової людини, особливості харчування в дитячому віці, оцінки

індивідуального харчового статусу організму та причин його порушення, нутриціологічної характеристики основних продуктів харчування.

1.2. Основними завданнями освітнього компонента «Нутриціологія» є:

- поглиблення знань з основ фізіологічно обґрунтованого харчування здорової людини (раціонального харчування);
- набуття навичок у виявленні причин розвитку і ознак моно- та полінутриєнтних дефіцитів та їх профілактики;
- засвоєння значення основних традиційних та нетрадиційних харчових продуктів, їх складу, властивостей, харчової та біологічної цінності, парафармакологічних характеристик, значення в раціональному, лікувальному, дієтичному, лікувально-профілактичному харчуванні;
- оволодіння основними принципами фізіологічно обґрунтованого харчування здорової людини (раціонального харчування), харчування різних вікових груп, категорій населення (дітей та підлітків, людей похилого віку, вагітних жінок та матерів годувальниць, працівників розумової та фізичної праці, спортсменів різних видів спорту тощо), лікувально-профілактичного харчування працівників виробництв зі шкідливими та особливо шкідливими умовами праці, профілактичного харчування осіб, що мешкають в екологічно несприятливих регіонах України, а також різних нетрадиційних видів харчування;
- набуття умінь у виявленні причин виникнення та адекватній аліментарній корекції фізіологічних та метаболічних зрушень в організмі при різних захворюваннях та фізіологічних станах з урахуванням специфіки роботи фахівця із спеціальності 222 «Медицина».

«Нутриціологія» як освітній компонент (курс за вибором):

Курс за вибором «Нутриціологія» враховує сучасні наукові перспективні розробки та досягнення медичної науки пріоритетних напрямків, на базі яких сформована міжнародна програма “Здоров’я нації”, в якій сформульовані основні проблеми аліментарних захворювань та шляхи їх подолання в світі та в Україні. Курс за вибором враховує рекомендації Європейських та міжнародних співтовариств дієтологів та нутриціологів (Deutsche Gesellschaft für Ernährung – DGE, Scientific Committee on Food – SCF), що набуває особливого значення у викладанні даного курсу для здобувачів освіти з інших країн, які здобувають вищу медичну освіту в Україні.

Організація навчального процесу здійснюється за кредитно-трансферною системою відповідно до вимог Болонського процесу.

1.3 Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє освітній компонент «Нутриціологія».

1.3.1. Вивчення освітнього компонента забезпечує опанування здобувачами вищої освіти компетентностей:

інтегральні:

здатність розв’язувати типові та складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у Здатність розв’язувати складні задачі, у тому числі дослідницького та інноваційного характеру у сфері медицини. Здатність продовжувати навчання з високим ступенем автономії.

загальні:

ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу; ЗК 2. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями; ЗК 3. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; ЗК 4 Здатність до розуміння предметної галузі та розуміння професійної діяльності; ЗК 6. Здатність приймати обґрунтовані рішення; ЗК 8. Здатність до міжособистісної взаємодії; ЗК 11. Здатність до пошуку, опрацювання та аналізу інформації з різних джерел; ЗК 15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової

активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

спеціальні (фахові, предметні):

СК 5. Здатність до визначення характеру харчування при лікуванні та профілактиці захворювань; СК 14. Здатність до планування і проведення профілактичних та протиепідемічних заходів щодо інфекційних хвороб; СК 17. Здатність до оцінювання впливу навколишнього середовища, соціально-економічних та біологічних детермінант на стан здоров'я індивідуума, сім'ї, популяції.

1.3.2. Вивчення освітнього компонента забезпечує набуття здобувачами вищої освіти наступних **програмних результатів навчання:**

ПРН 2. Розуміння та знання фундаментальних і клінічних біомедичних наук, на рівні достатньому для вирішення професійних задач у сфері охорони здоров'я.

