

	<h2 style="margin: 0;">СИЛАБУС</h2> <h3 style="margin: 0;">НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ</h3> <h4 style="margin: 0;">«ОСНОВИ АЮРВЕДИЧНОГО ХАРЧУВАННЯ»</h4> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Рівень вищої освіти:</b> другий (магістерський)</p> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Спеціальність:</b> G 13 Харчові технології</p> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Рік навчання:</b> <u>2-й, семестр 3-й</u></p> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Кількість кредитів ECTS:</b> <u>4 кредити</u></p> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Назва кафедри:</b> <u>біоінженерії, біо- та харчових технологій</u></p> <p style="margin: 5px 0 0 0;"><b>Мова викладання:</b> <u>українська</u></p>
<b>Лектор курсу</b>	<b>к.с.г.н., доц. Овсієнко Світлана Миколаївна</b>
<b>Контактна інформація лектора (e-mail)</b>	<b><u><a href="mailto:son@vsau.vin.ua">son@vsau.vin.ua</a></u></b>

### ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна «Основи аюрведичного харчування» є вибірковою компонентою ОПП.

Загальний обсяг дисципліни 120 год.: лекції – 16 год.; практичні заняття – 14 год., самостійна робота – 90 год.

Формат проведення: лекції, практичні заняття, консультації. Підсумковий контроль – залік.

При вивченні даної дисципліни можуть використовуватися знання, отримані з такої дисципліни: «Інноваційні технології галузі».

Основні положення навчальної дисципліни мають використовуватися при написанні кваліфікаційної роботи.

#### Призначення навчальної дисципліни

Освітня компонента «Основи аюрведичного харчування» спрямована на формування, розширення та поглиблення у здобувачів вищої освіти знань у сфері сучасних положень нутріціології та фізіології людини у поєднанні із наданнями аюрведичної науки про харчування, необхідних для теоретичного обґрунтування аюрведичних властивостей рослинної та тваринної сировини та навичок їх практичного застосування при розробці рецептур кулінарних страв, складанні раціону аюрведичного харчування. Знання основ аюрведичного харчування дозволяють по-новому підійти до розробки нових харчових продуктів, що сприятимуть адаптації організму до способу життя та навколишніх умов.

### **Мета вивчення навчальної дисципліни**

Метою вивчення навчальної дисципліни є формування у майбутніх фахівців практичних навичок з аюрведичної системи оздоровлення людини та теорії аюрведичного харчування; комбінування окремих харчових компонентів у кулінарії за аюрведичними канонами; формуванням рецептури аюрведичних страв на основі вітчизняної рослинної та тваринної сировини; складання раціону аюрведичного харчування

### **Завдання вивчення дисципліни**

Завдання дисципліни «Основи аюрведичного харчування» є ознайомлення майбутніх фахівців із основними термінами та поняттями у аюрведичній науці; опанування основами аюрведичної системи оздоровлення людини та теорії аюрведичного харчування; комбінувати окремі харчові компоненти у кулінарії за аюрведичними канонами; формувати рецептури аюрведичних страв на основі вітчизняної рослинної та тваринної сировини; складати раціон аюрведичного харчування.

## **ПЕРЕЛІК КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ, ЯКИХ НАБУВАЄ ЗДОБУВАЧ ПРИ ВИВЧЕННІ ДИСЦИПЛІНИ ВІДПОВІДНО ДО ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ**

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен сформувати такі програмні компетентності:

*Інтегральну компетентність (ІК):* Здатність розв'язувати задачі дослідницького та інноваційного характеру у сфері харчових технологій

*Загальні компетентності (ЗК):*

ЗК1. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК2. Здатність проводити дослідження на відповідному рівні.

*Спеціальні (фахові) компетентності (СК):*

СК3. Здатність захищати інтелектуальну власність у сфері харчових технологій.

СК6. Здатність забезпечувати якість та безпечність харчових продуктів під час впровадження технологічних інновацій на підприємствах галузі.

## **ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ВІДПОВІДНО ДО ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ**

ПРН2. Приймати ефективні рішення, оцінювати і порівнювати альтернативи у сфері харчових технологій, у тому числі невизначених ситуаціях та за наявністю ризиків, а також міждисциплінарних контекстах.

ПРН10. Планувати і виконувати наукові дослідження у сфері харчових технологій, аналізувати їх результати, аргументувати висновки.

ПРН11. Оцінювати та усувати ризики і невизначеності при прийнятті технологічних та організаційних рішень у виробничих умовах для забезпечення якості та безпечності харчових продуктів.

Вивчення даної дисципліни формує у здобувачів освіти соціальні навички (soft skills): комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, робота з інформаційними джерелами), робота в команді (реалізується через: метод проєктів), лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проєктів).

