

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 2016)

Форма обучения очная

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.	36	36
лекционные (ЛК)	18	18
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	18	18
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	36	36
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 количественной и качественной адекватности питания -расчитать 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: - произвести расчеты количественная и качественная адекватность питания -расчитать 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
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			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Научные основы питания	17	4	4		9
2	2	Организация питания спортсменов.	17	4	4		9
3	3	Витамины, БАДы	17	4	4		9
4	4	Профилактика отравлений	21	6	6		9
Итого			72	18	18	0	36

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	витаминно-минеральных комплексы биологически активные добавки. спортивное питание
4	4	Виды пищевых отравлений, клиническая картина пищевых отравлений. Заболевания вызванные нарушениями питания. Профилактика пищевых отравлений Режим питания, рацион питания, диетология.

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. Заболевания вызванные нарушениями питания. Профилактика пищевых отравлений Режим питания, рацион питания, диетология.
---	---	---

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	Методологические основы оценки статуса питания.	- 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	использование презентации	2
2	2	ЛК,ПР	использование презентации	2

3	3	ЛК	использование презентации	2
4	4	ЛК,ПР	использование презентации	2

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

Фонд оценочных средств

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 / Ляко Елена Евгеньевна; Ляко 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

Образовательные ресурсы:

<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».

<https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»

<http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»

Научные ресурсы:

<http://diss.rsl.ru/> Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки.

<https://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

Научно-образовательные ресурсы открытого доступа

<http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»

Справочные ресурсы

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» предоставляет свободный доступ к каталогу образовательных Интернет-ресурсов и полнотекстовой электронной учебно-методической библиотеке для общего и

профессионального образования.

<http://www.krugosvet.ru/> Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия «Кругосвет»

<https://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии

Электронные библиотеки

<http://www.nlr.ru/> Российская национальная библиотека

<http://www.ras.ru/> Библиотека Российской Академии наук

<http://www.benran.ru/> Библиотека по естественным наукам

<http://studentam.net/> Электронная библиотека учебников

7. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: Microsoft Windows, Microsoft Office.

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".

Программное обеспечение специального назначения:

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)**