Силабус навчальної дисципліни
«ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ХАРЧУВАННЯ І НУТРИЦІОЛОГІЇ»

Освітня програма: Готельно-ресторанна справа
(мова навчання – українська)
Першого (бакалаврського) рівня
Спеціальність: J2 Готельно-ресторанна справа та кейтеринг
Рік навчання: 1
Семестр: 1

Структурний підрозділ	Кафедра туризму та готельно-ресторанної справи Природничо-економічний факультет
Викладач: 	**Прізвище, ім'я, по батькові викладача: Веселовська Таїсія Євгеніївна** **Науковий ступінь:** кандидат технічних наук **Посада:** доцент кафедри туризму та готельно-ресторанної справи **Профайл викладача: https://kafturyzmu.kpnu.edu.ua/veselovska-t-ie/** **E-mail: veselovska@kpnu.edu.ua** https://scholar.google.com/citations?user=S7B_Uw8AAAAJ&hl=uk&citsig=AMD79ooNZw4U6bQ8GKxiEh66_h5iUPLOfg **ORCID**: https://orcid.org/0000-0001-9361-1553 **Робоче місце:** ауд. 110 (кафедра туризму та готельно-ресторанної справи), навчальний корпус № 9, вул. П.Скоропатського, 52
Лінк на освітній контент дисципліни	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/search.php?search
Статус дисципліни	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС / години	5 кредитів ЄКТС / 150 год
Мова викладання	Українська
Форми навчання	Денна
Політика дисципліни	**Академічна доброчесність**. Очікується, що роботи здобувачів вищої освіти будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших здобувачів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. URL: https://integrity.kpnu.edu.ua/ **Відвідування занять**. Очікується, що всі здобувачі відвідають лекційні та практичні заняття курсу і мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом. «Положення про організацію освітнього процесу в КПНУ імені Івана Огієнка» URL: https://drive.google.com/file/d/1ZbMN35h-7ZSJBBOVvL2bTCaLtRbcQA86/view **Неформальна освіта**. Визнання КПНУ ім. І. Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом формальної або інформальної освіти регламентовано «Положенням про результатів навчання, здобутих шляхом формальної або інформальної освіти».

	URL: https://drive.google.com/file/d/19GCSM3y-K496gs8RQJp0mO9FjUJumB4T/view
Що будемо вивчати?	**Предметом** навчальної дисципліни є фізіологічні основи харчування здорової людини, нутриціологічна характеристика харчових продуктів, особливості їх споживання.
Чому це треба вивчати?	**Метою** вивчення дисципліни є: набуття майбутніми фахівцями теоретичних знань і практичних навичок із загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування людини в різних умовах життя та діяльності з основами нутріціології, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва харчової продукції, організація харчування населення. **Завданнями** дисципліни є: є формування у майбутніх фахівців вмінь і навичок з організації системи здорового харчування, засвоєння теоретичних та практичних основ щодо здорового харчування, сучасних концепцій про збалансоване харчування, енергетичні затрати організму, харчову та біологічну цінність харчових продуктів та харчових добавок.
Якими компетентностями можна оволодіти?	**Інтегральна компетентність:** здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми діяльності суб'єктів готельного і ресторанного бізнесу, що передбачає застосування теорій і методів системи наук, які формують концепції гостинності і характеризується комплексністю та невизначеністю умов. **Загальні компетентності**: ЗК 01. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя. ЗК 03 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК 08. Навики здійснення безпечної діяльності. ЗК 10. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. **Спеціальні (фахові, предметні) компетентності**: СК 01. Розуміння предметної області і специфіки професійної діяльності. СК 11 Здатність виявляти, визначати й оцінювати ознаки, властивості і показники якості продукції та послуг, що впливають на рівень забезпечення вимог споживачів у сфері гостинності.
Яких результатів навчання можна досягнути?	ПРН 02. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці базові поняття з теорії готельної та ресторанної справи, організації обслуговування споживачів та діяльності суб'єктів ринку готельних та ресторанних послуг, а також суміжних наук. ПРН 10. Розробляти нові послуги (продукцію), використовуючи сучасні технології виробництва та обслуговування споживачів. ПРН 22. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства на основі розуміння місця предметної області у загальній системі знань, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.
Зміст дисципліни	Тема 1 Вступ. Теорія інновацій. Сучасні погляди нутриціології на харчування людини. Тема 2 Основні теорії і концепції харчування. Альтернативні види харчування. Тема 3 Їжа, здоров'я людини. Анатомо-фізіологічні основи харчування. Тема 4. Харчування та енергетичний баланс. Тема 5. Функція вуглеводів та харчові волокна в обміні речовин. Глікемічний індекс. Тема 6. Обмін білків в організмі людини. Тема 7. Роль жирів у здоровому харчуванні.

