

УДК 378.147:613.2-057.875

DOI <https://doi.org/10.32782/eddiscourses/2026-3-26>

ДОСВІД ВИКЛАДАННЯ ВИБІРКОВОЇ ДИСЦИПЛІНИ «НУТРИЦІОЛОГІЯ» МАЙБУТНІМ МЕДИКАМ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Шевченко Олександр Анатолійович,

доктор медичних наук, професор,
завідувач кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0000-0002-2295-170X

Крамарьова Юлія Сергіївна,

кандидат медичних наук,
доцент кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0000-0003-0388-8992

Щудро Світлана Анатоліївна,

доктор медичних наук, доцент кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0009-0007-0478-2942

Рублевська Надія Іванівна,

доктор медичних наук, професор кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0000-0003-1192-6047

Кулагін Олександр Олександрович,

кандидат медичних наук, доцент кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0000-0002-3602-6339

Штепа Олександр Пимонович,

кандидат медичних наук, доцент кафедри гігієни, екології та охорони праці,
Дніпровський державний медичний університет
ORCID: 0000-0002-3738-2204

У статті висвітлено досвід упровадження та викладання вибіркової дисципліни «Нутриціологія» на кафедрі гігієни, екології та охорони праці Дніпровського державного медичного університету. Дисципліна є актуальною та закладає фундамент для безперервного навчання лікаря впродовж професійної діяльності. Програма дисципліни була складена як освітній компонент, який розрахований на здобувачів вищої освіти третього року навчання за освітньо-професійною програмою «Медицина» за спеціальністю 222 «Медицина». Розроблена програма та силабус вибіркової навчальної дисципліни «Нутриціологія» відповідають стандартам вищої освіти і навчальному плану підготовки магістрів, ґрунтуючись на такій структурі: загальна кількість годин – 90 (3 кредити), із них 10 годин лекцій, 26 годин – практичні заняття та 54 години – самостійна робота студента. Сучасна методика базується на відході від суто лекційного формату на користь інтерактивного, проблемно-орієнтованого та доказового навчання, тому ключовими методами викладання дисципліни є метод кейс-стаді (Case-Based Learning – CBL), проблемно-орієнтоване та командне навчання (Team-based learning – TBL), розрахунково-графічні та аналітичні методи. Дослідження базувалося на вивченні матеріалів, отриманих із відкритих джерел інформації та власного досвіду співробітників кафедри та проаналізовано основні підходи, які можуть впливати на результативність навчання студентів медичного факультету зі спеціальності 222 «Медицина». У процесі викладання дисципліни застосовуються різні методи контролю: усний та письмовий контроль (усне опитування), ситуаційні завдання, бліц-опитування, методи самоконтролю й самооцінки. Поточний контроль успішності навчання студентів здійснюється під час практичного заняття на основі їхніх теоретичних знань і практичних навичок та вмінь. Запропо-



новані методи дають викладачеві змогу успішніше будувати освітній процес та підвищити ефективність загального засвоєння матеріалу.

Ключові слова: нутриціологія, вибіркова навчальна дисципліна, медична освіта.

Shevchenko Oleksandr, Kramariova Yulia, Shchudro Svitlana, Rublevska Nadiya, Kulagin Oleksandr, Shtepa Oleksandr. The experience of teaching the elective subject “Nutritiology” to future doctors at the higher education institution

This article highlights the experience of introducing and teaching the elective subject «Nutritiology» at the Department of Hygiene, Ecology and Occupational Health at Dnipro State Medical University. This subject is highly relevant and lays the foundation for a doctor's lifelong learning throughout their career. The course programme was designed as an educational component intended for third-year students of the «Medicine» educational and professional programme, specialising in Medicine (222). The developed programme and syllabus for the elective course «Nutritiology» comply with higher education standards and the curriculum for master's degree programmes, based on the following structure: total number of hours – 90 (3 credits), of which 10 hours are lectures, 26 hours are practical sessions and 54 hours are independent study by the student. The research was based on the analysis of materials obtained from open sources of information and the personal experience of the department's staff. The paper analysed the main approaches that may influence the learning outcomes of medical students specialising in 222 «Medicine». Various assessment methods are used in the course of teaching the subject: oral and written assessments (oral questioning), case studies, quick quizzes, and methods of self-assessment and self-evaluation. Ongoing assessment of students' learning progress takes place during practical sessions, based on their theoretical knowledge and practical skills and abilities. The proposed method enables the lecturer to structure the educational process more effectively and improve the overall retention of the material.

