НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ
Кафедра громадського здоров'я та нутриціології

ЗАТВЕРДЖУЮ
Декан факультету
_____ Лариса БАЛЬ-ПРИЛИПКО
"4" червня 2026 р.

СХВАЛЕНО
на засіданні кафедри громадського здоров'я та нутриціології
Протокол № 10 від "2" червня 2026 р.
Завідувач кафедри
_____Олег ШВЕЦЬ

РОЗГЛЯНУТО
Гарант ОП "Нутриціологія здорового харчування"
_____Олег ШВЕЦЬ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ДИТЯЧЕ ТА ШКІЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ

Галузь знань І «Охорона здоров'я та соціальне забезпечення»
Спеціальність І9 «Громадське здоров'я»
Освітня програма Нутриціологія здорового харчування
Факультет харчових наук, нутриціології та управління якістю
Розробники: Швець Олег Віталійович, завідувач кафедри громадського здоров'я та нутриціології, к.мед.н., професор

Київ – 2026 р.

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ
Кафедра громадського здоров'я та нутриціології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет харчових наук, нутриціології та управління якістю
"4" червня 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ДИТЯЧЕ ТА ШКІЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ

Галузь знань І «Охорона здоров'я та соціальне забезпечення»
Спеціальність І9 «Громадське здоров'я»
Освітня програма Нутриціологія здорового харчування
Факультет харчових наук, нутриціології та управління якістю
Розробники: Швець Олег Віталійович, завідувач кафедри громадського здоров'я та нутриціології, к.мед.н., професор

Київ – 2026 р.

Опис навчальної дисципліни <u>ДИТЯЧЕ ТА ШКІЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ</u>

(назва)

Завдяки вивченню дисципліни студенти отримають теоретичні та практичні знання щодо основних засад системи знань щодо надання фундаментальних та практичних знань студентам про фізіологічні потреби дітей та підлітків у поживних речовинах та енергії в залежності від віку та статі, дієтичні потреби в основних групах корисних харчових продуктах, принципи збалансованого харчування для дітей та підлітків, його адаптації з урахуванням наявних захворювань.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	Бакалавр	
Спеціальність	229 «Громадське здоров'я»	
Освітня програма	Нутриціологія здорового харчування	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	Обов'язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота)	-	
Форма контролю	екзамен	
Показник навчальної дисципліни для денної та заочної форми навчання		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Курс (рік підготовки)	4	
Семестр	8	
Лекційні заняття	20 годин	
Практичні, семінарські заняття	30 годин	
Лабораторні заняття	-	
Самостійна робота	70 годин	
Індивідуальні завдання	-	
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання	4 години	

1. Мета, завдання, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Метою дисципліни - є досягнення здобувачів вищої освіти сучасного конструктивного, мислення та системи спеціальних знань у розділі нутриціологічної науки, присвяченої фундаментальній ролі харчування у забезпеченні здоров'я дітей та підлітків.

Перелік освітніх компонент, які передують вивченню навчальної дисципліни *(за їх наявності):* Фізіологія людини, Анатомія людини, Внутрішня медицина з оцінкою результатів досліджень

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у процесі професійної діяльності або навчання у сфері громадського здоров'я та нутриціології, що передбачає застосування теорій та методів громадського здоров'я і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

фахові (спеціальні) компетентності (ФК): СК 1. здатність критично осмислювати та застосовувати сучасні теорії, концепції, принципи, методи, методики та технології сфери нутриціології та громадського здоров'я; СК 8. здатність формувати і вдосконалювати у інших осіб спеціальні знання і навички у сфері нутриціології та громадського здоров'я.

Програмні результати навчання (ПРН) ОП: ПРН 13. брати участь у розробці стратегій, політик та заходів з громадського здоров'я, здійснювати ефективну комунікацію у сфері нутриціології та громадського здоров'я з використанням різних каналів та технік комунікації з метою донесення ідей, рішень та власного досвіду до фахівців і нефахівців.

2. Програма та структура навчальної дисципліни для:

- повного терміну денної (заочної) форми здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Вікові особливості харчування дітей та підлітків. Шкільне харчування												
Тема 1. Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя.	10	2	2			6						
Тема 2. Особливості харчування дітей дошкільного віку.	10	2	2			6						
Тема 3. Харчування дітей та підлітків шкільного віку.	10	2	2			6						
Тема 4. Стан харчування школярів та сутність змін в організації харчування в освітніх закладах.	10	2	2			6						
Тема 5. Надмірна вага і ожиріння у дітей – виклики та можливості для системи громадського здоров'я України	12	2	2			8						
Контроль за змістовим модулем 1	**4**	**-**	**-**			-						
Усього годин за змістовим модулем 1	**56**	**10**	**10**			**32**						
Змістовий модуль 2. Дієтичні інтервенції для профілактики та лікування захворювань у дитячому та підлітковому віці												
Тема 6. Харчова алергія у дітей: особливості діагностики та змін у харчуванні.	12	2	2			8						