ПРН 10. Визначати необхідний режим праці, відпочинку та харчування на підставі заключного клінічного діагнозу, дотримуючись відповідних етичних та юридичних норм, шляхом прийняття обґрунтованого рішення за існуючими алгоритмами та стандартними схемами.

ПРН 20. Аналізувати епідеміологічний стан та проводити заходи масової й індивідуальної, загальної та локальної профілактики інфекційних захворювань.

ПРН 21. Відшуковувати необхідну інформацію у професійній літературі та базах даних інших джерелах, аналізувати, оцінювати та застосовувати цю інформацію.

1.3.3. Вивчення освітнього компоненту забезпечує набуття здобувачами вищої освіти наступних **соціальних навичок (Soft skills):**

- комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, мозковий штурм, метод самопрезентації),
- робота в команді (реалізується через: метод проектів, ажурна плитка),
- конфлікт-менеджмент (реалізується через: метод драматизації, ігрові методи),
- тайм-менеджмент (реалізується через: метод проектів, робота в групах, тренінги),
- лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проектів, метод самопрезентації),
- спортивний розвиток та ефективний відпочинок (реалізується через: різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя),
- емпатію (реалізується через: поважне ставлення до думки та етичних міркувань, вигляду та поведінки інших людей),
- стресостійкість (реалізується через: роботу у групі з представниками інших професійних груп різного рівня та віку в непередбачених обставинах та ситуаціях).

2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь, ОПП	Характеристика освітнього компоненту	
		Денна форма навчання	
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <u>22 «Охорона здоров'я»</u> (шифр і назва)	Вибіркова	
Загальна кількість годин - 90	Спеціальність: <u>222 «Медицина»</u> (шифр і назва)	Рік підготовки:	
		3	3
		Семестр	
		5-й	6-й
		Лекції	
Годин для денної (або вечірньої) форми навчання: аудиторних – 30 самостійної роботи здобувача вищої освіти – 60	Освітній ступінь: <u>Магістр медицини</u>	10	год.
		Практичні, семінарські	
		20	год.
		Лабораторні	
		Не передбачені	
	ОПП: <u>«Медицина»</u>	Самостійна робота	
		60 год.	год.
		Індивідуальні завдання: Не передбачені.	
		Вид контролю: залік	

2.1 Опис освітнього компонента

2.1.1. Лекції

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Види лекцій
1.	Нутриціологічні основи раціонального харчування. Альтернативні та нетрадиційні види харчування.	2	Вступна
2.	Причини порушення харчового, вітамінного та мінерального статусів організму та наукове обґрунтування їх аліментарної корекції. Фізіологічна роль харчових нутрієнтів.	2	Інформаційна
3.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика основних продуктів харчування.	2	Інформаційна
4.	Харчування окремих категорій населення. Аліментарна профілактика онкологічних захворювань.	2	Інформаційна
5.	Причини виникнення аліментарних та метаболічних порушень при різних захворюваннях (пропедевтика дієтології). Біоетичні принципи харчування хворої людини. Питання дієтології при окремих захворюваннях та фізіологічних станах.	2	Інформаційна, проблемна
	Всього годин	10	

