



Силабус дисципліни «СУЧАСНІ АСПЕКТИ НУТРИЦІОЛОГІЇ»

Викладач: Козій Михайло Степанович

професор (б.в.з.) кафедри медичної біології та фізики, мікробіології, гістології, фізіології та патофізіології ЧНУ ім. Петра Могили

Очікувані результати навчання

В результаті вивчення дисципліни студенти мають:

– знати

значення нутриціології в практичній діяльності тренера; основні принципи і правила здорового харчування; основні графічні моделі здорового раціону; класифікацію харчових речовин; норми фізіологічних потреб в енергії та харчових речовинах; хімічний склад продуктів харчування; основи корекції раціону харчування; значення харчування в профілактиці захворювань; основи використання біологічно активних добавок до їжі; основи здорового харчування спортсменів.

– вміти

здійснити якісний і кількісний аналіз раціону харчування; встановити фізіологічні потреби в енергії і харчових речовинах на основі таблиць «Норми фізіологічних потреб»; провести бесіду про реалізацію плану корекції раціону; навчити основам здорового харчування і адекватної фізичної активності; провести бесіду про значення харчування для профілактики захворювань спортсменів.

Пререквізити

Вивчення дисципліни «Сучасні аспекти нутриціології» передбачено на 6 курсі в 11 семестрі, коли студентом набуті відповідні знання з основних базових дисциплін, з якими інтегрується програма навчальної дисципліни. Для успішного навчання та опанування компетентностями з даної дисципліни доцільним є отримання знань з таких дисциплін як: медична біологія, медична та біологічна фізика, біологічна хімія, біоорганічна хімія, анатомія людини, мікробіологія, вірусологія, та імунологія, фізіологія та патологічна фізіологія, основи біоетики, гігієни та екології людини

Обсяг: 4 кредити ECTS (120 год.), з яких 80 годин самостійної роботи.

Мета дисципліни – формування у студентів необхідних знань, умінь, дій, цільових завдань, навичок та професійного світогляду фахівця спеціальності 091 Біологія з основ раціонального харчування здорової людини, оцінки індивідуального харчового статусу організму та причин його порушення, нутриціологічної характеристики основних продуктів харчування.

Зміст дисципліни

- Тема 1. Нутриціологічні основи раціонального харчування. Харчування та здоров'я.
Тема 2. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика основних продуктів харчування, їх гігієнічне значення у профілактиці захворювань.
Тема 3. Харчові продукти спеціального призначення. Дієтичні добавки, їх використання.
Тема 4. Харчові добавки їх класифікацію, призначення та застосування. Генетично-модифіковані харчові продукти.
Тема 5. Фізіологія травлення і харчування. Основний і загальний обмін.
Тема 6. Оцінка індивідуального харчового статусу організму.
Тема 7. Харчування спортсменів.
Тема 8. Патофізіологія травлення.
Тема 9. Причини порушення вітамінного та мінерального статусів, шляхи вирішення проблеми.
Тема 10. Причини виникнення аліментарних та метаболічних порушень при різних захворюваннях (пропедевтика дієтології).

Пореквізити

Основні положення навчальної дисципліни мають застосовуватися при вивченні дисципліни в контексті попередження виникнення порушень різних фізіологічних станів та захворювань, для формування індивідуального здоров'я різних груп населення.

Семестровий контроль: екзамен

Оцінювання:

За семестр: 60 балів

За екзамен: 40 балів

Види робіт:

Підготовка самостійної роботи – 10 балів.

Опитування на практичних заняттях – 50 балів (10 занять по 5 балів).

Забезпечення освітнього процесу:

Навчально-методичний матеріал: конспекти лекцій та практичних занять.

Мережа Інтернет: доступ до сайтів університетів та інших сайтів, що необхідні для навчального процесу, система електронного навчання Moodle.

Обладнання: мультимедійний проектор.

Політика щодо дедлайнів:

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.

Політика щодо академічної доброчесності

Передбачає самостійне виконання практичних робіт та завдань. У разі виявлення плагіату роботи не зараховуються.

Критерії оцінювання семінарських (практичних) занять

Ступінь глибини знань з теми заняття, використання наукової термінології, володіння понятійним апаратом. Вміння працювати з навчальним матеріалом, правильність планування своєї самостійної роботи. Вміння будувати відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи наукову термінологію.

Критерії оцінювання самостійної роботи

При підготовці самостійної роботи з дисципліни важливими є наступні аспекти: точність визначень; наявність списку використаної літератури; наявність посилань на джерело для кожного визначення; повнота відповідей на усному опитуванні.