

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 6 «Біологічні основи раціонального харчування»
Рівень ВО	Перший (бакалаврський)
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини) / Середня освіта. Біологія, природознавство, здоров'я людини
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	3 курс, 5 семестр, 5 кредитів
Семестровий контроль	Залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	Усього: 150 годин, денна форма: лекції – 10 год., лабораторні роботи – 20 год.
Мова викладання	Українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Фізіології людини і тварин
Автор ОК	Козачук Наталія Олександрівна, доктор біологічних наук, доцент
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Базові знання з біології
Що буде вивчатися	В межах навчального курсу будуть вивчатися: <ul style="list-style-type: none"> <li>• будова та функціонування травної системи людини;</li> <li>• особливості обміну речовин і енергії;</li> <li>• принципи, які лежать в основі сучасного підходу до раціонального харчування;</li> <li>• історія становлення і розвитку уявлень про основи раціонального харчування;</li> <li>• гігієнічні принципи харчування;</li> <li>• принципи та етапи побудови раціонального харчування.</li> </ul>
Чому це буде цікаво/треба вивчати	Характер харчування впливає на функціонування систем організму, а отже значною мірою визначає здоров'я людини. Освоєння даного навчального курсу поглибить знання із морфо-функціональної організації травної системи людини; дасть можливість самостійно здійснювати оцінку та корекцію раціону харчування з метою забезпечення та зміцнення здоров'я на оптимальному рівні та для профілактики аліментарних захворювань.
Чому можна навчитися/результати навчання	Студенти навчатимуться: <ul style="list-style-type: none"> <li>• аналізувати вплив характеру харчування на функціонування систем організму людини;</li> <li>• визначати адекватність фактичного харчування людини індивідуальним потребам організму;</li> <li>• розробляти раціони харчування;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• аналізувати харчову та біологічну цінність продуктів харчування;</li> <li>• здійснювати оцінку та корекцію раціону харчування</li> </ul>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Отриманні знання можна буде використати в професійній діяльності педагога для формування у школярів уявлення про необхідність раціонального харчування як гарантії забезпечення та зміцнення здоров'я на оптимальному рівні та профілактики аліментарних захворювань, зниженню інфекційних захворювань серед населення. А також в повсякденному житті для створення оптимального раціону харчування для підтримання здоров'я.</p>