Key words: nutritiology, elective subject, medical education.

Вступ. Сучасна медична освіта в Україні передбачає підготовку фахівця, який має бути конкурентоспроможним на сучасному ринку праці, відповідати сучасним вимогам [1], а засвоєння навчальної дисципліни «Нутриціологія» закладає підґрунтя до вивчення здобувачами освіти гігієни харчування та формування умінь застосовувати знання з нутриціології у процесі подальшого вивчення терапії, дієтології і в майбутній професійній діяльності лікаря та заповнити прогалини базової програми, де питанням клінічного харчування та мікробіому приділяється мінімальна кількість годин.

Нутриціолог – це фахівець, який займається питаннями раціонального і збалансованого харчування, його впливом на здоров'я людини. Він вивчає хімічний склад продуктів, взаємодію різних поживних речовин, вплив на організм вітамінів, мінералів, біологічно активних та інших добавок. Студенти іноді плутають доказову нутриціологію з побутовим «блогерським» фітнес-харчуванням, тому завдання викладача полягає у тому, щоб змістити фокус на біохімічні процеси та молекулярну медицину. В умовах сьогодення багато хто вважає, що дієтологія та нутриціологія – це синоніми та їх повністю ототожнюють, але це не зовсім вірно. Так, ці два напрями схожі, але нутриціологія на відміну від дієтології не займається лікуванням різних захворювань за допомогою харчування, а фокусується на харчуванні для профілактики аліментарнозалежних захворювань.

Актуальність вивчення дисципліни зумовлена низкою чинників:

1. Вивчення нутриціології є критично важливим для сучасних медиків, адже доказовий підхід до харчування є обов'язковим елементом клінічної практики, який дає змогу за рахунок корекції раціону попередити виникнення 70% неінфекційних захворювань (діабету II типу, атеросклерозу, гіпертонічної хвороби і т. д.).

2. Знання нутриціології використовується в різних медичних спеціальностях, наприклад із метою прискорення регенерації тканин та покращення післяопераційного відновлення в реабілітології за допомогою амінокислот та кофакторів; для отримання позитивного результату лікування лікарю необхідні знання щодо здатності деяких продуктів блокувати або небезпечно підсилювати дію деяких препаратів тощо.

3. Завдяки нутриціології лікарі отримують інструменти для управління ризиками хронічних захворювань на молекулярному рівні, адже нутрієнти здатні активувати або пригнічувати експресію генів, запобігаючи спадковим патологіям. Епігенетичні механізми є основою превентивної медицини, оскільки вони пояснюють, як саме модифікація способу життя та харчування може змінити генетичну долю пацієнта.

Мета статті – аналіз та обґрунтування впливу вибіркової дисципліни «Нутриціологія» на формування професійних навичок майбутніх фахівців у галузі «Медицина».

Виклад основного матеріалу. Запровадження вибірових навчальних дисциплін у закладах

вищої медичної освіти регулюється Законом України «Про вищу освіту» і є обов'язковим елементом студентоцентрованого навчання, що надає право студенту вибирати не менше 25% обсягу кредитів ЄКТС із переліку запропонованих університетом курсів. Культура самостійного вибору дисципліни надає майбутньому лікарю можливість вивчати теми, які не входять до нормативної програми, але є цікавими і закладають фундамент для безперервного навчання лікаря впродовж професійної діяльності.

