



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ»

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)
Спеціальність: 241 Готельно-ресторанна справа
Рік навчання: 1-й, семестр 2-й
Кількість кредитів ECTS: 4 кредити
Назва кафедри: Харчових технологій та мікробіології
Мова викладання: українська

Лектор курсу	к.с.г.н., доц. Овсієнко Світлана Миколаївна
Контактна інформація лектора (e-mail)	son@vsau.vin.ua

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Оздоровче харчування» є вибірковою компонентою ОПП.

Загальний обсяг дисципліни 120 год.: лекції - 24 год.; практичні заняття - 22 год., самостійна робота - 74 год.

Формат проведення: лекції, практичні заняття, семінарські заняття, консультації.

Підсумковий контроль – залік.

Призначення навчальної дисципліни

Вивчення дисципліни «Основи здорового харчування» лежить в основі організації раціонального харчування як складової загальної задачі формування здорового способу життя людей.

Метою вивчення навчальної дисципліни

сформувати у студентів вміння і навички з організації системи харчування здорової та хворої людини на різних вікових етапах шляхом застосування сучасних наукових положень нутрицітології та з організації харчування в лікувально-профілактичних, оздоровчих і навчальних установах, а також методів профілактики за допомогою спеціально підібраної дієти.

Завдання вивчення дисципліни

Знати основи фізіології та біохімії харчування, раціонального харчування різних вікових, професійних та нозологічних груп населення;

обґрунтовувати принципи профілактики харчових отруєнь, гострих кишкових інфекцій та захворювань аліментарного походження;

з'ясувати актуальні проблеми сучасних напрямів в фізіології харчування та встановити їх зв'язок зі здоров'ям та працездатністю населення;

вміти розраховувати фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах; надавати обґрунтування енергетичної цінності та нутрієнтного складу раціону харчування;

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

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

Інтегральна компетентність: Здатність розв'язувати складні задачі дослідницького та/або інноваційного характеру готельно-ресторанної справи.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел

ЗК3. Здатність до аналізу, оцінки, синтезу, генерування нових ідей

Спеціальні (фахові) компетентності (ФК):

СК 1. Здатність застосовувати науковий, аналітичний, методичний інструментарій, використовувати міждисциплінарні дослідження аналізу стану розвитку глобальних та локальних ринків готельних та ресторанних послуг для розв'язання складних задач розвитку готельного і ресторанного бізнесу.

СК 4. Здатність створювати і впроваджувати продуктивні, сервісні, організаційні, соціальні, управлінські, інфраструктурні, маркетингові інновації у господарську діяльність суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу.

СК 8. Здатність розробляти антикризові програми корпорацій, готельних та ресторанних мереж, суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу.

ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ВІДПОВІДНО ДО ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ

РН 7. Досліджувати моделі розвитку міжнародних та національних готельних і ресторанних мереж (корпорацій).

РН 8. Ініціювати, розробляти та управляти проектами розвитку суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу із врахуванням інформаційного, матеріального, фінансового та кадрового забезпечення.

РН 11. Здійснювати дослідження та/або провадити інноваційну діяльність з метою отримання нових знань та створення нових технологій та видів послуг (продукції) в сфері готельно-ресторанного бізнесу та в ширших мультидисциплінарних контекстах.

Вивчення даної дисципліни формує у здобувачів освіти соціальні навички (softskills): комунікативність (реалізується через: метод роботи в групах, метод самопрезентації), робота в команді (реалізується через: метод проєктів), лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проєктів, метод самопрезентації).

ПЛАН ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з.п	Назва теми	Форми організації навчання та кількість годин		Самостійна робота, кількість годин
		лекційні заняття	практичні заняття	
1	Харчування людини як медико-біологічна та соціально-економічна проблема. Енергетична цінність (калорійність) продуктів харчування.	2	2	7
2	Нормування білків у раціонах харчування.	4	2	7
3	Фізіологічна роль мікроелементів.	2	2	7
4	Тема 3. Значення та фізіологічна роль мікроелементів. Розрахунок харчового раціону	2	2	7
5	Тема 4. Методи визначення енергетичної цінності (калорійності) продуктів харчування	2	2	7
6	Лекція 4. Фізіолого-гігієнічне значення вітамінів та проблема забезпечення ними організму.	2	2	7
7	Лекція 5. Обмін речовин і енергії.	2	4	9
8	Лекція 6. Загальна характеристика раціонального харчування Основні альтернативні системи харчування..	4	2	9
9	Лекція 7. Харчування різних вікових груп населення згідно фізіолого	2	2	7

	- гігієнічним принципам. Фізіолого – гігієнічні основи лікувального харчування			
10	Основні джерела та фізіологічна потреба у вітамінах	2	2	7
	Разом	24	22	74

Самостійна робота здобувача вищої освіти

Самостійна робота студента 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).