2.1.2 Семінарські заняття – не передбачені навчальним планом

2.1.3 Практичні заняття

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1.	Нутриціологічні основи раціонального харчування. Харчування та здоров'я. Альтернативні та нетрадиційні види харчування.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація,	тестування, усне опитування (індивідуальне і фронтальне); доповідь
2.	Оцінка індивідуального харчового статусу організму.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація, відеороліки,	усне або письмове опитування (індивідуальне і фронтальне), тестування
3.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика молока, молочних продуктів. Біоетичні та медичні проблеми пов'язані із вживанням молочних продуктів населенням України.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація, відеороліки,	усне опитування; відкрите тестування
4.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів, яєць, риби, морепродуктів.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація	тестування, усне опитування (індивідуальне і фронтальне); доповідь
5.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика хліба, хлібобулочних, круп'яних виробів, бобових та інших продуктів переробки зерна.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація,	усне або письмове опитування (індивідуальне і фронтальне), тестування
6.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика кондитерських виробів. Мед та продукти бджільництва в харчуванні населення, їх харчова та біологічна цінність, лікувальні та оздоровчі властивості.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, презентація	усне опитування; відкрите тестування
7.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика овочів, фруктів, ягід, горіхів, грибів, дикорослих їстівних рослин.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, презентація	тестування, усне опитування (індивідуальне і фронтальне); доповідь
8.	нутриціологічна та дієтологічна характеристика безалкогольних напоїв (мінеральних вод,	2	розповідь-пояснення, бесіда,	усне або письмове опитування

	солодких газованих напоїв, кави, чаю тощо), їх вплив на здоров'я.		ілюстрація, презентація	(індивідуальне і фронтальне), тестування
9.	Причини порушення вітамінного та мінерального статусів, шляхи вирішення проблеми. Біоетичні аспекти обмежень у харчуванні у зв'язку з економічними, етичними та іншими проблемами	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація,	усне опитування; відкрите тестування
10.	Причини виникнення аліментарних та метаболічних порушень при різних захворюваннях (пропедевтика дієтології). Аліментарні захворювання та їх профілактика. Біоетичні принципи харчування хворої людини. Аліментарна профілактика онкологічних захворювань.	2	розповідь-пояснення, бесіда, ілюстрація, демонстрація, презентація, відеороліки,	тестування, усне опитування (індивідуальне і фронтальне); доповідь
	Всього годин	20		

2.1.4 Лабораторні заняття – не передбачені навчальним планом

2.1.5 Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Методи навчання	Форми контролю
1.	Нутриціологічні основи раціонального харчування. Харчування та здоров'я. Аліментарні захворювання та їх профілактика. Альтернативні та нетрадиційні види харчування.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
2.	Оцінка індивідуального харчового статусу організму.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
3.	Причини порушення харчового статусу організму та наукове обґрунтування аліментарної його корекції.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
4.	Причини порушення вітамінного та мінерального статусів та шляхи вирішення проблеми. Біоетичні аспекти обмежень у харчуванні у зв'язку з економічними, етичними та іншими проблемами. Біоетичні проблеми вегетаріанства.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
5.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика молока, молочних продуктів. Біоетичні та медичні проблеми пов'язані із вживанням молочних продуктів населенням України.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати

6.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика яєць, м'яса та м'ясних продуктів, риби, нерибних продуктів моря.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
7.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика кондитерських виробів. Мед та продукти бджільництва в харчуванні населення, їх харчова та біологічна цінність, лікувальні та оздоровчі властивості.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
8.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика хліба, хлібобулочних, круп'яних виробів, бобових та інших продуктів переробки зерна.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
9.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика овочів, фруктів, ягід, горіхів, грибів, дикорослих їстівних рослин.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
10.	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика безалкогольних напоїв (мінеральних вод, солодких газованих напоїв, кави, чаю тощо), їх вплив на здоров'я.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
11.	Причини виникнення аліментарних та метаболічних порушень при різних захворюваннях. Біоетичні принципи харчування хворої людини. Аліментарна профілактика онкологічних захворювань.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
12.	Зміни аліментарного статусу при ендокринних захворюваннях та порушенні обміну речовин.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
13.	Аліментарна профілактика дисметаболічних порушень різних груп та категорій населення.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
14.	Харчові продукти спеціального призначення, дієтичні добавки, їх використання.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
15.	Харчові добавки, їх класифікація, призначення та застосування. Генетично-модифіковані харчові продукти.	4	Вивчення літератури, конспект, консультації	творчі завдання; індивідуальні завдання; реферати
	Всього годин	60		

Методи навчання:

- Вербальні (лекція, бесіда);
- Наочні (ілюстрація, презентаційний матеріал, відео матеріал);
- Практичні (самостійна робота, робота в парах, робота в групах).