Навчальна дисципліна «Нутриціологія» також належить до вибіркових дисциплін та розрахована на здобувачів вищої освіти ступеня магістра третього року навчання за освітньо-професійною програмою «Медицина» за спеціальністю 222 «Медицина» [2]. Під час розроблення програми враховувалися міждисциплінарні зв'язки, адже навчальна дисципліна ґрунтується на засвоєних здобувачами освіти знаннях із медичної біології, медичної та біологічної фізики, біологічної хімії, біоорганічної хімії (клітинне живлення), анатомії людини (будова тіла), мікробіології, вірусології та імунології (вивчення мікробіому), пропедевтики внутрішньої медицини, фізіології та патологічної фізіології (внутрішні процеси), основ біоетики, гігієни та екології людини. Засвоєння навчальної дисципліни закладає підґрунтя до вивчення здобувачами освіти гігієни харчування та формування умінь застосовувати знання з нутриціології у процесі подальшого вивчення терапії, дієтології і в майбутній професійній діяльності лікаря [1]. Предметом вивчення навчальної дисципліни «Нутриціологія» є основи теоретичних знань та практичні навички для студентів III курсу зі спеціальності «Медицина»

вищих медичних закладів України III–IV рівнів акредитації відповідно до освітньо-професійної програми підготовки «Магістр», а метою викладання дисципліни «Нутриціологія» є формування у майбутніх медиків умінь і навичок з організації системи харчування здорової людини, засвоєння теоретичних та практичних основ щодо здорового харчування, сучасних концепцій про збалансоване харчування, енергетичні затрати організму, харчову та біологічну цінність продуктів харчування та харчових добавок.

Курс складається з 10 годин лекцій, 26 годин практичних занять та 54 годин, які відведено на самостійну роботу студентів [4]. Під час лекційного курсу студент ознайомлюється з основними підходами до харчування здорової людини, видами харчування, функціями їжі, аліментарними захворюваннями та їх профілактикою, альтернативними та нетрадиційними видами харчування, харчовими добавками. Окрім цього, студенти з високою зацікавленістю слухають лекції, які присвячені харчовій поведінці, основам когнітивно-поведінкової терапії у практиці лікаря-нутриціолога та психогенним станам, які пов'язані зі споживанням їжі, а також про протекторні та біостимулюючі властивості продуктів з аперитивною та дігестивною дією, адже їх дозоване впровадження в раціон дає змогу знизити фармакологічне навантаження на пацієнта (зменшити потребу в антацидах, ферментних препаратах, спазмолітиках) та запустити природні механізми саморегуляції та захисту шлунково-кишкового тракту. Тематику практичних занять надаємо в табл. 1.

Викладання нутриціології у медичних закладах вищої освіти поєднує вивчення фундаменталь-

Таблиця 1

Теми практичних занять

№ заняття	Тема заняття	Кількість годин
1	Науково-гігієнічні основи раціонального харчування.	2
2	Характеристика основних нутрієнтів (білків, жирів, вуглеводів), їх значення для харчування людини	3
3	Вітаміни. Макро– та мікроелементи. Причини порушення вітамінного та мінерального статусів, шляхи корекції	3
4	Оцінка індивідуального харчового статусу організму, причини його порушення та наукове обґрунтування його корекції	3
5	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика продуктів рослинного походження	3
6	Нутриціологічна та дієтологічна характеристика продуктів тваринного походження, а також риби та морепродуктів	3
7	Харчові продукти спеціального призначення. Дієтичні добавки, їх використання	3
8	Харчування окремих груп населення	3
9	Оцінка харчової цінності готових блюд для дитячого населення	3

