

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я

**Силабус навчальної дисципліни
«Нутриціологія»**

Обсяг навчальної медицини	Загальна кількість годин на дисципліну: 120 годин, 4 кредити ЄКТС
Дні, час, місце проведення навчальної дисципліни	За розкладом занять. Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я. Одеса, вул. Пастера 11.
Викладач (-і):	Професор Бабієнко Володимир Володимирович Ст. викл. Рожнова А.М. Доцент Шанигін А.В. Доцент Горошков О.В. Доцент Коболєв Є.В. Ст. викл. Дубовик С.Л. Ст. викл. Ватан М.М.
Контактна інформація	Довідки за телефонами: Рожнова Анастасія Михайлівна, завуч кафедри 0931010117; E-mail: anastasiia.rozhnova@onmedu.edu.ua Очні консультації: з 14.00 до 17.00 кожного четверга, з 9.00 до 14.00 кожної суботи Онлайн - консультації: з 16.00 до 18.00 кожного четверга, з 9.00 до 14.00 кожної суботи за попередньою домовленістю. Посилання на онлайн - консультацію надається кожній групі під час занять окремо.

КОМУНІКАЦІЯ

Комунікація зі здобувачами буде здійснюватися аудиторно (очно).

Під час дистанційного навчання комунікація здійснюється через платформу Microsoft Teams, а також через листування електронною поштою, месенджери Viber (через створені у Viber групи для кожної групи, окремо через старосту групи).

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет вивчення дисципліни – нутриціологія.

Мета дисципліни: формування у здобувача вміння і навичок з організації системи харчування здорової та хворої людини на різних вікових етапах шляхом застосування сучасних наукових положень нутриціології та з організації харчування в лікувально - профілактичних, оздоровчих і навчальних установах, а також методів профілактики за допомогою спеціально підібраної дієти.

Завдання навчальної дисципліни:

1. Здатність до визначення характеру харчування при лікуванні захворювань.
2. Здатність до проведення санітарно-гігієнічних та профілактичних заходів.

Очікувані результати:

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я

Знати:

- Роль харчування у функціонуванні основних систем організму людини
- основні анатомо-фізіологічні дані щодо структури і функцій органів травлення;
- Фізіологічне значення компонентів продуктів харчування - білків, ліпідів, вуглеводів, вітамінів, мінеральних речовин та їх оптимальні потреби відповідно до стану організму за конкретних умов існування;
- Фізіологічну потребу здорової людини в основних нутрієнтах;
- Основні теорії харчування: раціональне, збалансоване, адекватне, диференційоване, індивідуальне, значення режиму харчування;
- Оздоровчу дію продуктів харчування на організм людини;
- Основи дієтології, характеристики основних дієт, організацію харчування людей різних верств населення;
- Особливості харчування при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної системи, органів травлення, нирок та ендокринної системи;
- Фізіолого - гігієнічні основи раціонального харчування різних вікових груп населення;

Вміти:

- Володіти методичним інструментарієм реалізації законів раціонального та оздоровчого харчування, вимог до харчового раціону, режиму харчування та умов прийому їжі;
- Аналізувати харчування окремих людей залежно від віку, статі, виду діяльності;
- Складати харчовий раціон з врахуванням особливостей окремих груп населення; визначати енергетичну цінність продуктів харчування;
- Вираховувати енергетичні витрати здорових людей; –
Визначати основний обмін людини;
- Визначати добову витратну енергію залежно від фізичної активності людини;
- Визначити добову потребу білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів;
– пояснити різні теорії, концепції та школи харчування; -пропагувати принципи здорового харчування.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Форми і методи навчання:

Дисципліна буде викладатися у формі практичних занять; організації самостійної роботи здобувача.

Методи навчання:

Практичні заняття: розповідь, пояснення, бесіда, інструктаж, дискусія, диспут, обговорення проблемних ситуацій, ситуаційне навчання; ілюстрація (у тому числі мультимедійні презентації), демонстрація, метод безпосереднього спостереження, тренувальні та творчі вправи; практичні роботи; метод проектів (проектування).

Самостійна робота: передбачає підготовку до кожного практичного заняття.

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Предмет, мета та завдання дисципліни. Основні лікувально оздоровчі методики.

Тема 2. Особливості організації дієтичного харчування.

Тема 3. Вплив їжі на організм людини і основи побудови харчових раціонів.

Тема 4. Основні принципи дієтичного харчування. Характеристика та принципи побудови лікувальних дієт.

Тема 5. Харчова алергія і непереносимість деяких компонентів їжі.

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я

- Тема 6. Добові норми харчування пацієнтів у медичній організації, санаторіях, профілакторіях
- Тема 7. Взаємозамінність продуктів при приготуванні дієтичних страв, заміна продуктів по білках і вуглеводах.
- Тема 8. Якісний склад харчових продуктів. Значення білків, жирів та вуглеводів в раціоні харчування. Вітаміни, мікро- та макроеlementи.
- Тема 9. Харчування вагітних і годуючих.
- Тема 10. Зміни хімічних складових сировини під час термічної обробки.
- Тема 11. Технології харчових продуктів рослинного походження, їх значення в дієтичному харчуванні: овочі, фрукти, горіхи.
- Тема 12. Значення напоїв, прянощів в дієтичному харчуванні.
- Тема 13. Цукри, цукрозамінники в дієтичному харчуванні.
- Тема 14. Взаємозамінність продуктів при приготуванні дієтичних страв, заміна продуктів по білках і вуглеводах.
- Тема 15. Водорозчинні вітаміни: харчова цінність, властивості, будова, вплив теплової обробки та засобів зберігання на харчову цінність вітамінів.
- Тема 16. Технологія приготування дієтичних овочевих страв.
- Тема 17. Технологія приготування дієтичних круп'яних страв
- Тема 18. Технологія приготування дієтичних напоїв.