Методи контролю:

1. Усний контроль засвоєння теоретичного матеріалу (опитування, обговорення).
2. Письмовий контроль (відповіді на питання, вирішення задач, тестовий контроль).
3. Контроль практичних вмінь та навичок (вирішення ситуаційних задач, розв'язання проблемних ситуацій, надання практичних рекомендацій).

При вивченні освітнього компонента застосовується поточний та підсумковий семестровий контроль. Також, передбачено обов'язковий контроль засвоєння навчального матеріалу освітнього компонента, віднесеного на самостійну роботу.

Поточний контроль (засвоєння окремих тем): проводиться у формі усного опитування, тестування, бесіди здобувачів освіти із заздалегідь визначених питань, у формі виступів здобувачів вищої освіти з доповідями при обговоренні навчальних питань на практичних заняттях.

Задля оцінювання самостійної роботи здобувачів освіти пропонується альтернативний варіант (за вибором): традиційні види завдань: написання контрольної роботи, реферату або творчі види: підготовка мультимедійної презентації, опрацювання навчальної літератури (складання анотації, рецензування, цитування, тези першоджерел).

Підсумковий контроль з освітнього компонента є обов'язковою формою контролю навчальних досягнень здобувачів вищої освіти. Він проводиться в усній формі. Терміни проведення підсумкового семестрового контролю встановлюються графіком навчального процесу, а обсяг навчального матеріалу, який виноситься на підсумковий семестровий контроль, визначається програмою освітнього компонента.

Сумарна кількість рейтингових балів за вивчення освітнього компонента за семестр розраховується як сума балів, отриманих за результатами поточного контролю та балів, отриманих за результатами підсумкового семестрового контролю. Максимальна сума балів за семестр складає 200 балів, мінімальна – 120 балів.

Оцінювання успішності навчання здобувачів вищої освіти за ECTS організації навчального процесу (ПНД, залік, диф. залік, іспит) здійснюється на підставі «Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в Харківському національному медичному університеті», затвердженої наказом ХНМУ від 21.08.2021 № 181. Формою підсумкового контролю успішності навчання з освітнього компонента є залік.

3. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Поточна навчальна діяльність (ПНД). Оцінювання успішності здобувачів освіти здійснюється відповідно до Інструкції з оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти в ХНМУ (<https://knmu.edu.ua/documents/normatyvni-dokumenty-navchalnogo-procesu/>). Оцінка за практичне чи підсумкове заняття становить від 2 до 5 балів. Подання завдань за запізненням з неповажних причин тягне за собою зниження оцінки відповідно до відсотка запізнення в часі від часу виконання завдання. Завдання перевіряються до 24 год. Оцінки виставляються у електронний журнал. Незадовільні оцінки відпрацьовуються відповідно до Положення про порядок відпрацювання студентами ХНМУ навчальних занять (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_vidprac_zaniat.pdf).

В кінці семестру середня оцінка за семестр конвертується у багатобальну оцінку (70 – 120 балів) відповідно до таблиці 1 Інструкції з оцінювання (див. вище). Середнє арифметичне ПНД за обидва семестри становить загальну навчальну діяльність (ЗНД).

Індивідуальні завдання (ІЗ) оцінюються до 10 балів.

Підсумковий контроль. Залік.

Оцінка з дисципліни (ОД). Зараховано.

Оскарження результатів підсумкового контролю проводиться у встановленому в ХНМУ порядку (https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_apel_kontrol.pdf).