Тема 7. Непереносимість вуглеводів: особливості діагностики та змін у харчуванні.	12	2	4			6						
Тема 8. Харчування, еволюція мікробіому та імунної системи людини.	12	2	2			8						
Тема 9. Вегетаріанське харчування для дітей та підлітків.	12	2	2			8						
Тема 10. Харчування у профілактиці та комплексному лікуванні патології щитоподібної залози.	12	2	2			8						
Контроль за змістовним модулем 2	**4**	-	-			-						
Усього годин за змістовим модулем 2	**64**	**10**	**12**			**38**						
Усього годин	**120**	**20**	**22**			**70**						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1-й змістовий модуль		
1	Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя.	2
2	Особливості харчування дітей дошкільного віку.	2
3	Харчування дітей та підлітків шкільного віку.	2
4	Стан харчування школярів та сутність змін в організації харчування в освітніх закладах.	2
5	Надмірна вага і ожиріння у дітей – виклики та можливості для системи громадського здоров'я України	2
2-й змістовий модуль		
6	Харчова алергія у дітей: особливості діагностики та змін у харчуванні.	2
7	Непереносимість вуглеводів: особливості діагностики та змін у харчуванні.	2
8	Харчування, еволюція мікробіому та імунної системи людини.	2
9	Вегетаріанське харчування для дітей та підлітків.	2
10	Харчування у профілактиці та комплексному лікуванні патології щитоподібної залози.	2

	Всього: 20 годин

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1-й змістовий модуль		
1	Обґрунтування важливості грудного вигодовування, тривалість виключного годування грудьми, терміни та правила введення прикорму; заборонені продукти і напої для дітей раннього віку; особливості харчування дітей другого року життя.	2
2	Дієтичні потреби та планування меню для дітей віком від трьох до шести років; виховання прихильності до корисних харчових продуктів та напоїв; принципи запобігання та боротьби з прискіпливістю в	2
	харчуванні.	
3	Потреби та рекомендовані кількості основних харчових продуктів у різних вікових групах дітей шкільного віку; принципи планування збалансованого меню школярів.	2
4	Оцінка та обговорення результатів досліджень фактичного харчування дітей шкільного віку; розбір передумов та сутності реформи шкільного харчування, потенційні перешкоди у впровадженні реформи та можливості їхнього подолання.	2
5	Оцінка та обговорення результатів дослідження COSI 2024 в Україні, аналіз можливостей впливу на зростаючу поширеність зайвої ваги та ожиріння у дітей різних вікових груп.	2
	Контроль знань за 1-й змістовий модуль	**4**
2-й змістовий модуль		
6	Особливості причин, патогенезу та проявів харчової алергії в дитячому та підлітковому віці; найбільш поширені харчові алергени; ефективні підходи до діагностики та лікування.	2
7	Різниця між харчовою алергією та непереносимістю; дозозалежний ефект реакцій на їжу; способи виявлення харчової непереносимості, виключення ноцебо ефекту; модифікація дієти при харчовій непереносимості.	4
8	Роль мікробіому для здоров’я та його вплив на розвиток захворювань; композиція мікробіоти кишечника та її динамічні зміни в залежності від особливостей харчування; можливості модифікації кишкового мікробіома з терапевтичною та профілактичною метою.	2
9	Основні моделі вегетаріанського харчування; переваги та недоліки рослинних дієт; потенційні ризики для розвитку і здоров’я в дитячому та підлітковому віці; підходи до індивідуального планування харчування для запобігання дефіциту енергії та поживних речовин.	2

10	Поширеність та небезпечність патологічних змін щитоподібної залози для розвитку та здоров'я дітей та підлітків; ключові харчові речовини для здоров'я щитоподібної залози; збалансована діє та при тиреоїдній патології.	2
Контроль знань за 2-й змістовий модуль		**4**
		Всього: 30 годин

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя.	6
2	Особливості харчування дітей дошкільного віку.	6
3	Харчування дітей та підлітків шкільного віку.	6
4	Стан харчування школярів та сутність змін в організації харчування в освітніх закладах.	6
5	Надмірна вага і ожиріння у дітей – виклики та можливості для системи громадського здоров'я України.	8
6	Харчова алергія у дітей: особливості діагностики та змін у харчуванні.	8
7	Непереносимість вуглеводів: особливості діагностики та змін у харчуванні.	6
8	Харчування, еволюція мікробіому та імунної системи людини.	8
9	Вегетаріанське харчування для дітей та підлітків.	8
10	Харчування у профілактиці та комплексному лікуванні патології щитоподібної залози.	8
		Всього: 70 годин

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист лабораторних робіт, проектів;

7. Методи навчання

- метод практико-орієнтованого навчання;
- метод проєктного навчання; - метод навчання через дослідження;
- метод навчальних дискусій та дебатів.

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України».