Перелік рекомендованої літератури:

Основна:

1. М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк, Н.В. Розумикова, В.В. Кручаниця, В.В. Брич, В.П. Кіш/ОСНОВИ ХАРЧУВАННЯ/Підручник/Ужгород – 2019 -252с.
2. О.В. Олабоді/Харчування і здоров'я /дайджест Вип. 26/ Київ-2017 – 26с.

Додаткова?

1. Павлоцька Л.Ф та ін. /НУТРИЦІОЛОГІЯ Частина 1. Загальна нутриціологія/Харків – 2012 – 373с.
2. Н.М.Зубар/ Фізіологія харчування/Практикум/ Київ-2013 – 208с.
3. GENIUS FOODS. Max Lugavere/ Digital Edition MARCH 2018/ 561с.

ОЦІНЮВАННЯ

Форми і методи поточного контролю: усний (опитування), тестування, оцінювання виконання практичних вправ, оцінювання комунікативних навичок, розв'язання ситуаційних клінічних завдань, оцінювання активності на занятті та самостійної роботи студентів.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Здобувач вільно володіє матеріалом, приймає активну участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної задачі, впевнено демонструє практичні навички під час виконання та інтерпретації практичної роботи з теми заняття, висловлює свою думку з теми заняття.
Добре «4»	Здобувач добре володіє матеріалом, приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної задачі, демонструє практичні навички під час виконання практичної роботи з деякими помилками, висловлює свою думку з теми заняття.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я

Задовільно «3»	Здобувач недостатньо володіє матеріалом, невпевнено приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної задачі, з суттєвими помилками виконує практичну роботу.
Незадовільно «2»	Здобувач не володіє матеріалом, не приймає участь в обговоренні та вирішенні ситуаційної задачі, не демонструє практичні навички під час виконання практичної роботи з теми заняття.

Форми і методи підсумкового контролю: залік.

Залік, виставляється здобувачу, який виконав усі завдання робочої програми навчальної дисципліни, приймав активну участь у практичних заняттях, виконав індивідуальне завдання та має середню поточну оцінку не менше ніж 3,0 і не має академічної заборгованості.

САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Самостійна робота передбачає підготовку до кожного практичного заняття та заліку.

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Політика щодо дедлайнів та перескладання:

- Пропуски занять з неповажних причин відпрацьовуються за розкладом черговому викладачу.
- Пропуски з поважних причин відпрацьовуються за індивідуальним графіком з дозволу деканату.
- Перескладання незадовільної оцінки проводиться в дні консультацій і відпрацювань; при дистанційному навчанні – в терміни, визначені й узгоджені з викладачем.

Політика щодо академічної доброчесності:

Обов'язковим є дотримання академічної доброчесності здобувачами, а саме:

- самостійне виконання всіх видів робіт, завдань, форм контролю, передбачених робочою програмою даної навчальної дисципліни;
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Неприйнятними у навчальній діяльності для учасників освітнього процесу є:

- використання родинних або службових зв'язків для отримання позитивної або вищої оцінки під час здійснення будь-якої форми контролю результатів навчання або переваг у науковій роботі;
- використання під час контрольних заходів заборонених допоміжних матеріалів або технічних засобів (шпаргалок, конспектів, мікро-навушників, телефонів, смартфонів, планшетів тощо);
- проходження процедур контролю результатів навчання підставними особами.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності:

- зниження результатів оцінювання контрольної роботи, оцінки на занятті, заліку тощо;
- повторне проходження оцінювання (контрольної роботи, заліку тощо);
- призначення додаткових контрольних заходів (додаткові індивідуальні завдання, контрольні роботи, тести тощо);
- проведення додаткової перевірки інших робіт авторства порушника.

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра гігієни, медичної екології та громадського здоров'я

Політика щодо відвідування та запізень:

Відвідування всіх видів аудиторних занять (лекцій, практичних занять) є обов'язковим.

Форма одягу: медичний халат, який повністю закриває верхній одяг, або лікарська піжама, шапочка, маска, змінне взуття.

Обладнання: зошит, ручка, методичні вказівки, альбом.

Стан здоров'я: здобувачі хворі на гострі інфекційні захворювання, у тому числі на респіраторні хвороби, до заняття не допускаються.

Здобувач, який спізнився на заняття, може бути на ньому присутній, але якщо в журналі викладач поставив «нб», він повинен його відпрацювати у загальному порядку.

Використання мобільних пристроїв:

Мобільні пристрої можуть бути застосовані здобувачами з дозволу викладача, якщо вони потрібні для виконання завдання.

Поведінка в аудиторії:

Поведінка здобувачів та викладачів в аудиторіях має бути робочою та спокійною, суворо відповідати правилам, встановленим Положенням про академічну доброчесність та етику академічних взаємин в Одеському національному медичному університеті, у відповідності до Кодексу академічної етики та взаємин університетської спільноти Одеського національного медичного університету, Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату у науково-дослідній та освітній роботі здобувачів вищої освіти, науковців та викладачів Одеського національного медичного університету.