них біохімічних процесів із набуттям практичних навичок клінічного ведення пацієнтів. Сучасна методика базується на відході від суто лекційного формату на користь інтерактивного, проблемно-орієнтованого та доказового навчання, тому ключовими методами викладання дисципліни є метод кейс-стаді (Case-Based Learning – CBL), проблемно-орієнтоване та командне навчання (Team-based learning – TBL), розрахунково-графічні та аналітичні методи [3]. Студенти розбирають детальні клінічні сценарії (наприклад, розроблення раціону для пацієнта, який знаходиться у групі ризику щодо розвитку цукрового діабету II типу та має дефіцит мікронутрієнтів), аналізуючи анамнез, дані лабораторних досліджень із подальшим розробленням індивідуальних рекомендацій. Упродовж практичних занять викладачі намагаються сфокусувати майбутніх лікарів не на технології виробництва страв, а на медичних наслідках надлишку чи недоліку макро- та мікронутрієнтів у пацієнтів та на шляхах вирішення проблеми, якщо є у цьому необхідність. Застосування методу CBL є найбільш ефективним для занять № 3, № 4, № 8 та № 9 запропонованої програми, під час яких викладач навчає майбутніх лікарів аналізувати та пов'язувати скарги пацієнта, симптоми та результати лабораторних аналізів із конкретними нутриціологічними порушеннями.

Під час викладання практичного курсу викладачі кафедри також активно використовують Team-based learning – активний метод навчання у невеликих групах, який передбачає об'єднання здобувачів у команди для спільної роботи над різними завданнями, моделювання ситуацій та розгляд випадків із реального життя, і студенти із задоволенням вирішують ситуаційні завдання, надають характеристику основним нутрієнтам, корегують різні порушення вітамінного та мінерального статусів, визначають харчовий статус, знаходять вірогідні причини його порушення та пропонують шляхи корекції та профілактичні заходи, надають нутриціологічну та дієтологічну характеристику продуктам рослинного та тваринного походження. З особливою увагою студенти ставляться до оцінки харчової цінності готових блюд для дитячого населення, адже їм потрібно під час практичного заняття надати експертний висновок щодо відповідності сезонного меню для різних вікових груп.

Попередньо вивчений удома матеріал перевіряється індивідуальними та командними тестами в аудиторії, після чого групи дискутують щодо складних нутриціологічних кейсів.

Самостійна робота студентів передбачає креативний підхід до підготовки презентацій, допо-

відей, участі у підсумковій конференції, обговорення результатів, адже під час самостійної роботи студент опрацьовує додаткові джерела інформації, учить фільтрувати великий масив інформації через призму доказової медицини, а викладач йому в цьому допомагає, надаючи рекомендації, а іноді й використовує візуалізацію матеріалу з метою підвищення ефективності засвоєння. Самостійне опрацювання тем вимагає від студента інтеграції знань із біохімії (метаболізм), гігієни (безпека продуктів), внутрішніх хвороб (дієтотерапія при патологіях) та психології (харчова поведінка), тому така висока міждисциплінарність та інтегративність є головним дидактичним викликом і водночас найбільшою цінністю нутриціології як навчальної дисципліни, оскільки студент не просто згадує суху теорію з попередніх курсів, а вчить синтезувати її задля вирішення конкретного клінічного завдання.

У процесі викладання дисципліни застосовуються різні методи контролю:

- усний контроль (усне опитування), що включає у себе питання різного рівня складності: репродуктивні, реконструктивні та творчі;

- письмовий контроль (письмова відповідь на теоретичні питання відповідно до теми заняття чи розв'язання ситуаційних практичних завдань);

- програмований контроль (ситуаційні завдання, бліц-опитування);

- практична перевірка (визначення вмінь студентів вірно скоригувати харчування людини відповідно до конкретного процесу чи захворювання);

- методи самоконтролю й самооцінки. Поточний контроль успішності навчання студентів здійснюється під час практичного заняття на основі їхніх теоретичних знань і практичних навичок та вмінь. Під час оцінювання навчальної діяльності студентів надається перевага стандартизованим методам контролю: структурованим письмовим роботам, структурованому за процедурою контролю практичних навичок в умовах, що наближені до реальних;

- усні/письмові відповіді на питання за темами СРС відповідно до календарно-тематичного плану.

