

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 2020)

Форма обучения 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.

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. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. 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-2.3. 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 выполнения норм и правил охраны труда и техники безопасности	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
	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 положения 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 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)
				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.	3
2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы. Секреторная функция. Желчеотделение и желчевыделение	2
3	3	Понятие о рациональном питании	Правила составления пищевых рационов. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Роль питания в возникновении заболеваний	2

4	4	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Алиментарная адаптация. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	1
---	---	---	---	---

3.4.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

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

3.4.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
				ЗФО

3.6. Самостоятельная работа студентов

Модуль	Номер раздела	Содержание материала, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость (в часах)
				ЗФО
1	1	Источники энергии Единицы измерения энергии. Методы исследования обмена энергии.	Реферат-доклад Составление терминологической системы (словаря, глоссария, тезауруса по теме, проблеме).	10

2	2	Общая характеристика пищеварительных процессов	Подготовка электронной презентации.	10
3	3	Понятие о рациональном питании Виды питания	Выполнение задания по подсчету индивидуальных энергозатрат Выполнение задания по подсчету индивидуального энергопотребления. Написание реферата-обзора.	15
4	4	Алиментарная адаптация Пищевые отравления. Госсанэпиднадзора в области гигиены питания	Подготовка сообщений и докладов Составление иллюстративной картотеки Анализ нормативных документов.	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 "МегаПро".

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, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	

Помещение для самостоятельной работы	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной 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 ФФКиС

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 04.09.2020 г. № 1)**

Согласована с выпускающей кафедрой

Заведующий кафедрой

« ____ » _____ 20 ____ г.