	Тема 8. Функції вітамінів. Патологічні стани їх дефіциту. Тема 9. Структурні та метаболічні функції мінералів. Функції мікроелементів. Тема 10. Організація і побудова раціонального харчування Тема 11 Дієти. Водний баланс. Тема 12 Класифікація і характеристика харчових та дієтичних добавок. Тема 13. Їжа, пребіотики, пробіотики, постбіотики та мікробіота. Тема 14. Технологічна та кулінарна обробка їжі, харчові добавки.
Методи навчання	Класичні та інтерактивні методи подання навчального матеріалу та забезпечення високого рівня його засвоєння студентами.
Інформаційне забезпечення	1. Смоляр В.І. Фізіологія та гігієна харчування. К.: Здоров'я, 2000. 336 с. 2. Павлоцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Цихановська І.В., Лазарєва Т.А., Александров О.В., Коваленко В.О., Скуріхіна Л.А., Євлаш В.В. Нутриціологія. Частина 1. Загальна нутриціологія. Навчальний посібник. Харків: УІПА, 2012. 371 с. https://kcollegeht.kr.ua/images/Electronni_pidruchniki/1.%D0%9E%D0%B1%D1%89%D0%B0%D1%8F%20%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F.pdf 3. Дуденко Н. В. (2022). Нутриціологія: навчальний посібник. Світ книг. с. 527. 4. Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів, правових, нормативно-правових та інших актів для закладів ресторанного господарства. Авт.-упоряд. Шалимінов О.В. Київ: Арій, 2014. 848 с. 5. Збірник рецептур страв і кулінарних виробів: Для підприємств громадського харчування. / Авт.-упоряд. Здобнов О.І., Циганенко В.О., Пересічний М.І. Київ: Арій, 2018. 688с 6. Затійчук А. Основи нутриціології: базові принципи та корисні звички.https://makebeauty.com.ua/nutrition-basics/ 7. Нутриціологія: як їжа впливає на людей і як скласти свій режим харчування. https://thepage.ua/ua/style/health/nutriciologiya-dlya-chajnikiv-yak-yizha-vplivaye-na-lyudej-i-yak-sklasti-svij-rezhim-harchuvannya 8. Практичні аспекти виконання закладами освіти вимог харчового законодавства. Платформа Prometheus/ URL: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+HACCP_BASE101+2023_T2
Обсяг дисципліни: види занять та години	Лекційні заняття: 30 год. Лабораторні заняття: 30 год. Самостійна робота: 90 год. Всього 150 год.
Система оцінювання результатів навчання	Система контролю знань включає в себе поточний та підсумковий контроль знань здобувачів. Зазначені форми контролю організовуються так, щоб стимулювати ефективну самостійну роботу здобувачів протягом семестру і забезпечити об'єктивне оцінювання їхніх знань. Завданням поточного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу, умінь самостійно опрацьовувати теоретичний та практичний матеріал, здатності осмислити зміст теми чи розділу, умінь публічно чи письмово представити певний матеріал (презентація). Об'єктами поточного контролю знань здобувача вищої освіти є: – систематичність та активність роботи протягом семестру; - виконання лабораторних робіті їх захист; – виконання завдань для самостійного опрацювання; – виконання завдань модульного контролю. *Видом підсумкового контролю навчальної дисципліни є екзамен.*

