

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет естественных наук, математики и технологий

Кафедра Теории и методики профессионального образования, сервиса и технологий

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Токарева Ю.С.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.15.2. Физиология и гигиена питания

на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)

для направления подготовки (специальности) 43.03.01 – Сервис

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № _____

Профиль – Социально-культурный сервис (для набора 2013, 2014, 2015)

Форма обучения очная, заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

сформировать у студентов основы гигиенических знаний в области физиологии и гигиены питания, раскрыть современные представления, понятия, методы, актуальные проблемы в современной науке о питании. Подготовить учащихся к самостоятельной деятельности с использованием широкого спектра профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья

Задачи изучения дисциплины:

- изучить основы питания современного человека
- изучить составление и анализ суточного рациона питания
- изучить применение в спортивной практике витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок
- изучить профилактику пищевых отравлений

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Б1.В.ДВ- Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.15.2 -Физиология и гигиена питания

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Очная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	7 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	30	30
лекционные (ЛК)	15	15
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	15	15
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	42	42
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	10 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	16	16
лекционные (ЛК)	8	8
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	8	8
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	56	56
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индекс компетенции	Содержание компетенции
ПК-4	готовность к участию в проведении исследований социальнопсихологических особенностей потребителя с учетом национальнорегиональных и демографических факторов

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения	
Знать	Пороговый: физиологию питания; гигиену питания; цели, задачи дисциплины; основы питания современного человека;
	Стандартный: принципы формирования рационов организацию питания спортсменов основных вопросов диетологии

	Эталонный: основ физиологических систем организма человека, участвующих в пищеварении; основные ингредиенты пищи хранение продуктов
Уметь	Пороговый: - формировать рацион спортсменов - организовывать и проводить оценку количественной и качественной адекватности питания.
	Стандартный: - произвести расчеты количественная и качественная адекватность питания - рассчитать каллораж питания спортсменов - подобрать диету в соответствии с видом спорта - формулировать задачи подбирать адекватные средства и методы регулирования гигиены и питания во время физической нагрузки
	Эталонный: анализировать суточный рацион питания
Владеть	Пороговый: - демонстрировать понимание основных понятий, принципов, методов физиологии и гигиены питания - навыками профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах
	Стандартный: - анализировать и оценивать актуальность проблем, возникающих в процессе физкультурно-спортивной деятельности - самостоятельно получать и расширять научные знания в области физиологии и гигиены питания
	Эталонный: - демонстрировать возможность различных интерпретаций полученных результатов; - нести ответственность за результаты своих действий и качество выполненных заданий;

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия	CPC
--------	---------------	----------------------	-------------	--------------------	-----

	раздела			ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Научные основы питания	16	3	3		10
2	2	Организация питания спортсменов.	18	4	4		10
3	3	Витамины, БАДы	18	4	4		10
4	4	Профилактика отравлений	20	4	4		12
Итого			72	15	15	0	42

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Научные основы питания	18	2	2		14
2	2	Организация питания спортсменов.	18	2	2		14
3	3	Витамины, БАДы	18	2	2		14
4	4	Профилактика отравлений	18	2	2		14
Итого			72	8	8	0	56

3.2. Лекционные занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	Научные основы питания современного человека Методологические основы оценки статуса питания.
2	2	Организация питания спортсменов. Количественная и качественная адекватность питания. Составление и анализ суточного рациона питания
3	3	витамино-минеральных комплексы биологически активные добавки. спортивное питание

4	4	Виды пищевых отравлений, клиническая картина пищевых отравлений. Профилактика пищевых отравлений
---	---	---

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	Научные основы питания современного человека Методологические основы оценки статуса питания.
2	2	Организация питания спортсменов.
3	3	витаминно-минеральных комплексы
4	4	Пищевые отравления, клиническая картина пищевых отравлений. Профилактика.

3.3. Практические (семинарские) занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	Научные основы питания современного человека Методологические основы оценки статуса питания.
2	2	Организация питания спортсменов. Количественная и качественная адекватность питания. Составление и анализ суточного рациона питания
3	3	витаминно-минеральных комплексы биологически активные добавки. спортивное питание

4	4	Виды пищевых отравлений, клиническая картина пищевых отравлений. Профилактика пищевых отравлений
---	---	---

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	Научные основы питания современного человека Методологические основы оценки статуса питания.
2	2	Организация питания спортсменов.
3	3	витаминно-минеральных комплексы
4	4	Виды пищевых отравлений, клиническая картина пищевых отравлений.

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	Научные основы питания	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.
2	2	Организация питания спортсменов.	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.

3	3	Витамины, БАДы	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.
4	4	Профилактика отравлений	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	Научные основы питания	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.
2	2	Организация питания спортсменов.	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.
3	3	Витамины, БАДы	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.
4	4	Профилактика отравлений	- работа с электронными образовательными ресурсами; - реферативное изложение; - выполнение творческих заданий; - подготовка электронных презентаций.

