

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

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Геберт В.К.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.О.17.10. Физиология и гигиена питания

на 108 часа(ов), 3 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 2019)

Форма обучения очная, заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Цель и задачи изучения дисциплины сформировать у студентов основы знаний в области физиологии и гигиены питания, раскрыть современные представления, понятия, методы, актуальные проблемы в современной науке о питании.

Задачи изучения дисциплины:

Подготовить учащихся к самостоятельной деятельности с использованием широкого спектра профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Б1. О.17 Модуль профильных дисциплин Б1.О.17.10 Физиология и гигиена питания

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

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы), 108 часов.

Очная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	1 семестр	
Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	34	34
лекционные (ЛК)	17	17
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	17	17
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	38	38
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	1 семестр	

Общая трудоемкость		108
Аудиторные занятия, в т.ч.	14	14
лекционные (ЛК)	8	8
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	58	58
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
	УК-2.1. Формулирует в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение	Знать: круг задач в рамках поставленной цели Уметь: находить связи между задачами Владеть: способами решения поставленных задач с точки зрения соответствия цели
	УК-2.2. Определяет ожидаемые результаты решения выделенных задач	Знать: временные рамки ожидаемых результатов Уметь: выполнять задачи в зоне своей ответственности Владеть: способами решения поставленных задач

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.3. Проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений	Знать: материальные ресурсы по основным задачам Уметь: пользоваться действующими правовыми нормами Владеть: способами решения каждой из поставленных задач
	УК-2.4. Решает конкретные задачи проекта заявленного качества и за установленное время	Знать: сроки выполнения поставленных задач Уметь: обосновать выбор способа решения каждой задачи в зоне своей ответственности Владеть: способами решения поставленных задач с точки зрения соответствия цели.
	УК-2.5. Публично представляет результаты решения конкретной задачи проекта	Знать: основные результаты проекта и показать их значимость в контексте поставленной цели Уметь: соотнести результаты проекта с решением поставленных задач Владеть: информацией публичного представления решения задач
ОПК-7 Способен обеспечивать безопасность обслуживания потребителей и соблюдение требований заинтересованных сторон на основании действующих норм и правил	ОПК-7.1. Обеспечивает соблюдение требований безопасного обслуживания, ОТ и ТБ	Знать: современный комплекс проблем безопасности человека Уметь: организовывать соблюдение норм охраны труда и техники безопасности в подразделениях организаций избранной сферы деятельности Владеть: навыками соблюдения требований безопасного обслуживания, ОТ и ТБ

выполнения норм и правил охраны труда и техники безопасности	ОПК-7.2. Соблюдает положения нормативно-правовых актов, регулирующих ОТ и ТБ	Знать: правовые, нормативные и организационные основы безопасности жизнедеятельности Уметь: соблюдать в своей профессиональной деятельности положений КЗоТ, регулирующих ОТ и ТБ Владеть: навыками нормативно-правовых актов, регулирующих ОТ и ТБ
--	--	--

3. Структура и содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для очной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
1	1	Обмен веществ и энергии	Источники энергии. Единицы измерения. Методы исследования. Обмен жиров, белков и углеводов Обмен воды и минеральных солей. Роль витаминов в питании человека. Обмен энергией.	16	4	4		8
2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы Секреторная функция Желчеотделение и желчевыделение	20	4	4		12
3	3	Понятие о рациональном питании	Правила составления пищевых рационов Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов Роль питания в возникновении заболеваний	18	4	4		10

4	4	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Алиментарная адаптация Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	16	4	4		8
Итого				70	16	16	0	38

3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
1	1	Обмен веществ и энергии	Обмен жиров, белков и углеводов Обмен воды и минеральных солей. Роль витаминов в питании человека	27	3	2		22
2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Анатомия и физиология ЖКТ	16	2	2		12
3	3	Понятие о рациональном питании. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	29	3	2		24
Итого				72	8	6	0	58

3.4. Содержание разделов дисциплины

3.4.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)	
				ОФО	ЗФО
1	1	Обмен веществ и энергии	Источники энергии. Единицы измерения. Методы исследования. Обмен жиров, белков и углеводов Обмен воды и минеральных солей. Роль витаминов в питании человека. Обмен энергией.	4	3

2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы. Секреторная функция. Желчеотделение и желчевыделение	4	2
3	3	Понятие о рациональном питании	Правила составления пищевых рационов. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Роль питания в возникновении заболеваний	5	2
4	4	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Алиментарная адаптация. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	4	1