Критерії та норми оцінювання знань, умінь і навичок студентів

Розподіл балів для дисциплін, видом підсумкового контролю яких є екзамен:

Поточний і модульний контролі ЗМ (60 балів)			Екзамен	Сума
Поточний контроль ЗМ	МКР	Самостійна робота	40	100
20	30	10		

Поточний контроль проводиться з метою перевірки рівня підготовки здобувачів вищої освіти за визначеною темою; забезпечення зворотного зв'язку між викладачем та здобувачами вищої освіти, управління навчальною мотивацією здобувачів.

Поточна успішність на навчальних заняттях оцінюється за 12-бальною шкалою. Здобувач вищої освіти, знання, уміння і навички якого на навчальних заняттях за 12-бальною шкалою оцінено від 1 до 3 балів, вважається таким, що недостатньо підготувався до цих занять і має академічну заборгованість за результатами поточного контролю. Поточну заборгованість, пов'язану з непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до навчальних занять, здобувач вищої освіти повинен ліквідувати. За ліквідацію поточної заборгованості нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Пропущені заняття здобувач вищої освіти має обов'язково відпрацювати. За відпрацьовані лекційні заняття оцінки не ставляться, за лабораторні заняття нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Оцінювання на навчальних заняттях переводяться у 20-ти бальну систему у наступному порядку:

(Сер. бал.х 0,05 +0,4) х 20

Критерії оцінювання знань, умінь і навичок студентів на навчальних заняттях

Рівні навчальних досягнень	Оцінка в балах (за 12-бальною шкалою)	Критерії оцінювання
Початковий (понятійний)	1	Студент володіє навчальним матеріалом дисципліни на рівні засвоєння окремих термінів; відповідає на запитання, які потребують відповіді «так» або «ні».
	2	Студент недостатньо усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; робить спробу знайти способи дій, розповісти суть заданого, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні «так» або «ні»; може самостійно знайти в підручнику відповідь.
	3	Студент намагається аналізувати на основі елементарних знань і навичок; виявляє окремі закономірності; робить спроби виконання вправ і завдань репродуктивного характеру; за допомогою викладача виконує прості вправи за готовим алгоритмом.
ний (репро	4	Студент володіє найпростішими знаннями; здатний виконати вправи і завдання за зразком; орієнтується в термінах, поняттях, визначеннях; самостійне

				опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі.
			5	Студент розуміє суть навчальної дисципліни; може дати визначення окремих понять, категорій (однак з окремими помилками); вміє працювати з підручником; вміє самостійно опрацьовувати частину навчального матеріалу; виконує прості вправи і завдання за алгоритмом, але окремі висновки є нелогічними та непослідовними.
			6	Студент розуміє основні положення навчального матеріалу; може поверхнево аналізувати явища у сфері гостинності; робить певні висновки: відповідь може бути правильною, проте недостатньо осмисленою; самостійно відтворює більшу частину матеріалу; вміє застосовувати знання під час виконання вправ і завдань за алгоритмом; вміє послуговуватися додатковими джерелами.
		Достатній (алгоритмічно-дієвий)	7	Студент логічно і правильно відтворює навчальний матеріал; оперує базовими поняттями; встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок; застосовувати теоретичні знання в стандартних ситуаціях; самостійно користуватися додатковими джерелами; правильно використовувати термінологію; складати таблиці, схеми, діаграми, карти, картосхеми.
			8	Знання студента досить повні: студент вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях; вміє аналізувати, робити висновки; відповідь логічна, повна, обґрунтована, однак з окремими неточностями; вміє самостійно працювати; може підготувати повідомлення і обґрунтувати його положення.
			9	Студент вільно володіє вивченим матеріалом; застосовує знання в дещо змінених ситуаціях; вміє аналізувати і систематизувати інформацію; робить аналітичні висновки; використовує докази у власній аргументації; чітко тлумачить поняття, категорії; може самостійно опрацьовувати матеріал; має сформовані типові навички.
		Високий (творчо-професійний)	10	Студент володіє глибокими і міцними знаннями та використовує їх у нестандартних ситуаціях; робить аргументовані висновки; практично оцінює сучасний стан галузі; може сприймати іншу позицію як альтернативну; знає суміжні дисципліни; використовує знання, аналізуючи різні явища, процеси, які відбуваються в галузі.
			11	Студент володіє узагальненими знаннями з навчальної дисципліни; аргументовано використовує здобуті знання в нестандартних ситуаціях; вміє знаходити джерела інформації та аналізувати їх; ставити і розв'язувати проблеми; застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень у практичній діяльності (диспути, круглі столи тощо); спроможний за допомогою викладача підготувати

