

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ННЦ «Інститут біології та медицини»

Кафедра біомедицини



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ НУТРИЦІОЛОГІЯ

для здобувачів освіти

галузь знань	<u>22 Охорона здоров'я</u>
спеціальність	<u>224 Технології медичної діагностики і лікування</u>
освітній ступінь	<u>Бакалавр</u>
освітня програма	<u>Лабораторна діагностика</u>
вид дисципліни	<u>обов'язкова</u>

Форма здобуття освіти	<u>денна</u>
Навчальний рік	<u>2025/2026</u>
Семестр	<u>8</u>
Кількість кредитів ECTS	<u>4</u>
Мова викладання, навчання та оцінювання	<u>українська</u>
Форма заключного контролю	<u>залік</u>

Викладач: Т.М. Фалалєєва

Пролонговано: на 20__/20__ н.р. _____ (_____) «__» __ 20__ р.
(підпис, ПІБ, дата)

на 20__/20__ н.р. _____ (_____) «__» __ 20__ р.
(підпис, ПІБ, дата)

КИЇВ – 2025

Розробники: Фалалєєва Т.М. доктор біол. наук, проф., завідувач кафедри біомедицини.

ЗАТВЕРДЖЕНО

Зав. кафедри біомедицини

 Тетяна ФАЛАЛЄЄВА
(підпис)

Протокол № 12 від «27» травня 2025 р.

Схвалено науково-методичною комісією

ННЦ «Інститут біології та медицини»

Київського національного університету імені Тараса Шевченка

Протокол від «24» червня 2025 року № 9

Голова науково-методичної комісії  Тетяна ШЕВЧЕНКО

«24» червня 2025 року

Мета дисципліни –сформувати у студентів вміння і навички 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.

1. Попередні вимоги до опанування або вибору навчальної дисципліни:

1. *Успішне опанування навчальних дисциплін «Медична хімія», «Анатомія людини», «Фізіологія людини».*
2. *Вміння самостійно застосовувати знання з іноземної мови, медичної хімії, анатомії людини, фізіології та ін. дисциплін для рішення конкретних науково-практичних задач; працювати з науковою та науково-методичною літературою.*
3. *Володіння елементарними навичками системного аналізу.*

3. Анотація навчальної дисципліни:

Навчальна дисципліна «Нутриціологія» є обов'язковою. Нутриціологія — це наука про їжу та харчування, про харчові продукти, харчові речовини та інші компоненти, що містяться в цих продуктах, про їхню дію і взаємодію, про їхнє споживання, засвоєння, витрачання та виведення з організму, про роль в підтримці здоров'я або виникненні захворювань. Дисципліна розглядає проблеми харчування, розвиток різних видів захворювань через неповноцінне і незбалансоване харчування, а також лікувальний і профілактичний вплив здорової їжі і здорового способу життя на організм людини.

4. Завдання (навчальні цілі):

Теоретичні:

- знати основи фізіології та біохімії харчування, раціонального харчування різних вікових та професійних 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.

Практичні:

- вміти розраховувати фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах;
- надавати обґрунтування енергетичної цінності та нутриєнтного складу раціону харчування;
- виявляти статус харчування організму та його порушень; - вміти розробляти практичні рекомендації щодо організації раціонального харчування різних груп населення;
- оцінювати харчові продукти за гігієнічними показниками, результатами бактеріологічного та токсикологічного дослідження й формулювання висновку щодо їх якості та відповідності стандартам;
- встановлювати зв'язок з навчальними предметами біологічного напряму загальноосвітніх навчальних закладів;
- володіти методикою проведення просвітницької та консультативної роботи серед населення з питань первинної та вторинної аліментарної профілактики захворювань;
- пропагувати гігієнічні знання серед населення в галузі раціонального харчування.