3.4.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)	
				ОФО	ЗФО
1	1	Обмен веществ и энергии	Источники энергии. Единицы измерения. Методы исследования. Обмен жиров, белков и углеводов Обмен воды и минеральных солей. Роль витаминов в питании человека. Обмен энергией	4	2
2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы Секреторная функция Желчеотделение и желчевыделение	4	1
3	3	Понятие о рациональном питании	Правила составления пищевых рационов Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов Роль питания в возникновении заболеваний	5	1
4	4	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Алиментарная адаптация Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	4	2

3.4.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)	
				ОФО	ЗФО

3.6. Самостоятельная работа студентов

Модуль	Номер раздела	Содержание материала, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость (в часах)	
				ОФО	ЗФО
1	1	Источники энергии Единицы измерения энергии. Методы исследования обмена энергии.	Реферат-доклад Составление терминологической системы (словаря, глоссария, тезауруса по теме, проблеме).	8	10
2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Подготовка электронной презентации.	10	10
3	3	Понятие о рациональном питании Виды питания	Выполнение задания по подсчету индивидуальных энергозатрат Выполнение задания по подсчету индивидуального энергопотребления. Написание реферата-обзора.	9	15
4	4	Алиментарная адаптация Пищевые отравления. Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Подготовка сообщений и докладов Составление иллюстративной картотеки Анализ нормативных документов.	11	23

4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

5.1.1. Печатные издания

1. Рубина, Елена Александровна. Микробиология, физиология питания, санитария : учеб. пособие . - Москва : ФОРУМ, 2011. - 240 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-91134-253-1 : 214-62.
2. Лутошкина, Галина Генриховна. Гигиена и санитария общественного питания : учеб. пособие. - Москва : Академия, 2010. - 64 с. - (Повар, кондитер). - ISBN 978-5-7695-5953-2 : 198-62.
3. Королев, Алексей Анатольевич. Гигиена питания : учебник. - 3-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2008. - 528 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-5402-5 : 495-00.
4. Гигиена питания [Текст] : В 2-х т. Т. 1 / под ред. К.С. Петровского. - Москва : Медицина, 1971. - 511 с. - 3-19.
5. Гигиена питания [Текст] : В 2 т. Т. 2 / под ред. К.С. Петровского. - Москва : Медицина, 1971. - 478 с. - 2-88.

5.1.2. Издания из ЭБС

1. Васильева, Инна Витальевна. Физиология питания : Учебник и практикум / Васильева И.В., Беркетова Л.В. - Электрон. дан. - М : Издательство Юрайт, 2018. - 212. - (Бакалавр. Академический курс). - 1-е издание. - ISBN978-5-534-00638-4:549.00.
<http://www.biblio-online.ru/book/DED196CB-7B21-4C49-8230-FF4749FFA5C1>
2. Госсанэпиднадзор в области гигиены питания 59.rospotrebnadzor.ru

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Малыгина, В.Ф. Основы физиологии питания, гигиена и санитария : учеб. для учащихся техникумов. - Москва : Экономика, 1988. - 223 с. - (Общественное питание). - 0-45.
2. Московский педагогический институт им В.И. Ленина. Методические разработки по курсу "Возрастная физиология и школьная гигиена". - Москва : Просвещение, 1980. - 106 с. - 0-70.

5.2.2. Издания из ЭБС

1. Госсанэпиднадзора в области гигиены питания
<https://studfiles.net/preview/7408389/page:60/>
2. Госсанэпиднадзора в области гигиены питания
https://officemagazine.ru/no_category/72929

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Образовательные ресурсы:

1. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».
2. <https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»
3. <http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»
4. <http://www.trmost.com/> Электронно-библиотечная система «Троицкий мост»

Научные ресурсы:

1. <http://diss.rsl.ru/> Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки.
2. <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.

Электронные библиотеки

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

<http://www.gnpbu.ru/> Государственная научная педагогическая библиотека им. Ушинского

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

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

8. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: Microsoft Windows, Microsoft Office.

6. 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:

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Помещение для самостоятельной работы	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре

8. 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: Высоцкая Татьяна Анатольевна, доцент кафедры СМБД ФКиС

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 30.08.2019 г. № 1)**

Согласована с выпускающей кафедрой

Заведующий кафедрой

« ____ » _____ 20 ____ г.