Виконання здобувачем самостійної роботи передбачає, за необхідності, отримання консультацій з викладачем. Навчальний матеріал освітньої компоненти, передбачений робочою програмою для засвоєння здобувачем у процесі самостійної роботи, виноситься 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

№	Вид самостійної роботи	Години	Терміни виконання	Форма та метод контролю
1	Підготовка до лекційних та практичних занять	24	щотижнево	Усне та письмове опитування, тестовий контроль, обговорення проблемних питань, вирішення ситуаційних задач
2	Підготовка самостійних питань з тематики дисципліни	30	щотижнево	Усне та письмове опитування, обговорення проблемних питань
3	Індивідуальні творчі завдання	10	1 раз	Захист індивідуального завдання, обговорення, виступ з презентацією

4	Підготовка до контрольних заходів	10	2 рази	Тестування
Разом		74		

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література:

1. Аранчій В.І., Томілін О.О., Дорогань-Писаренко Л.О. Фінансовий менеджмент: навч. посібник. РВВ ПДАУ. 2021. 300 с.
2. Дикань В. Л., Токмакова І. В., Овчиннікова В. О. та ін Економічна діагностика : підручник /. Харків: УкрДУЗТ, 2022. 284 с.
3. Економіка і бізнес: підручник / за ред. д.е.н., проф. Л. Г. Мельника, д.е.н., проф. О.І. Карінцевої. Суми: Університетська книга, 2021. 316 с.
4. Костирко Л.А., Терещенко О.О., Костирко Р.О., Серета О.О. Вартісно-орієнтоване управління фінансами підприємств: Навчальний посібник. Сєвєродонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. 466 с.
5. Фінансовий менеджмент : підручник / за ред. д-ра екон. наук, проф. М. І. Крупки ; [М. І. Крупка, О. М. Ковалюк, В. М. Коваленко та ін.]. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2019. 440 с

Додаткова література:

1. Березін О. В., Безпарточний М. Г. Управління проектами: навчальний посібник. Суми: Університетська книга. 2017. 272 с.
2. Васюткіна Н.В. Антонов Т.А. Концептуальний підхід до формування інноваційної активності підприємств з використанням особливостей цифрової економіки. *Економіка та управління*. 2020. № 1. С. 12-16
3. Залізнюк В. П., Сафонік Н. П., Кая А. С. Сучасні тенденції інноваційної діяльності підприємств України у міжнародному економічному просторі. *Економічний вісник Дніпровської політехніки*. 2021. №4 (76). С. 183-189. URL: <https://doi.org/10.33271/ebdut/76.183>
4. Ковальчук А. М., Сафонік Н. П., Карпенко І. О. Особливості формування економічного потенціалу підприємства із позицій його іміджу в умовах адаптації до змін. *Бізнес Інформ*. 2021. №11. С. 287–293. DOI: 10.32983/2222-4459-2021-11-287-293
5. Комплексна оцінка вартості підприємства : Монографія / [Р.О. Костирко, Н.В. Тертична, В.О. Шевчук]; За заг. ред. докт. екон. наук, академіка НАН України М.Г. Чумаченка. – 2-ге вид.перероб.і доп. Х.: Фактор, 2008. 278 с.
6. Копитко М. І. Управління інноваціями: навчальний посібник для самостійного вивчення дисципліни у схемах і таблицях. Львів: *ЛьвДУВС*. 2019. 292 с.

7. Петренко Н.О., Кустріч Л.О., Гоменюк М.О. Управління проектами: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури. 2017. 224 с.

8. Ставська Ю.В. Особливості та зміст інновацій у сфері гостинності. *Економіки. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики*, 2018. Випуск 3'2018 (31). С. 35-46.

Інформаційні ресурси:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws>

<https://www.ukrstat.gov.ua/>

<http://www.me.gov.ua>

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ ДО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ 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
Атестація 1		
1	Участь у дискусіях на лекційних заняттях	5
2	Участь у роботі на практичних заняттях	10
3	Виконання самостійної роботи	5
4	Рубіжний контроль	10
	Всього за атестацію 1	30
Атестація 2		
5	Участь у дискусіях на лекційних заняттях	5
6	Участь у роботі на практичних заняттях	15
7	Виконання самостійної роботи	10
	Всього за атестацію 2	30
	Індивідуальні та групові творчі завдання (виконання презентації за заданою проблемною тематикою, виконання макетів, виступ на наукових конференціях)	10
	Підсумкове тестування (залік)	30
	Разом	100

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).

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

Шкала оцінки знань здобувача

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
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