Згідно з вимогами Стандарту вищої освіти України та тимчасового стандарту КНУ імені Тараса Шевченка (перший (бакалаврський) рівень вищої освіти (6 рівень НРК України), галузь знань І Охорона здоров'я та соціальне забезпечення) дисципліна забезпечує набуття студентами наступних *компетентностей*

- *інтегральної*:
- - Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми при виконанні досліджень в лабораторіях різного профілю, інтерпретації їх результатів та управлінні роботою лабораторії або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів відповідної науки та наявність відповідних практичних навичок і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
- *загальних*:
 - ЗК 02. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
 - ЗК05. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
 - ЗК06. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
 - ЗК07. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
 - ЗК08. Здатність здійснювати безпечну діяльність.

спеціальних (фахових, предметних):

- СК01. Здатність здійснювати безпечну професійну практичну діяльність згідно з протоколами, рекомендаціями щодо безпеки та діючим законодавством.
- СК02. Здатність здійснювати збір та верифікацію даних, прийом та обробку зразків
- згідно з протоколами.
- СК05. Здатність інтерпретувати результати на основі наукового знання, розуміючи взаємозв'язок між результатами аналізу, діагнозом, клінічною інформацією та лікуванням, та представляти і повідомляти результати належним чином та документувати конфіденційні дані.
- СК12. Готовність до безперервного професійного розвитку.
- СК13. Здатність комбінувати поєднання різних технологічних прийомів лабораторних досліджень для вирішення професійних завдань.

5. Результати навчання за дисципліною:

Результат навчання (1. знати; 2. вміти; 3. комунікація; 4. автономність та відповідальність)		Форми (та/або методи і технології) викладання і навчання	Методи оцінювання та пороговий критерій оцінювання (за необхідності)	Відсоток у підсумковій оцінці з дисципліни
Код	Результат навчання			
	Знати			
1.1	Знати основи фізіології та біохімії харчування, раціонального харчування різних вікових та професійних груп населення	Лекція, практичне заняття	Підсумкова контрольна робота	40
1.2	Знати принципи профілактики харчових отруєнь, гострих кишкових інфекцій та захворювань аліментарного походження	Лекція, практичне заняття		
1.3	Знати актуальні проблеми сучасних напрямів в фізіології харчування та встановити їх зв'язок зі здоров'ям та працездатністю населення	Лекція, практичне заняття		

	Вміти			
2.1	Вміти розраховувати фізіологічної потреби організму в харчових та біологічно активних речовинах	Лекція, практичне заняття, самостійна робота	Усні відповіді, презентації / доповіді	10
2.2	Надавати обґрунтування енергетичної цінності та нутриєнтного складу раціону харчування	Лекція, практичне заняття, самостійна робота	Усні відповіді, презентації / доповіді	10
2.3	Виявляти статус харчування організму та його порушень; - вміти розробляти практичні рекомендації щодо організації раціонального харчування різних груп населення	Лекція, практичне заняття, самостійна робота	Усні відповіді, презентації / доповіді	10
2.4	Оцінювати харчові продукти за гігієнічними показниками, результатами бактеріологічного та токсикологічного дослідження й формулювання висновку щодо їх якості та відповідності стандартам	Лекція, практичне заняття, самостійна робота	Усні відповіді, презентації / доповіді	10
2.5	Володіти методикою проведення просвітницької та консультативної роботи серед населення з питань первинної та вторинної аліментарної профілактики захворювань	Лекція, практичне заняття, самостійна робота	Усні відповіді, презентації / доповіді	5
2.6	Пропагувати гігієнічні знання серед населення в галузі раціонального харчування	Лекція, практичне заняття,	Усні відповіді, презентації / доповіді	5
	Комунікація			
3.1	Представляти результати наукового пошуку в формі доповідей з використанням сучасних технологій, коректно вести дискусію.	Практичне заняття	Оцінювання виконання практичних занять	5
	Автономність та відповідальність			
4.1	Орієнтуватися в принципових питаннях історії медицини, проводити підбір та аналіз сучасної літератури за даним напрямком, використовувати її, а також програми обробки даних для планування, отримання й аналізу результатів власної науково-дослідної роботи.	Практичне заняття	Оцінювання виконання практичних занять	5

6. Співвідношення результатів навчання дисципліни із програмними результатами навчання

Результати навчання дисципліни (код)	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	1.7	2.1	2.2	2.3	2.4	3.1	4.1
Програмні результати навчання (назва)													
ПРН 1. Проводити підготовку оснащення робочого місця та особисту підготовку до проведення лабораторних досліджень, з дотриманням норм безпеки та персонального захисту, забезпечувати підготовку до дослідження зразків різного походження та їх зберігання. .	+	+	+	+	+		+			+	+	+	+
ПРН 3. Застосовувати сучасні комп'ютерні та інформаційні технології.					+	+		+	+				

7. Схема формування оцінки.