3.2. Питання до заліку

1. Нутриціологія - наука про харчування. Науковий апарат дієтології.
2. Біологічна та харчова цінність органічних речовин: білки, вуглеводи, ліпіди.
3. Основні сучасні проблеми харчування людини.
4. Загальні принципи дієтотерапії вагітних жінок та матерів-годувальниць.
5. Поняття про харчові алергії. Продукти з різним алергізуючим потенціалом.
6. Раціональне харчування. Збалансоване харчування. Основні принципи збалансованого харчування.
7. Особливості харчування людини в сучасних умовах.
8. Фізіологічне значення жирів, жирних кислот, фосфоліпідів, стеринів, Основні джерела надходження.
9. Загальні принципи дієтотерапії при захворюваннях печінки та жовчних шляхів.
10. Загальні принципи харчування дітей від 1 до 3 років. Потреба дітей раннього віку у поживних речовинах.
11. Біологічні, екологічні та соціальні аспекти харчування.
12. Фізіологічне значення білків та амінокислот. Основні джерела їх надходження.
13. Система лікувального харчування: елементна та дієтна.
14. Ознаки і показники забезпечення організму макро- і мікроелементами та вітамінами.
15. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях шлунково-кишкового тракту.
16. Організація раціонального харчування як складова загальної задачі формування здорового способу життя людей.
17. Основні характеристики дієт: показання до застосування; цільове (лікувальне) призначення; енергетична цінність і хімічний склад.
18. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при хворобах дихальної системи.
19. Потреба дітей дошкільного віку в поживних речовинах. Організаційні принципи розробки раціонів харчування для дітей дошкільного віку.
20. Напрями дієтотерапії при алергічних захворюваннях. Принципи складання раціону харчування при алергічних захворюваннях.
21. Основи дієтології. Основні функції їжі.
22. Фізіологічне значення моно-, дисахаридів та полісахаридів, в т. ч. харчових волокон. Основні джерела надходження.
23. Основні правила оздоровчого харчування. Принципи обґрунтування харчового раціону: рівень основного обміну, специфічно-динамічний вплив їжі, рівень додаткового обміну відповідно до виду діяльності, коефіцієнт енергетичної цінності їжі, коефіцієнт засвоєння їжі.
24. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при туберкульозі.
25. Особливості дієтотерапії при гострому та хронічному гепатиті, цирозі печінки, гострому та хронічному холециститі, жовчно-кам'яній хворобі.
26. Основні функції їжі. Макро- і мікронутрієнти.
27. Основні принципи лікувального харчування. Тактики дієтотерапії: ступенева система, система «зигзагів».
28. Спеціальні дієти: вегетаріанство.
29. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при ендокринних захворюваннях.
30. Напрями дієтотерапії при алергічних захворюваннях. Принципи складання раціону харчування при алергічних захворюваннях.
31. Поняття про замінні та незамінні харчові речовини.
32. Значення харчування, як чинника, який впливає та формує здоров'я людини.
33. Основні характеристики дієт: особливості кулінарної обробки їжі; режим харчування; перелік заборонених та рекомендованих страв.

34. Спеціальні дієти: лікувальне голодування.
35. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при серцево-судинних захворюваннях.
36. Характеристика харчування населення України.
37. Основні принципи раціонального харчування.
38. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для вагітних жінок і матерів годувальниць.
39. Спеціальні дієти: роздільне харчування, авторські дієти.
40. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях нирок.
41. Поняття "аліментарне захворювання". Класифікація аліментарних захворювань. Причини розвитку гіпо- і авітамінозних станів, методи їх профілактики. Антивітаміни.
42. Характеристика основних лікувальних номерних дієт за Певзнером.
43. Дієтопрофілактика онкологічних захворювань.
44. Потреба дітей шкільного віку у поживних речовинах. Особливості метаболізму в підлітковому віці.
45. Поняття "аліментарне захворювання". Класифікація аліментарних захворювань.
46. Причини розвитку гіпо- і авітамінозних станів, методи їх профілактики.
47. Антивітаміни.
48. Характеристика основних лікувальних номерних дієт за Певзнером.
49. Дієтопрофілактика онкологічних захворювань.
50. Потреба дітей шкільного віку у поживних речовинах. Особливості метаболізму в підлітковому віці.