### ПЛАН ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назви теми	Форми організації навчання та кількість годин		Самостійна робота, кількість годин
		лекційні заняття	практичні заняття	
1	Основи аюрведичної теорії харчування	2		13
2	Загальні рекомендації аюрведичної кулінарії	2	2	11
3	Асортимент, рецептури і особливості технології продуктів з крупи та бобових в аюрведичному харчуванні	2	2	11
4	Технологія аюрведичних молочних продуктів	2	2	11
5	Асортимент, рецептури і особливості технології холодних страв та соусів в аюрведичному харчуванні	2	2	11
6	Склад та властивості різних видів прянощів, спецій	2	2	11
7	Якості фруктів і овочів та їх використання в аюрведичній кулінарії.	2	2	11
8	Асортимент, рецептури і особливості технології напоїв в аюрведичній кулінарії	2	2	11
<b>Разом</b>		<b>16</b>	<b>14</b>	<b>90</b>

### Самостійна робота здобувача вищої освіти

Організовується шляхом видачі індивідуального переліку питань і практичних завдань з кожної теми, які не виносяться на аудиторне опрацювання та виконання індивідуального творчого завдання (гугл-презентації).

Самостійна робота здобувача є одним із способів активного, цілеспрямованого набуття нових для нього знань та умінь. Вона є основою його підготовки як фахівця, забезпечує набуття ним прийомів пізнавальної діяльності, інтерес до творчої роботи, здатність вирішувати наукові та практичні завдання.

Виконання здобувачем самостійної роботи передбачає за необхідності, отримання консультацій або допомоги відповідного фахівця. Навчальний матеріал навчальної дисципліни, передбачений робочою програмою для засвоєння здобувачем у процесі самостійної роботи, виносяться на поточний і підсумковий контроль поряд з навчальним матеріалом, який опрацьовувався під час аудиторних занять. Організація самостійної роботи здобувачів передбачає: планування обсягу, змісту, завдань, форм і методів контролю самостійної роботи, розробку навчально-методичного забезпечення; виконання здобувачем запланованої самостійної роботи; контроль та

оцінювання результатів, їх систематизацію, оцінювання ефективності виконання здобувачем самостійної роботи.

Індивідуальні завдання здобувач виконує самостійно під керівництвом викладача згідно з індивідуальним навчальним планом.

У випадку реалізації індивідуальної освітньої траєкторії здобувача заняття можуть проводитись за індивідуальним графіком.

### **Види самостійної роботи**

№ з/п	Вид самостійної роботи	Години	Терміни виконання	Форма та метод контролю
1	Підготовка до лекційних та практичних занять	18	Щотижнево	Усне та письмове опитування
2	Підготовка самостійних питань з тематики дисципліни	34	Щотижнево	Усне та письмове опитування, тестування
3	Індивідуальні творчі завдання (виконання презентації за заданою проблемною тематикою)	24	1 раз на семестр	Спостереження за виконанням, обговорення, виступ з презентацією, усний захист
4	Підготовка до контрольних робіт та тестування	14	2 рази на семестр	Тестування
<b>Разом</b>		<b>90</b>		

### **РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

#### **Основні**

1. Фролова Н.Е., Неміріч О.В., Силка І.М. Технологія аюрведичних харчових продуктів [Електронний ресурс]: конспект лекцій для здобувачів освітнього ступеня «Магістр» спеціальності 181 «Харчові технології» освітньо-професійної програми «Технології аюрведичних харчових продуктів» денної форми навчання. К.: НУХТ, 2019. 249 с.

2. Домарецький В.А., Остапчук М.В., Українець А.І. Технологія харчових продуктів. К.: НУХТ, 2003. 572с.

3. П'ятницька Г. Т., П'ятницька Н. О. Інноваційні ресторанны технології: основи теорії : навч. посіб. Київ: Кондор, 2013. 250 с.

4. Сімахіна Г. О., Українець А. І. Інноваційні технології та продукти. Оздоровче харчування. Київ, 2010. 294 с.

#### **Додаткові**

1. Дмітрієва А.В. Вступ до ведичної медицини. Наукове видання. Київ. 2015. 129 с.

2. Боде М. Аюрведа в ХХІ столітті: логіка, практика та етика. *Медичний плюралізм у сучасній Індії*. Нью-Делі: Orient Blackswan, 2012. С. 59-76.

3. Макалюк К. О., Залужний Т. В., Фролова Н. Е. Розроблення технології соусів за аюрведичною системою персоналізованого харчування для рестораних закладів. *«Інноваційні та ресурсозберігаючі технології*

харчових виробництв»: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Полтава: ПДАУ, 2021. С. 33-36.