7.1 Форми оцінювання студентів:

- семестрове оцінювання:

1. Підсумкова контрольна робота: РН 1.1-1.3, – 50 балів /30 балів.
2. Усні відповіді, презентації / доповіді: РН 2.1. -2.6 – 30 балів /15 балів.
3. Оцінювання виконання практичних занять: РН 3.1, 4.1 – 20 балів/10 балів.

- підсумкове оцінювання: у формі заліку

Підсумкова оцінка з освітнього компонента, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік, визначається як сума оцінок (балів) за всіма успішно оціненими результатами навчання. Оцінки нижче мінімального порогового рівня до підсумкової оцінки не додаються.

Обов'язковим для отримання позитивної підсумкової оцінки (60 балів і вище та «зараховано») є відпрацювання всіх форм семестрового оцінювання за умови успішного виконання завдань підсумкової контрольної роботи (не менше 50 % правильних відповідей).

Перескладання семестрового контролю з метою покращення позитивної оцінки не допускається.

7.2 Організація оцінювання:

Поточні контрольні роботи проводяться упродовж лекційного курсу. Підсумкова контрольна робота проводиться після завершення лекцій з відповідних розділів робочої програми курсу. У разі відсутності студента при написанні підсумкової контрольної роботи з поважних причин, які підтверджені документально, він має право на його складання в кінці семестру. При неявці студента у зазначений термін без поважних причин кількість балів даного модуля рівна нулю.

Оцінювання підготовлених презентацій / доповідей проводиться упродовж лекційного курсу та практичних занять.

7.3 Шкала відповідності оцінок

Зараховано / Passed	60-100
Не зараховано / Fail	0-59

8. Структура навчальної дисципліни. Тематичний план лекційних занять

№ п/п	Назва тем	Кількість годин		
		лекції	Практичні заняття	самостійна робота
	Лекції			
1	Лекція 1. Нутриціологія: як їжа впливає на людей	2		5
2	Лекція 2. Фізіологія травлення	4		5
3	Лекція 3. Обмін білків, жирів та вуглеводів	4		5
4	Лекція 4. Принципи раціонального харчування	4		5
5	Лекція 5. Вікові особливості харчування	4		5
6	Лекція 6. Захворювання цивілізації	4		5
7	Лекція 7. Лікувальне харчування при захворюваннях шлунково-кишкового тракту.	2		4
8	Лекція 8. Особливості харчування за умов найпоширеніших хвороб	2		4
	Практичні заняття			
9	Практичне заняття 1. Визначити розширені біометричні показники тіла студентів		4	5
10	Практичне заняття 2. Методи визначення добових енергетичних потреб людини		4	5
11	Практичне заняття 3. Визначення норм раціонального харчування		4	5
12	Практичне заняття 4. Складання харчового раціону за умов ожиріння та цукрового діабету		4	5
13	Практичне заняття 5. Виявлення фальсифікатів у харчових продуктах		4	5
14	Практичне заняття 6. Дієтичні традиції в світі		4	5
15	<i>Модульна робота</i>		2	
16	ВСЬОГО	26	26	68

Загальний обсяг **120 год.**, в тому

числі: Лекцій – **26 год.**

Практичні заняття – **26 год.**

Самостійна робота – **68 год.**

9. Рекомендовані джерела:

Основні: (Базові)