Підсумковий контроль успішності навчання студентів здійснюється після завершення вивчення дисципліни та реалізується у вигляді заліку та підрахунку балів за поточну успішність.

Під час проведення занять та контрольних заходів здобувачі освіти мають дотримуватися етики ділового спілкування, без дозволу викладача не користуватися мобільними телефонами,

іншими технічними засобами, дотримуватися академічної доброчесності, яка реалізується через: самостійне виконання індивідуальних завдань, завдань поточного та підсумкового; дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; надання достовірної інформації про результати власної навчальної діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації [4].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Упровадження у навчальний процес вибіркової дисципліни нутриціології дасть змогу сформувати систему знань і вмінь, яка однозначно дасть можливість майбутньому фахівцю повноцінно та якісно виконувати свої професійні обов'язки. Випускники медичних закладів вищої освіти, які вивчали цю вибіркову дисципліну, краще орієнтуються у веденні пацієнтів із коморбідними ста-

нами та готові до роботи в сучасних приватних та державних клініках превентивного спрямування. Застосування сучасних методів організації самостійної роботи студентів, проведення практичних занять підвищило ефективність вивчення та засвоєння навчальної інформації студентами, що сприяє формуванню їхніх фахових знань та вмінь, професійного світогляду, а також розвитку мотивації до подальшого самовдосконалення.

Перспектива подальших наукових досліджень передбачає сумісно з кафедрою біохімії та медичної хімії розроблення дидактичних моделей для пояснення складних міжсистемних зв'язків та їх клінічного застосування у нутриціології, подальшого впровадження в навчальний процес сучасних методичних підходів і моніторингу довгострокової ефективності навчання.

Список літератури:

1. Велика Н. В., Омельчук С. Т., Алексійчук В. Д., Аністратенко Т. І., Кузьмінська О. В. Підвищення ефективності викладання нутриціології студентам за фахом 228 «Педіатрія». *Матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю*. Київ, 2023. С. 73–74. <http://ir.librarynmu.com/handle/123456789/7086>
2. Закон України «Про вищу освіту». Стаття 62, пункт 15. <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>
3. Освітньо-професійна програма другого (магістерського) рівня вищої освіти в галузі знань 22 «Охорона здоров'я», спеціальність 222 «Медицина». https://drive.google.com/file/d/1Ht_u_tOpIw9GPAGfIqBDo1JIOzO_Is
4. Lysenko T., Demianenko O., Tsyna V., Tsyna A., Tsurkan M. Features of personality centered learning technologies. *Conhecimento & Diversidade*. 2023. Vol. 15. № 37. P. 350–365. <https://doi.org/10.18316/rcd.v15i37.10969>

References:

1. Velyka, N. V., Omelchuk, S. T., Oleksiichuk, V. D., Anistratenko, T. I., & Kuzminska, O. V. (2023). Pidvyshchennia efektyvnosti vykladannia nutrytsiologii studentam za fakhom 228 «Pediatriia» [Improving the efficiency of teaching nutritionology to students majoring in 228 «Pediatrics»]. In *Materialy naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu* (pp. 73–74). librarynmu.com
2. Law of Ukraine No. 1556-VII «On Higher Education», Article 62, Paragraph 15. (2014). rada.gov.ua
3. Lysenko, T., Demianenko, O., Tsyna, V., Tsyna, A., & Tsurkan, M. (2023). Features of personality centered learning technologies. *Conhecimento & Diversidade*, 15(37), 350–365. doi.org
4. Osvitno-profesiina prohrama druhoho (mahisterskoho) rivnia vyshchoi osvity v haluzi znan 22 «Okhorona zdorovia», spetsialnist 222 «Medytsyna» [Educational and professional program of the second (master's) level of higher education in the field of knowledge 22 «Healthcare», specialty 222 «Medicine»]. (n.d.). [DSMU]. google.com

Дата першого надходження статті до видання: 15.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 05.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 14.09.2026