

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТАВРІЙСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРОТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ДМИТРА МОТОРНОГО

Факультет агротехнологій та екології
Кафедра харчових технологій та готельно-ресторанної справи

СИЛАБУС
з навчальної дисципліни
«ХАРЧУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ»
(<http://www.tsatu.edu.ua/tpzpsg/4710-2/>)

Викладач (і)	к.с.-г.н., доц. Жукова Валентина Федорівна http://www.tsatu.edu.ua/tpzpsg/people/zhukova-valentyana-fedorivna/
Кількість кредитів	4
Загальна кількість годин	120

Загальний опис навчальної дисципліни

Анотація курсу.

Курс «Харчування різних категорій населення» є дисципліною, за допомогою якої студенти здобувають необхідні знання та вміння для забезпечення збалансованості раціонів із урахуванням соціальних зрушень, технічного прогресу та розвитку різноманітних типів підприємств харчування; розробляють конкретні рекомендації щодо виробництва та застосування нових продуктів та харчових добавок, максимального використання їх цінності для організму. У дисципліні вивчаються значення різних компонентів їжі для організму, фізіологічні основи складання харчових раціонів для різних верств населення

Мета дисципліни – набуття майбутніми фахівцями теоретичних знань і практичних навичок із загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування різних груп населення і запобігання захворювань аліментарного походження в сучасних умовах.

Завданням дисципліни є:

- знати потреби організму в енергії: значення нутрієнтів для організму, основи збалансованого харчування та шляхи його реалізації,
- особливості раціонів харчування людей залежно від віку, характеру трудової діяльності,
- 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, метаболічних порушень в організмі.

Результати навчання (компетентності)

У результаті вивчення дисциплін студент повинен:

знати:

- основи раціонального харчування різних груп населення,
- особливості дитячого, лікувально-профілактичного та дієтичного харчування;

- завдання харчової промисловості у створенні продуктів спеціального харчування,

- особливості впливу аліментарного фактора на здоров'я людини і заходи щодо попередження захворювань, зміцнення здоров'я та збільшення тривалості активного життя шляхом впровадження принципів раціонального харчування і вимог до якості і безпеки споживаних харчових продуктів.

вміти:

- визначати потреби організму в енергії та харчових джерелах залежно від різних факторів;

- складати раціон харчування для різних верств населення;

– аналізувати харчування окремих людей залежно від віку, статі, виду діяльності; – складати харчовий раціон з врахуванням особливостей окремих груп населення;

- розраховувати хімічний склад і енергетичну цінність раціонів для різних груп населення;

– визначати добову витратну енергію залежно від фізичної активності людини;

– визначити добову потребу білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів;

- працювати з нормативною та довідковою літературою з питань харчування різних груп населення.

Орієнтовний перелік тем лекцій

1. Харчування майбутніх батьків для забезпечення репродуктивного здоров'я.

2. Харчування людей з високим рівнем фізичної активності.

3. Підходи до харчування при наявності надлишкової ваги.

4. Вимоги до харчування під час вагітності та годування груддю.

5. Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя.

6. Особливості харчування дітей та підлітків.

7. Ефективна модель харчування для людей розумової праці.

8. Особливі харчові потреби людей похилого віку.

Орієнтовний перелік тем лабораторних занять

1. Оздоровчі харчові продукти для окремих груп населення
2. Вимоги до режиму харчування різних груп населення. Алгоритм розрахунку та оцінки кількісного та якісного складу харчового раціону.
3. Вивчення особливостей норм харчування для дітей і підлітків
4. Біологічно активні добавки до їжі. Нутрицевтики, парафармацевтики.
5. Харчування дорослого населення та енерговитрати залежно від виду трудової діяльності.
6. Методи розрахунку рівнів споживання харчової енергії.
7. Роль харчування у профілактиці ожиріння
8. Гігієнічне нормування збагачення вітамінами харчових продуктів.

Політика курсу

- ✓ Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За пропуски занять без поважної причини здобувач вищої освіти буде неатестований з даної дисципліни. Усі пропущені заняття мають бути відпрацьовані під час консультацій або на Освітньому порталі університету.
- ✓ Через об'єктивні причини (наприклад, карантин, хвороба, участь у конференції, науковому проекті, міжнародному стажуванні) навчання може відбуватись в on-line формі на Освітньому порталі ТДАТУ з використанням системи Moodle або за посередництва інших інформаційно-комунікаційних платформ чи технологій за погодженням із викладачем курсу.
- ✓ Списування під час виконання контрольних заходів, диференційованого заліку та екзамену заборонені, зокрема із використанням мобільних гаджетів, комунікаційних засобів тощо.
- ✓ Презентації та виступи мають бути авторськими (оригінальними).
- ✓ Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися академічної етики: виявляти дисциплінованість, вихованість, доброзичливість, чесність, відповідальність, дбайливо ставитись до обладнання та книжкового фонду ТДАТУ, виконувати графік освітнього процесу.

Рекомендована література

1. Нутриціологія: навч. посібник/ за ред. Н. В. Дуденко. – Х.: Світ книг, 2013. – 560 с.
2. Салавеліс А.Д Дяконова А.К. Бурдо А.К. Технологія продуктів дієтичного харчування : навч. посіб. – Одеса : Освіта України, 2016. – 388 с.
3. Павлоцька, Л. Ф. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів : навч. посібник : рекомендовано МОН України / Л. Ф. Павлоцька, Н. В. Дуденко, Л. Р. Димитрієвич. - Суми : Університетська книга, 2020. - 441 с.
4. Кручаниця М.І., Миронюк І.С., Розумикова Н.В., Кручаниця В.В., Брич В.В., Кіш В.П. Основи харчування: підручник. – Ужгород: Вид-во УжНУ Говерла, 2019. – 252 с.
5. Nutrition Counseling and Education Skills: A Guide for Professionals 7th Edition/Judith Beto, Betsy Holli , - 2018, p. 220-245.