1. Фалалєєва Т.М., Пенчук Ю.М., Кобиляк Н.М., Остапченко Л.І. ДІЄТОЛОГІЯ. Підручник. – Київ, 2021. – 386 с.
2. Манжалій Е.Г., Фалалєєва Т. М., Остапченко Л. І. Дієтологія та спосіб життя при захворюваннях шлунково- кишкового тракту: навчальний посібник. – К.:ФОП «Ворона», 2020. – 90 с.
3. Міхєєнко О. І. «Основи раціонального та оздоровчого харчування», Навчальний посібник .-2017.- 189 с.
4. Вілкова Л.І., Молочек Н.В., Фалалєєва Т.М., Мітюряєва-Корнійко І.О. Методичні рекомендації: «Особливості харчування при цукровому діабеті типу 1», Київ 2021. – 40 с.
5. Долгая Н.Є., Бульда В.І., Кланца А.І., Фалалєєва Т.М., Остапченко Л.І. Методичні рекомендації: «Харчування при захворюваннях серцево-судинної системи» (Затверджено на засіданні Вченої ради Навчально-наукового центру «Інститут біології та медицини» Київського національного університету імені Тараса Шевченка, протокол № 12 від 29 червня 2021 року) – 60 с.
6. Falalyeyeva T, Chornenka N, Cherkasova L, Tsyryuk O, Molochek N, Kovalchuk O., Kyriachenko Ye., Ostapchenko L., Kobyliak N. Gut Microbiota Interactions With Obesity, Reference Module in Food Science, Elsevier, 2022, ISBN 9780081005965, <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819265-8.00030-9>.
7. Шабаліна А.Г., Короткий О.Г., Цейслер Ю.В., Пенчук Ю.М., Фалалєєва Т.М. Виявлення фальсифікатів у харчових продуктах. Методичні рекомендації. Затверджено на засіданні вченої ради Навчально-наукового центру «Інститут біології та медицини» Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 12 від 30 червня 2022 року) – Київ, 2022. – 33 с.
8. Чирва О.Д., Цирюк О.І., Короткий О.Г., Фалалєєва Т.М. Особливості харчування при цукровому діабеті типу 2. Методичні рекомендації. Затверджено на засіданні вченої ради Навчально-наукового центру «Інститут біології та медицини» Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 12 від 30 червня 2022 року) – Київ, 2022. – 36 с.
9. Fagoonee S, Falalyeyeva T. Influence of dietary proteins on molecular patterns of human diseases: focus on the Mediterranean diet. Minerva Biotechnol Biomol Res 2024;36:1-2. DOI: 10.23736/S2724-542X.24.03113-4 (Q4, IF 2,024)

Додаткові:

1. Тетяна Фалалєєва, Здоровим бути модно // Газета «Київський університет» - 2019, №2.
2. Молочек Н.В., Фалалєєва Т.М., Цирюк О.І. Сучасні погляди на проблеми неправильного харчування та перспективи їх вирішення // Медична газета «Здоров'я України». Тематичний номер «Гастроентерологія, гепатологія, колопроктологія. - №2 (52) – 2019. <http://health-ua.com/article/42780-suchasn-poglyadi-naproblemi-nepravilnogo-harchuvannya-taperspektivi-h-virsh>
3. Lefèvre-Arbogast S, Wagner M, Proust-Lima C, Samieri C. Nutrition and Metabolic Profiles in the Natural History of Dementia: Recent Insights from Systems Biology and Life Course Epidemiology. Curr Nutr Rep. 2019 Sep;8(3):256-269. doi: 10.1007/s13668-019-00285-1
4. Tokarchuk A, Abenavoli L, Kobyliak N, Khomenko M, Revun M, Dolgaia N, Molochek N, Tsyryuk O, Garnytska A, Konakh V, Pellicano R, Fagoonee S, Ostapchenko L, Falalyeyeva T. Nutrition program, physical activity and gut microbiota modulation: a randomized controlled trial to promote a healthy lifestyle in students with vitamin D3 deficiency. Minerva Med. 2022 Aug;113(4):683-694. doi: 10.23736/S0026-4806.22.07992-7.
5. Основи доклінічних та клінічних досліджень біологічно активних речовин [Текст]: Навчальний посібник / Ю.М. Пенчук, Т.М. Фалалєєва, О.Г. Короткий, Ю.В. Гнатів. – Київ, 2025. – 127 с.