3.3. Контрольні питання

1. Нутриціологія - наука про харчування. Науковий апарат дієтології.
2. Біологічні, екологічні та соціальні аспекти харчування.
3. Організація раціонального харчування як складова загальної задачі формування здорового способу життя людей.
4. Основи нутриціології. Основні функції їжі.
5. Макро- і мікронутрієнти.
6. Поняття про замінні та незамінні харчові речовини.
7. Біологічна та харчова цінність органічних речовин: білки, вуглеводи, ліпіди.
8. Фізіологічне значення білків та амінокислот. Основні джерела їх надходження.
9. Фізіологічне значення жирів, жирних кислот, фосфоліпідів, стеринів, Основні джерела надходження.
10. Фізіологічне значення моно-, дисахаридів та полісахаридів, в т. ч. харчових волокон. Основні джерела надходження.
11. Основні правила оздоровчого харчування. Принципи обґрунтування харчового раціону: рівень основного обміну, специфічно-динамічний вплив їжі, рівень додаткового обміну відповідно до виду діяльності, коефіцієнт енергетичної цінності їжі, коефіцієнт засвоєння їжі.
12. Раціональне харчування. Збалансоване харчування. Основні принципи збалансованого харчування.
13. Основні сучасні проблеми харчування людини.
14. Основні принципи лікувального харчування. Тактики дієтотерапії: ступенева система, система «зигзагів».
15. Система лікувального харчування: елементна та дієтна.
16. Основні характеристики дієт: показання до застосування; цільове (лікувальне) призначення; енергетична цінність і хімічний склад; особливості кулінарної обробки їжі; режим харчування; перелік заборонених та рекомендованих страв.
17. Характеристика основних лікувальних номерних дієт за Певзнером.
18. Спеціальні дієти: вегетаріанство, лікувальне голодування, роздільне харчування, авторські дієти.

19. Значення харчування, як чинника, який впливає та формує здоров'я людини.
20. Особливості харчування людини в сучасних умовах.
21. Характеристика харчування населення України.
22. Ознаки і показники забезпечення організму макро- і мікроелементами та вітамінами.
23. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при серцево-судинних захворюваннях.
24. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при хворобах дихальної системи.
25. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при туберкульозі.
26. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях шлунково-кишкового тракту.
27. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при захворюваннях нирок.
28. Загальні принципи дієтотерапії вагітних жінок та при годуванні груддю.
29. Загальні принципи харчування дітей від 1 до 3 років. Потреба дітей раннього віку у поживних речовинах
30. Потреба дітей дошкільного віку в поживних речовинах. Організаційні принципи розробки раціонів харчування для дітей дошкільного віку.
31. Потреба дітей шкільного віку у поживних речовинах. Особливості метаболізму в підлітковому віці.
32. Функціональні засади обґрунтування раціону харчування при ендокринних та обмінних захворюваннях.
33. Поняття про харчові алергії. Продукти з різним алергізуючим потенціалом.
34. Напрями дієтотерапії при алергічних захворюваннях. Принципи складання раціону харчування при алергічних захворюваннях.
35. Лікувальне голодування як короткотривалий оздоровчий захід.
36. Дієтотерапія як засіб протизапальної, десенсибілізуючої, антиацидозної та антиазотемічної дії.
37. Загальні принципи дієтотерапії при захворюваннях печінки та жовчних шляхів. Особливості дієтотерапії при гострому та хронічному гепатиті, цирозі печінки, гострому та хронічному холециститі, жовчно-кам'яній хворобі.
38. Особливості та фізіологічні передумови харчування, специфічний вплив нутрієнтів, принципи та спеціальні продукти харчування для вагітних жінок і матерів годувальниць.
39. Дієтопрофілактика онкологічних захворювань.
40. Основні контамінанти харчових продуктів, їх класифікація, вплив на організм.
41. Поняття "аліментарне захворювання". Класифікація аліментарних захворювань.
42. Причини розвитку гіпо- і авітамінозних станів, методи їх профілактики. Антивітаміни.
43. Фізіологічне значення водо- та жиророзчинних вітамінів, вітаміноподібних речовин. Основні джерела надходження.
44. Методика розрахунку та оцінки масо-зростових показників, визначення конституційного типу та гармонійності статури.