4. Ющенко Н.М., Маринін А.І., Чернова В.Д., Савіцька А.О., Новіков В.В., Шевченко В.Ю., Плюта В.В. Розробка рецептур харчової продукції з рослинної сировини на основі принципів аюрведичної дієтології. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Технічні науки»*. 2022. Том 33 (72). № 1. С. 257-263.

5. Фролова Н.Е., Польова О.А., Цикало Д.Ю., Віноградов В.М., Демчук П.В., Біленький П.С. Про можливості розширення Аюрведичної продукції з природними рослинними джерелами. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Технічні науки»*. 2023. Том 34 (73). № 1. С. 242-247.

6. Фролова Н.Е., Байбак С.В., Коваленко О.П., Кучерявий І.А. Розробка технології чайних напоїв відповідно до приписів аюрведичної кулінарії. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В. І. Вернадського. Серія «Технічні науки»*. 2021. Т. 32(71). № 1. Ч. 2. С. 57-62.

7. Frolova N., Yushchenko N., Slusarenko V., Avramenko M., Luka A., Piatyhorets A. Development of technology of ayurvedic culinary products with natural plant components. *Technology audit and production reserves*. 2018. Vol. 6. P. 48-54.

8. Фролова, Наталія & Sylka, Iryna & Nemirich, Aleksandra & Kuzmin, Oleh. (2019). Investigation of using natural aromatizers of lemon essential oil in ayurvedic culinary. *EUREKA: Life Sciences*. 2019. Vol. 2. P. 58-64.

9. Фролова Н.Е., Макалюк К.О., Ковальова О.А., Карпенко Л.М., Залужний Т.В. Наукові дослідження розширення продукції ресторанних технологій за аюрведичними рекомендаціями. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Технічні науки»*. 2023. Том 33 (72). № 1. С. 251-256.

10. Sarkar P., Lohith K., Dhumal C., Traditional and ayurvedic foods of Indian origin. *Journal of Ethnic Foods*. 2015. № 3. P. 97–109.

### Інформаційні ресурси

Електронні джерела

- Google (пошук на усіх мовах)
- Мета (українськомовна пошукова система)

Відкриті бази і реєстри

- Вікіпедія
- СВІТ: [http://www.nas.gov.ua/svit/Article/Pages/10\\_4748\\_4.aspx](http://www.nas.gov.ua/svit/Article/Pages/10_4748_4.aspx)
- МСМБ, «Екологічна безпека – основа національної безпеки» [http://www.msmb.org.ua/books/thematic\\_bibliography/272/](http://www.msmb.org.ua/books/thematic_bibliography/272/)
- Наукова періодика України: <http://www.nbu.gov.ua/portal/natural/Ebtp/index.html>
- Українські реферати: <http://ua-referat.com>

## СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ ДО КОНТРОЛЮ ЗНАТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У кінці семестру, здобувач вищої освіти може набрати до 60% підсумкової оцінки за виконання всіх видів робіт, що виконуються протягом семестру, до 10% за показники наукової, інноваційної, навчальної, виховної роботи та студентської активності і до 30% підсумкової оцінки – за результатами підсумкового контролю.

### Розподіл балів за видами навчальної діяльності

	Вид навчальної діяльності	Бали
<b>Атестація 1</b>		
1	Присутність на лекційних заняттях	5
2	Робота на практичних заняттях	15
3	Виконання контрольних робіт, тестування	5
4	Підготовка самостійних питань з тематики дисципліни	5
<b>Всього за атестацію 1</b>		<b>30</b>
<b>Атестація 2</b>		
1	Присутність на лекційних заняттях	5
2	Робота на практичних заняттях	15
3	Виконання контрольних робіт, тестування	5
4	Підготовка самостійних питань з тематики дисципліни	5
<b>Всього за атестацію 2</b>		<b>30</b>
<b>Показники наукової, інноваційної, навчальної, виховної роботи та студентської активності</b>		<b>10</b>
<b>Підсумкове тестування</b>		<b>30</b>
<b>Разом</b>		<b>100</b>

Якщо здобувач упродовж семестру за підсумками контрольних заходів набрав менше 35 балів, то він не допускається до заліку. Крім того, обов'язковим при мінімальній кількості балів за підсумками контрольних заходів є виконання індивідуальної творчої роботи (презентації).

Під час виконання навчальних завдань, завдань контрольних заходів не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими та оригінальними, інформація про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності – достовірною; у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей мають бути посилання на джерела інформації з дотриманням норм законодавства про авторське право і суміжні права.

Програма навчальної дисципліни передбачає врахування результатів неформальної та інформальної освіти при наявності підтверджуючих документів як окремі кредити вивчення навчальних дисциплін.

### Відповідність шкал оцінок якості засвоєння навчального матеріалу

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для заліку
90 – 100	A	зараховано
82-89	B	
75-81	C	
66-74	D	
60-65	E	
35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни