

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

КАФЕДРА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ

Маслійчук О. Б.

ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

з навчальної дисципліни

„Оздоровче харчування”

підготовки магістрів
галузь знань 24 „Сфера обслуговування”
спеціальність 241 „Готельно-ресторанна справа”

Львів-2021

Оздоровче харчування: вимоги з дисципліни та порядок оцінювання результатів навчання. Спеціальність 241 Готельно-ресторанна справа, рівень вищої освіти «магістр» (для студентів 5 курсу факультету туризму та ЗО), кафедра готельно-ресторанного бізнесу, **Маслійчук О.Б., к.т.н, 2021.** Health nutrition: discipline's requirements. Masliichuk Olga, Ph.D.

I с. (денна форма навчання)

Розробник: к.т.н. Маслійчук О.Б.

вимоги з дисципліни та порядок оцінювання результатів навчання
затверджені на засіданні кафедри готельно-ресторанного бізнесу
Протокол від “13” жовтня 2020 року № 3

Завідувач кафедри готельно-ресторанного бізнесу

(підпис)

(Паска М.З.)

(прізвище та ініціали)

©Маслійчук О.Б., 2021

© ЛДУФК ім. І. Боберського, 2021 рік

ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни «Оздоровче харчування» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістра галузі знань 24 «Сфера обслуговування», спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа», спеціалізації «Готельно-ресторанний бізнес». Предметом вивчення навчальної дисципліни є класичні та новітні теорії та концепції харчування, сучасні теоретичні уявлення про функціональні інгредієнти та продукти оздоровчого призначення, принципи оздоровчого харчування різних груп населення, застосування оздоровчих продуктів харчування в профілактичних і лікувальних цілях.

Міждисциплінарні зв'язки: «Гігієна і санітарія в галузі», «Харчова хімія», «Технологія продукції ресторанного господарства», «Організація ресторанного господарства», «Організація барної справи», «Організація роботи сомельє», «Кейтеринг».

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

Змістовий модуль I. Концептуальні наукові підходи до створення продуктів оздоровчого і профілактичного призначення.

Змістовний модуль II. Застосування оздоровчих продуктів для різних категорій населення.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Оздоровче харчування» є формування у майбутніх фахівців сфери обслуговування компетенцій у наданні якісних послуг оздоровчого харчування у закладах ресторанного господарства санаторно-курортних та туристичних комплексів.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Оздоровче харчування» є забезпечення освоєння матеріалу дисципліни студентами про основні принципи оздоровчого харчування, сучасні теоретичні та практичні уявлення щодо значення функціональних інгредієнтів та продуктів оздоровчого призначення у підтримці здоров'я людини, особливості оздоровчого харчування різних категорій населення.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні:

знати :

- Про передумови створення і виробництва в Україні індустрії здорового харчування.
- Основні положення та принципи класичних та новітніх теорій та концепцій харчування.
- Закони та основи раціонального харчування.
- Роль та властивості функціональних інгредієнтів продуктів оздоровчого призначення.
- Правила та принципи оздоровчого харчування.
- Оздоровчі властивості природних функціональних продуктів, їх склад та можливості використання для профілактики захворювань та покращення здоров'я людини.
- Особливості оздоровчого харчування різних категорій населення.
- Проблеми збалансованості та поєднання нутрієнтів, способи підвищення їх засвоюваності та збереження під час технологічного процесу.
- Основні антиаліментарні речовини, їхні джерела та умови впливу, шляхи усунення впливу.
- Основи оптимізації харчування у санаторно-курортних комплексах для профілактики ризику виникнення різних захворювань.

вміти :

- Використовувати основні правила та принципи оздоровчого харчування при складанні меню для санаторіїв та профілакторіїв.
- Аналізувати біологічну цінність оздоровчих харчових продуктів (апипродуктів, соків-фреш, фіто чаїв, проростків зернових тощо), давати рекомендації із оздоровчого харчування туристам.
- Давати рекомендації щодо підбору продуктів багатих на функціональні інгредієнти для забезпечення ними раціонів харчування туристів.
- Визначати біологічну цінність харчових продуктів, кулінарної продукції і страв на основі розрахункових та аналітичних методів.

- Здійснювати підбір складників рецептур для приготування оздоровчої харчової продукції.
- Набувати практичних навичок роботи у формуванні оздоровчих та профілактичних раціонів харчування для різних груп населення.
- Складати комплексні обіди і добові раціони харчування оздоровчого призначення, збалансовані за основними компонентами їжі: білками, жирами, вуглеводами, вітамінами і мінеральними речовинами.
- Визначати переваги різноманітних харчових продуктів за кількісними і якісними характеристиками функціональних інгредієнтів сорбентів, що входять до їх складу.
- Користуватися нормативною літературою, пов'язаною із охороною здоров'я, безпекою харчових продуктів.
- Працювати з необхідною для роботи науковою літературою, яка дає змогу оперативно використовувати інформацію для вирішування професійних завдань.

1.3. Результати навчання та фахові компетенції:

- Готовність організувати та контролювати оздоровче харчування відпочивальників в умовах курорту.
- Володіти інформаційною базою щодо наукових поглядів про роль макро- та мікронутрієнтів у харчуванні людини, принципи їх збалансованості, оздоровчу та захисну дію.
- Проводити дієтологічну характеристику продуктів харчування, оцінювати їх білковий та жировий склад, збалансованість та поєднання нутрієнтів.
- Вміти давати рекомендації із оздоровчого харчування.
- Здатність корегувати раціони харчування людей різних вікових і професійних груп з урахуванням чинників ризику виникнення різних захворювань на основі сучасних принципів оздоровчого харчування.
- Здатність визначати нові види функціональних продуктів.

- Здатність застосовувати теоретичні знання в сфері поліпшення якості харчових продуктів з використанням інноваційних інгредієнтів.
- Мати практичні навички застосування оздоровчих продуктів харчування в профілактичних і лікувальних цілях для оптимізації харчування туристів у санаторно-курортних комплексах.
- Уміння апробувати набуті знання на наукових конференціях та готувати наукові публікації за результатами власних наукових досліджень.

1.4. Структура навчальної дисципліни

Тема	Кількість годин													
	Денна форма							Заочна форма						
	Усього	аудиторних	у тому числі				с.р.	усього	аудиторних	у тому числі				с.р.
			л	п	лаб.	с				л	п	лаб	с	
1.Роль оздоровчого харчування сучасної людини на початку третього тисячоліття.	14	4	4	-	-	-	10	11	1	1	-	-	-	10
2.Системи нетрадиційного харчування.	14	4	2	2	-	-	10	11	1	1	-	-	-	10
3.Функціональні інгредієнти продуктів оздоровчого призначення.	16	6	4	2	-	-	10	13	3	1	2	-	-	10
4.Вода: питний режим і водний обмін.	12	2	2	-	-	-	10	24	-	-	-	-	-	24
5.Застосування продуктів бджільництва у оздоровчому харчуванні людини.	16	6	2	4	-	-	10	24	-	-	-	-	-	24

Тема 6: Застосування проростків зернових у оздоровчому харчуванні людини.	16	6	2	4	-	-	10	13	3	1	2	-	-	10
Тема 7: Особливості оздоровчого харчування різних категорій населення.	16	6	2	4	-	-	10	13	3	1	2	-	-	10
Тема 8: Їжа як джерело токсичних речовин. Проблеми збалансованості та поєднання нутрієнтів, підвищення їх засвоюваності та збереження під час технологічного процесу виробництва оздоровчих харчових продуктів.	16	6	2	4	-	-	10	11	1	1	-	-	-	10
Всього годин	120	40	20	20	-	-	80	120	12	6	6	-	-	108

2. Розподіл балів, які отримують студенти

Форма навчання	Поточне тестування та самостійна робота						
	ЗМ 1			ЗМ-2			Сума
	Концептуальні наукові підходи до створення продуктів оздоровчого і профілактичного призначення.			Застосування оздоровчих продуктів для різних категорій населення.			
	ПР ₁	ПР-2	МК1	ПР ₃	ПР4-6	МК2	100

Денна (усього балів)	0-10	0-10	0-30	0-10	0-15	0-25	
Конспекти самопідго- товки	0-3	0-3		0-3	0-3		
Практичні роботи	0-5	0-5		0-5	0-10		
Самостійні роботи	0-2	0-2		0-2	0-2		
Заочна (усього балів)			0-30	0-10	0-15	0-25	
Конспекти самопідго- товки				0-3	0-3		
Практичні роботи				0-5	0-10		
Самостійні роботи				0-2	0-2		

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

3. Рекомендована література

1. Закон України № 4004-ХІІ від 24.02.1994 "Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення" (Редакція від 28.12.2015, підстава 901-19).
2. ДСП 4.4.5.078-2001 Державні санітарні правила. Мікробіологічні нормативи та методи контролю продукції громадського харчування.
3. Закон України "Про захист прав споживачів" від 12.05.1991 № 1023-ХІІ (поточна редакція від 01.01.2017, підстава 1791-19).
4. Закон України «Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів» від 23.12.1997 № 771/97-ВР (поточна редакція від 01.01.2016, підстава 867-19)
5. Бомба М.Я. Фіточаї: довідник. Вид. 2-ге, змінене і доповнене / М.Я. Бомба, У.Б. Лотоцька – Дудик, Л.Я. Івашків, А.Є. Шах, О.Б. Максимець. – Львів: Ліга Прес, 2016. – 96 с. - ISBN 978-617-397-125-1.
6. Бомба М.Я. Оздоровче харчування: навч. посіб.; тлумачний українськоанглійський словник / М.Я. Бомба, Л.Я. Івашків, А.Є. Шах, Ю.О. МатвійівЛозинська, У.Б. Лотоцька-Дудик. - Львів : Ліга-Прес, 2016. - 130 с. – ISBN 978- 617-397-118-1.
7. Ванханен В.В. Нутріціологія : Підручник / В.В. Ванханен, В.Д. Ванханен, В.І. Ципріян. -[Електронний ресурс]. - Донецьк: Донеччина, 2001. - 474 с.
8. Волошин О.І., Сплавський О.І. Основи оздоровчого харчування. – Чернівці: БДМУ, Видавничий дім «Букрек», 2007. – 536 с.
9. Димань Т.М., Барановський М.М., Білявський Г.О та ін. Екотрофологія. Основи екологічно безпечного харчування: навч. посібник / За наук.ред.Т.М.Димань. – К.: Лібра, 2006.- 304 с.
10. Екологія та технологія продуктів оздоровчого і профілактичного призначення : [опорний конспект лекцій для студентів спеціальностей 7.091711 «Технологія харчування»] : [уклад. Івашків Л.Я.]. – Львів: ЛІЕТ, 2010. – 100 с.
11. Екологія та технологія продуктів лікувально-профілактичного харчування: Опорний конспект лекцій для студентів спеціальностей 7.091711 і 8.091711 «технологія харчування».- К.: КНТЕУ, 2003. – 131 с.
12. Ефимов А.А., Ефимова М.В. Основы рационального питания: учебн. пособие / А.А. Ефимов, М.В. Ефимова [Електронний ресурс].- ПетропавловскКамчатский : КамчатГТУ, 2007. -178 с.
13. Зубар Н.М. Основы физиологии та гігієни харчування: Підручник. – К.: КНТЕУ, 2006. – 341 с. 14.Зубар Н.М., Руль Ю.В., Булгакова М.К. Физиология харчування: Практикум: Навч. посібник.– К.:КНТЕУ, 2001. – 258 с.
14. Карпенко П.О. Основы рационального і лікувального харчування : [навч. посіб.] / П.О. Карпенко, С.М. Пересічна, І.М. Грищенко [та ін.]; за заг. ред. П.О. Карпенка. - К. : КНТЕУ, 2011. -504 с.
15. Лиходід В.С., Владімірова О.В., Дорошенко В.В. Оздоровче харчування: Навч. пос. [Електронний ресурс]. – Запоріжжя: ЗНУ, 2006. –273 с.
16. Лікувальне харчування: Довідник / За ред. Г.І. Столмакової, І.О. Мартинюка. – Львів: Світ, 1991. – 208 с.

17. Нутріціологія: навч. посібник/ Н.В. Дуденко [та ін.]; під заг. ред.. Н.В. Дуденко.– Х.: Світ Книг, 2013. – 560 с.

18. Олексієнко Я. І. Харчування та його вплив на здоров'я людини: навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, В. А. Шахматов, О. П. Верещагіна. - [Електронний ресурс]. - Черкаси: ПП Чабаненко Ю. А., 2014.- 42 с.

19. Орлова Н.Я. Фізіологія та біохімія харчування. – К.: КДТЕУ, 2001. – 248 с.

20. Пішак В.П., Радько М.М., Бабюк А.В. та ін. Вплив харчування на здоров'я людини: Підручник / За ред. Радька М.М. – Чернівці: Книги ХХІ, 2006. – 500 с.

21. Пономарьов П.Х., Сирохман І.В. Безпека харчових продуктів та продовольчої сировини. - К.: Лібра, 1999.– 272 с.

22. Профілактичне харчування: Довідник / За ред. Г.І. Столмакової, І.О. Мартинюка. – Львів: Світ, 1993. – 200 с.

23. Раціональне харчування: Довідник / За ред. Г.І. Столмакової, І.О. Мартинюка. – Львів: Світ, 1991. – 200 с.

24. Скальний А.В. Основы рационального питания: конспект лекцій / А.В. Скальный - [Електронний ресурс].- Воронеж.: Воронеж. гос. технол. акад., 2008.- 108 с.

25. Смоляр В.И. Рациональное питание. – К.: Наук.думка, 1991.– 368 с.

Інформаційні ресурси

26 Паска М. Формування професійних компетентностей магістрів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» / М. Паска // Маркетинг ХХІ століття: виклики змін : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 25-річчю заснування кафедри маркетингу і комерційної діяльності ХДУТ / ред. : О. Черевко. – Харків, 2020. – С. 263–265.
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27182>

27. Паска М. Особливості підготовки фахівців для сфери обслуговування зі спеціальності "Готельно-ресторанна справа" / М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності: Міжнар. наук.-практ. конф. - Львів: ЛДУФК, 2020. - С. 391-393. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27707>

28. Паска М. Формування професійних компетентностей магістрів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» / М. Паска // Маркетинг ХХІ століття: виклики змін : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 25-річчю заснування кафедри маркетингу і комерційної діяльності ХДУТ / ред. : О. Черевко. – Харків, 2020. – С. 263–265.
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27182>

29. Паска М. Особливості підготовки фахівців для сфери обслуговування зі спеціальності "Готельно-ресторанна справа" / М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності: Міжнар. наук.-практ. конф. - Львів: ЛДУФК, 2020. - С. 391-393. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27707>

30. Standardization, Metrology, Certification and Quality Management, Manual. Komprint / Bal'-Prylypko L.V., Slobodianiuk N. M., Polishchuk G. Ye., Pas- ka M. Z., Burak V. Ye. – Kyiv : Komprint, 2017. – 558 p.
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27836>

31. Організація ресторанного господарства : конспект лекцій для

підготовки бакалаврів галузі знань 24 "Сфера обслуговування" спеціальності 241 "Готельно-ресторанна справа" / розроб. Паска М. З. - Львів, 2020. - 158 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/24274>

32. Паска М. З. Стан і тенденції розвитку м'ясних напівфабрикатів, збагачених люпином і дивосилом, для ресторанної індустрії / М. З. Паска, О. Б. Маслійчук // Розвиток харчових виробництв, ресторанного та готельного господарств і торгівлі : проблеми, перспективи, ефективність: тези доп. міжнар. наук.-практ. конф. - Харків: ХДУХТ, 2020. - Ч.1. - С. 44-46.

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26466>

33 Паска М. З. Впровадження НАССР у технології м'ясних посічених напівфабрикатів з рослинною сировиною / Паска М. З., Маслійчук О. Б. // Сучасні тенденції з розвитку готельно-ресторанного бізнесу. Якість і безпечність продуктів харчування : зб. матеріалів Всеукр. наук. - практич. інтернет-конф. - Львів : ЛІЕТ, 2020. - С. 15-20.

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26666>

34. Організація роботи сомельє : програма навчальної дисципліни підготовки бакалаврів галузь знань - 24 „Сфера обслуговування”, спеціальність - 241 „Готельно-ресторанна справа” / розроб. Паска М. З., Маслійчук О. Б. - Львів, 2020. - 7 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26904>

35. Paska, M., Masliichuk, O. (2016). Mikrobiologichna ta spozhyvcha kharakterystyka miasnykh posichenykh napivfabrykativ z dodavanniam liupynovoho boroshna ta dyvosylu. Naukovyi visnyk LNUVMBT im. S.Z. Hzhyskoho. 18(4), 121–123 DOI: <https://doi.org/10.15421/nvlvet7507>

36. Microstructural analysis of forcemeats of ready-to-cook chopped meat with functional ingredients / M. Paska, L. Bal-Prylypko, O. Masliichuk, M. Lychuk // Food science and technology. - 2018. - Vol. 12, is. 4. - P. 110-116.

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/25463>

Інформаційні ресурси інтернет:

1. http://irbis-nbuv.gov.ua/irbis_nbuv.htm
2. <http://www.liet.lviv.ua/redakce/index.php?slozka=715&xuser=&lanG=uk>
3. <http://www.liet.lviv.ua/redakce/index.php?slozka=541&xuser=&lanG=uk>
4. http://www.onaft.edu.ua/?view=arhiv_newspaper
5. http://www.nbuv.gov.ua/portal/Chem_Biol/Pkh/texts.html
6. <http://www.nbuv.gov.ua/portal/natural/khnit/index.html>
7. http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/ekhp/index.html
8. <http://library.kr.ua/orhus/harch.html>