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. **Вікові особливості харчування дітей та підлітків**. **Шкільне харчування**		
Лекція 1. Грудне вигодовування, харчування дітей першого та другого року життя.	**Знати:** Обґрунтування важливості грудного вигодовування, тривалість виключного годування грудьми, терміни та правила введення прикорму; заборонені продукти і напої для дітей раннього віку; особливості харчування дітей другого року життя.	**15**
Практична та самостійна роботи 1.		
Лекція 2. Особливості харчування дітей дошкільного віку.	**Знати:** Дієтичні потреби та планування меню для дітей віком від трьох до шести років; виховання прихильності до корисних харчових продуктів та напоїв; принципи запобігання та боротьби з прискіпливістю в харчуванні.	**15**
Практична та самостійна роботи 2.		
Лекція 3. Харчування дітей та підлітків шкільного віку.	**Знати:** Потреби та рекомендовані кількості основних харчових продуктів у різних вікових групах дітей шкільного віку; принципи планування збалансованого меню школярів.	**10**
Практична та самостійна роботи 3.		
Лекція 4. Стан харчування школярів та сутність змін в організації харчування в освітніх закладах.	**Знати:** Принципи оцінки результатів досліджень фактичного харчування дітей шкільного віку; передумови та сутність реформи шкільного харчування, потенційні перешкоди у впровадженні реформи та можливості їхнього подолання.	**10**
Практична та самостійна роботи 4.		
Лекція 5. Надмірна вага і ожиріння у дітей – виклики та можливості для системи громадського здоров'я України.	**Знати:** Принципи оцінки результатів дослідження COSI 2024 в Україні, потенційні можливості впливу на зростаючу поширеність зайвої ваги та ожиріння у дітей різних вікових груп.	**20**
Практична та самостійна роботи 5.		

Підсумковий модульний контроль 1.		**30**
Всього за модулем 1		**100**
Модуль 2. **Дієтичні інтервенції для профілактики та лікування захворювань у дитячому та підлітковому віці**		
Лекція 6. Харчова алергія у дітей: особливості діагностики та змін у харчуванні.	**Знати:** Особливості причин, патогенезу та проявів харчової алергії в дитячому та підлітковому віці; найбільш поширені харчові алергени; ефективні підходи до діагностики та лікування.	**10**
Практична та самостійна робота 6.		
Лекція 7. Непереносимість вуглеводів: особливості діагностики та змін у харчуванні.	**Знати:** Різницю між харчовою алергією та непереносимістю; дозозалежний ефект реакцій на їжу; способи виявлення харчової непереносимості, виключення ноцебо ефекту; модифікація дієти при харчовій непереносимості.	**15**
Практична та самостійна робота 7.		
Лекція 8. Харчування, еволюція мікробіому та імунної системи людини.	**Знати:** Роль мікробіому для здоров'я та його вплив на розвиток захворювань; композиція мікробіоти кишечника та її динамічні зміни в залежності від особливостей харчування; можливості модифікації кишкового мікробіома з терапевтичною та профілактичною метою.	**15**
Практична та самостійна робота 8.		
Лекція 9. Вегетаріанське харчування для дітей та підлітків.	**Знати:** Основні моделі вегетаріанського харчування; переваги та недоліки рослинних дієт; потенційні ризики для розвитку і здоров'я в дитячому та підлітковому віці; підходи до індивідуального планування харчування для запобігання дефіциту енергії та поживних речовин.	**15**
Практична та самостійна робота 9.		
Лекція 10. Харчування у профілактиці та комплексному лікуванні патології щитоподібної залози.	**Знати:** Поширеність та небезпечність патологічних змін щитоподібної залози для розвитку та здоров'я дітей та підлітків; ключові харчові речовини для здоров'я щитоподібної залози; збалансована діє та при тиреоїдній патології.	**15**
Практична та самостійна робота 10.		
Підсумковий модульний контроль 2.		**30**
Всього за модулем 2		**100**
Навчальна робота		**(M1 + M2)/2*0,7 ≤ 70**
Екзамен/залік		**30**

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна та результати складання	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Роботи, які здаються із порушенням термінів їх здачі без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається виключно із дозволу лектора за наявності поважних причин: лікарняний тощо.
Політика щодо академічної доброчесності:	Списування з будь якого джерела чи пристрою під час контрольних робіт, екзаменів, виконання тестів тощо заборонено. Реферати повинні мати відповідні посилання на використану літературу та список використаних джерел.
Політика щодо відвідування:	Відвідування усіх видів занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в онлайн форматі виключно за погодженням із деканом факультету).

9. Навчально-методичне забезпечення

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - *https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4229*;
- конспект лекцій та їх презентації (в електронному вигляді);
- підручники, навчальні посібники, практикум;
- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної форми здобуття вищої освіти.

10. Рекомендовані джерела інформації

1. Pediatric Nutrition for Dietitians, 1st Edition. Authors: ByPraveen S. Goday, Cassandra Walia. 9781003147855, 2022 by Taylor&Fransis Group.
2. Textbook of Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition, 2nd Edition. Authors: Stefano Guandalini, Anil Dhawan. 978-3-030-80068-0, 2022 by Springer.

3. Наказ МОЗ України від 03.09.2017 р. №1073 «Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії».
4. COSI Report Ukraine 2024. Results of the study
5. Результи опитування українських підлітків у 2022/2023 роках «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» в межах міжнародного проєкту ВООЗ "Health behaviour schoolage children" (HBSC). Аналітичний звіт, Київ 2024.