3.4. Індивідуальні завдання

Індивідуальна робота здобувачів освіти під керівництвом викладача з освітнього компонента «Нутриціологія» проводиться протягом семестру у формі: вивчення літературних джерел, рекомендованих для опанування тем і проблем та підготовки доповідей з презентаціями за ними; вивчення нормативних документів, рекомендованих для вивчення різних тем освітнього компоненту; роботи з базами даних щодо здоров'я; виконання індивідуальних завдань.

Завдання (теми) для індивідуальної роботи здобувачі освіти обирають самостійно, та узгоджують його з викладачем.

Критерії оцінювання індивідуального завдання. Робота повинна мати обсяг 10-16 сторінок тексту стандартного оформлення (розмір аркуша А4, шрифт – Times New Roman, кегль – 14, міжрядковий інтервал – 1,5, абзацний відступ – 1,25, вирівнювання по ширині, між абзацні

відступи – відсутні) і повністю розкривати зміст обраних питань. Презентація доповіді повинна бути виконана у програмних сервісах PowerPoint, Prezi, Google slides тощо. Робота має бути структурована та містити назву доповіді, актуальність, мету, завдання, основний зміст роботи, перелік використаних літературних джерел, оформлений відповідно до існуючих вимог ДСТУ 8302:2015 «Інформація та документація».

Робота має бути подана на перевірку у визначені строки.

Невідповідність змісту, занадто великий або малий обсяг роботи, невідповідність формальним вимогам до оформлення, відсутність переліку використаних джерел або його неправильне оформлення, недостатня структурованість роботи, невчасне подання роботи на перевірку є підставами для зниження оцінки або ж повернення роботи на доопрацювання.

3.5. Інші заохочення

За участь у науково-дослідних студентських конференціях, у наукових дослідженнях, у опитуваннях здобувач вищої освіти може отримувати додаткові бали 1 – 10.

3.6. Правила оскарження оцінки

Правила оскарження оцінки. Оцінка з освітнього компонента може бути оскаржена на підставі вимог «Положення про організацію освітнього процесу у ХНМУ» № 203 від 31.08.2021 р.

4. ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Вимоги компонента. Очікується, що здобувачі відвідуватимуть всі лекційні та семінарські заняття. Якщо вони пропустили заняття, необхідно відпрацювати його (згідно графіку на інформаційному стенді кафедри)

Письмові та домашні завдання треба виконувати повністю та вчасно, якщо у здобувачів виникають запитання, можна звернутися до викладача особисто або за електронною поштою, яку викладач/-ка надає на першому практичному занятті.

Під час лекційного заняття ставити питання до лектора/-ки – це абсолютно нормально. Активна участь під час обговорення, здобувачі мають бути готовими детально розбиратися в матеріалі, ставити запитання, висловлювати свою точку зору, дискутувати. Вітається творчий підхід у різних його проявах. Від здобувачів очікується зацікавленість участю у міських, всеукраїнських та міжнародних конференціях, конкурсах та інших заходах з предметного профілю.

Відвідування занять та поведінка. Здобувачам важливо дотримуватися правил належної поведінки в університеті. Ці правила є загальними для всіх, вони стосуються також і всього професорсько-викладацького складу та співробітників/-ць, і принципово не відрізняються від загальноприйнятих норм.

Використання електронних гаджетів. Використання електронних гаджетів є основним і потужним інформаційним джерелом до вивчення курсу, адаптивним до сучасних вимог і сприяє входженню в сучасний європейський освітній простір. Гаджети забезпечують постійний зворотній зв'язок: «викладач - здобувач», «магістр-здобувач», «здобувач - група здобувачів».