4. Интерактивные формы образовательных технологий

Модуль	Номер раздела	Вид учебных занятий	Образовательные технологии	Количество часов
1	1	ЛК	лекции с использованием презентации	2
2	2	ЛК,ПР	использование презентации	2
3	3	ЛК	лекции с использованием презентации	2
4	4	ЛК,ПР	использование презентации	2

5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература

6.1.1. Печатные издания

2. Королев, А.А. Гигиена питания: учебник / Королев Алексей Анатольевич. - 3-е изд., перераб. - Москва: Академия, 2008. - 528 с.
3. Лутошкина, Г.Г. Гигиена и санитария общественного питания: учеб. пособие / Лутошкина Галина Генриховна. - Москва: Академия, 2010. - 64 с. -

6.1.2. Издания из ЭБС

1. Васильева, И.В. Физиология питания: Учебник и практикум / Васильева Инна Витальевна; Васильева И.В., Беркетова Л.В. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 212. - <https://www.biblio-online.ru/book/33833A17-1A7F-4FF9-82C3-1936CE12FEF5>

6.2. Дополнительная литература

6.2.1. Печатные издания

1. Безопасность продовольственного сырья и пищевых продуктов: учеб. пособие / И. А. Рогов [и др.]. - Новосибирск : Сиб.унив.изд., 2007. - 227с. -
2. Рубина, Е.А. Микробиология, физиология питания, санитария: учеб. пособие / Рубина Елена Александровна, Малыгина Виктория Федоровна. - Москва: ФОРУМ, 2011. - 240 с

6.2.2. Издания из ЭБС

1. Возрастная физиология и психофизиология: Учебник / Ляксо Елена Евгеньевна; Ляксо Е.Е., Ноздрачев А.Д., Соколова Л.В. - М.: Издательство Юрайт, 2017. – 396 с. <https://www.biblio-online.ru/book/7C95EEFD-F675-45DA-81CC-B7F430CC57A4>

6.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

ЭБС IPRbooks; Договор № 1201/16/ 223-492а от 29.08.2014г.
ЭБС «БИБЛИОРОССИКА»; Договор № 53Б/223/15-6 от 26.01.2015г www.bibliorossica.com
ЭБС «БИБЛИОРОССИКА»; Договор № 53Б/223/15-6 от 26.01.2015г www.bibliorossica.com
ЭБС IPRbooks; Договор № 1196/15/223П/15-104 от 11.08.2015г. www.iprbookshop.ru
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; Договор № 204-11/15/223/16-7 от 04.02.2016г. www.biblioclub.ru
ЭБС «Университетская библиотека онлайн»; Договор № 204-11/15/223/16-7 от 04.02.2016г. www.biblioclub.ru
ЭБС «Лань»; Договор № 223/17-28 от 31.03.2017г. www.e.lanbook.ru
ЭБС «Юрайт»; Договор № 223/17-27 от 31.03.2017г. www.biblio-online.ru
ЭБС «Консультант студента»; Договор № 223/17-12 от 28.02.2017г. www.studentlibrary.ru
ЭБС «Троицкий мост»; Договор № 223 П/17-121 от 02.05.2017г. www.trmost.ru
ЭБС «Лань»; Договор № 223/17-28 от 31.03.2017г. www.e.lanbook.ru
ЭБС «Юрайт»; Договор № 223/17-27 от 31.03.2017г. www.biblio-online.ru
ЭБС «Консультант студента»; Договор № 223/17-12 от 28.02.2017г. www.studentlibrary.ru

7. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МераПро".

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

672000, г. Чита, ул. Журавлева, 48, ауд. 12-204.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Комплект специальной учебной мебели. Доска аудиторная меловая.

Мультимедийное оборудование: переносной ноутбук, проектор, экран.

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129,

ауд. 14-315.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), научно-исследовательской работы, самостоятельной работы. Компьютерный класс

Комплект специальной учебной мебели. Доска аудиторная меловая.

Мультимедийное оборудование: переносной ноутбук, переносной проектор, переносной экран.

Комплект специальной учебной мебели.

ПК – 6 шт. (в т.ч. преподавательский).

Наборы учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации (переносные).

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

9. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения, положения, нормативные документы и т.д.) и практического характера (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций).

Практические и семинарские занятия планируются по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме обсуждения рефератов, дискуссий, докладов, подготовки отчетов, письменных практических работ, содержащих анализ и синтез различного материала.

При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов студентам следует обращаться к содержанию лекционного материала, изучать рекомендованную основную литературу, положения, федеральные законы, нормативно-правовые документы и т.д. Для более углубленного изучения дисциплины студентам рекомендуются изучать представленную дополнительную литературу, просматривать материалы периодических изданий, интернет-сайты, научно-популярные фильмы и т.д.

Разработчик/группа разработчиков: Стасюк О.Н. к.м.н.. доцент

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 04.09.2017 г. № 1)**