		виступ на студентську наукову конференцію; самостійно вивчити матеріал; визначити програму своєї пізнавальної діяльності; оцінювати різноманітні явища, процеси.
	12	Студент має глибокі, системні, дієві знання; виявляє неординарні творчі здібності в навчальній діяльності; використовує широкий арсенал засобів для обґрунтування та доведення своєї думки; розв'язує складні завдання та проблемні ситуації; схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ, процесів; вміє ставити і розв'язувати проблеми; вміє самостійно здобувати і використовувати інформацію; займається науково-дослідною роботою; логічно та творчо викладає матеріал в усній та письмовій формі; розвиває свої здібності й схильності; використовує різноманітні джерела інформації; моделює ситуації в нестандартних умовах; спроможний за допомогою викладача підготувати виступ на студентську наукову конференцію.

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи при семестровому контролі екзамен

Шкала ECTS	Бали	Критерії оцінювання
«відмінно»	30-27 бали	Здобувач вищої освіти у відповідях на варіант МКР демонструє глибокі знання та повною мірою володіє матеріалом, що дозволяє виявляти розуміння змісту предмету, його основних положень, категоріального апарату тощо, може обґрунтовувати свої судження, аргументуючи правильну відповідь, логічно та послідовно формулює текст відповідей на поставлені завдання
«добре»	26-22	Результати відповідей здобувача вищої освіти на варіант МКР відповідають тим самим вимогам, що й для оцінки «відмінно», але при цьому здобувач допускає певні неточності та незначні помилки. Здобувач володіє матеріалом, правильно відповідаючи на поставлені завдання, логічно формулює відповіді, намагаючись аргументувати їх
«задовільно»	21-18	Відповіді здобувача вищої освіти на варіант МКР дозволяють виявити знання і розуміння основних положень предмета, певне володіння категоріальним апаратом, проте характеризуються фрагментарністю, відсутністю повноти та аргументованості. Здобувач допускає помилки при відповідях на питання МКР, не вміє достатньо обґрунтувати свої судження.
«незадовільно»	17 і менше бали	Відповіді здобувача вищої освіти на варіант МКР не виявили знань та розуміння основних положень предмета, що спричинило значну кількість помилок або, взагалі, повну/часткову відсутність відповідей. Здобувач не вміє логічно побудувати відповідь, обґрунтовувати свої судження, плутається у розумінні категоріального апарату тощо.

Критерії оцінювання самостійної роботи

здійснюється у межах 10 балів за модуль.

Робота оцінюється в 9-10 балів, якщо: результат виконання завдання самостійної роботи дає чітке розуміння того, що здобувач засвоїв відповідний теоретичний матеріал та набув належних практичних