Політика щодо осіб з особливими освітніми потребами. Організація інклюзивного навчання в ХНМУ здійснюється відповідно до Положення «Про організацію інклюзивного супроводу освітнього процесу в Харківському національному медичному університеті», затвердженого наказом ХНМУ № 195 від 21.12.2023.

Рекомендації щодо успішного складання компоненту. Активність здобувачів вищої освіти під час семінарського заняття, виконання необхідного мінімуму навчальної роботи згідно з навчальним планом.

Заохочення та стягнення. Додаткові бали за участь в наукових конференціях, проведення наукових досліджень, публікації статей та тез, виконання додаткових завдань тощо.

5. АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ

Науково-педагогічні працівники кафедри дотримуються етичних принципів академічної доброчесності, а саме посилаються на джерела інформації у разі використання ідей, тверджень, відомостей; дотримуються норм законодавства про авторське право; надають достовірну інформацію про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності. Викладачі кафедри гігієни та екології не порушують академічну доброчесність (не займаються академічним плагіатом, фабрикацією, обманом, хабарництвом). Кафедра гігієни та екології підтримує **нульову толерантність** до плагіату. На перших заняттях проводитимуться інформаційні заходи щодо того, що саме вважати плагіатом та як коректно здійснювати дослідницько-науковий пошук.

6. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Гігієна та екологія : підручник / [В. Г. Бардов, С. Т. Омельчук, Н. В. Мережкіна та ін.] ; за заг. ред. В. Г. Бардова. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 472 с
2. Dr. Rajput, Kumkum. Food, Nutrition and Hygiene: Improving Diets and Nutrition / Dr. K. Rajput. – India: Independently published, 2023. – 239 p.
3. Павлоцька Л.Ф. Нутриціологія та харчова безпека [Електронний ресурс] : навч. посібник / Л.Ф. Павлоцька, О.Ф. Аксьонова, Л.А.Скуріхіна . – Електрон. дані. – Х. : ХДУХТ, 2020. – 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. – Назва з тит. екрана.

Допоміжна

1. Нутриціологія в сімейній медицині. Частина 2: Спеціалізовані аспекти навч. посібник / за редакцією проф. Л. С. Бабінець. - 2-е вид., стер. - Львів: «Магнолія 2006», 2024. - 348 с
2. Навчально-методичний посібник до лекційного курсу вибіркової дисципліни “Нутриціологія” для студентів медичних факультетів за спеціальністю 222 “Медицина” / Лотоцька-Дудик У.Б., Брейдак О.А. - Львів, 2020. - 123 с.
3. Сабадишин Р. О. Нутриціологічні аспекти харчування людини [Електронний ресурс] / Р. О. Сабадишин // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2023. – № 1. – С. 40–47. – Режим доступу: <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2023.1.13709>

7. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. <http://nbuv.gov.ua> – сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського.
2. <http://korolenko.kharkov.com> – сайт Харківської державної наукової бібліотеки імені В.Г. Короленка.
3. <https://mon.gov.ua/> – офіційний сайт МОН України.

8. ІНШЕ

1. Положення про запобігання, попередження та врегулювання випадків, пов'язаних із сексуальними домаганнями і дискримінацією у ХНМУ
[2https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_sex.pdf](https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_sex.pdf)
2. Положення про академічну доброчесність та етику академічних взаємовідносин в Харківському національному медичному університеті https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/05/polog_ad-1.pdf
3. Положення про Комісію з академічної доброчесності, етики та управління конфліктами ХНМУ
4. https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/11/pol_komis_ad.pdf
5. Положення про визнання результатів неформальної освіти в Харківському національному медичному університеті https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/10/nakaz7-11-22_neform_osv22.pdf
6. Інклюзивна освіта: https://knmu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/12/proekt_polog_inkl_navch.pdf