	навик; при виконанні завдання простежується індивідуальний підхід та використання технік креативності; здобувачем надана аргументація власної думки; при виконанні завдання використана не тільки основна, але й додаткова література та інформаційні джерела; оформлення роботи відповідає заявленим вимогам. **Робота оцінюється в 7 - 8 балів,** якщо: результат виконання завдання демонструє загальну засвоєність теоретичного матеріалу з боку здобувача та вміння у ньому орієнтуватися; чітка аргументація власної думки; використання основної та додаткової літератури при виконанні завдання; розкриття предмету дослідження не у повній мірі та наявність несуттєвих помилок приоформленні. **Робота оцінюється в 5-6 балів,** якщо: результат виконання завдання демонструє недостатній рівень засвоєння здобувачем теоретичного матеріалу; слабка аргументація власної точки зору; поверхневе використання основної літератури; розкриття предмету дослідження не у повній мірі та наявність суттєвих помилок при оформленні. **Робота оцінюється в 3-4 бали,** якщо: недостатнє розкриття предмету дослідження; завдання виконане з суттєвими помилками як щодо змісту, так й оформлення результатів; відсутність належного розуміння теоретичного матеріалу; аргументація власної думки є слабкою; низький рівень використання передбаченої курсом літератури. **Робота оцінюється в 0-2 бали,** якщо: робота є плагіатом, тобто коли автор скористається нечесним шляхом представлення чужих думок власними. **Критерії оцінювання відповіді на екзамені** Діапазон балів на іспиті від 0 (мінімально) до 40 (максимально): **36 – 40 балів – «відмінно»** виставляється здобувачу, який при розкритті питань дав відповідь повну, правильну, повна, логічно викладену. Відповідь свідчить про системні, міцні знання в обсязі та в межах вимог навчальної програми. Уміє самостійно аналізувати, оцінювати, узагальнювати опанований матеріал, самостійно керуватися джерелами інформації, приймати рішення. Має місце власний аналіз розглядуваного питання, наведені приклади. **30 – 35 балів – «добре»** виставляється здобувачу, який показав міцні знання теоретичних понять, але допустив кілька незначних неточностей, що не впливають на якість відповіді. Відповідь повна, логічна, достатня. Властивість названа, але розкрита неповністю, або навпаки: розкрита, але не названа. Немає визначення або не вказано окремої властивості, що істотно суті розкриття питання на міняє. Відповідь свідчить про те, що здобувач добре володіє вивченим матеріалом, застосовує знання в стандартних ситуаціях, уміє аналізувати і систематизувати інформацію. **24 – 29 балів – «задовільно»** виставляється здобувачу, який при розкритті питання показав знання лише основного матеріалу, допускає неточності, не розкриває суті названих теоретичних понять. У відповіді відтворено основний навчальний матеріал. Здобувач здатний з помилками й неточностями дати визначення понять, явищ, процесів тощо. **0 – 23 балів – «незадовільно»** виставляється здобувачу, який не знає значної частини матеріалу, допускає суттєві неточності при викладі теоретичного матеріалу, розкриває зовсім інші поняття, що не подані у питанні. Мають місце виправлення, помарки, замальовування. Оцінювання навчальних досягнень здобувачів з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти: **Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти**

	Рейтингова оцінка з навчальної дисципліни	**Оцінка за шкалою ECTS**	**Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %)**	**Екзаменаційна оцінка за національною шкалою**
	90-100 і більше	A (відмінно)	10	відмінно
	82-89	B (дуже добре)	25	добре
	75-81	C (добре)	30	
	67-74	D (задовільно)	25	задовільно
	60-66	E (достатньо)	10	
	35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)		незадовільно
	34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)		

Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Теоретичні основи харчування і нутриціології»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60% від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувачам вищої освіти, які за результатами підсумкового контролю отримали незадовільну оцінку, дозволяють ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії, яку створюють за розпорядженням декана факультету.

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачу вищої освіти не присвоюють.

В умовах застосування дистанційних технологій навчання організація поточного і семестрового контролю відбувається відповідно до «Порядку організації поточного та семестрового контролю із застосуванням дистанційних технологій навчання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (зі змінами)» (https://drive.google.com/file/d/15qM6nA_NtvOZxOYz4Hzc8DZNgnAiL_zz/view

Локація	Згідно з розкладом, навчальна лабораторія технології виробництва родукції (товарів, робіт, послуг) https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/