

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

Факультет физической  
культуры и спорта

Геберт Виталий  
Климентьевич

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 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 2021)  
Форма обучения: Очная

## 1. Организационно-методический раздел

### 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель 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.

Виды занятий	Семестр 1	Всего часов
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)		

## 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	УК-2.1. Формулирует в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение	<p>Знать: круг задач в рамках поставленной цели.</p> <p>Уметь: находить связи между задачами.</p> <p>Владеть: способами решения поставленных задач с точки зрения соответствия цели.</p>
УК-2	УК-2.2. Определяет ожидаемые результаты решения выделенных задач	<p>Знать: временные рамки ожидаемых результатов.</p> <p>Уметь: выполнять задачи в зоне своей ответственности.</p> <p>Владеть: способами решения поставленных задач.</p>
УК-2	УК-2.3. Проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений	<p>Знать: материальные ресурсы по основным задачам.</p> <p>Уметь: пользоваться действующими правовыми нормами.</p> <p>Владеть: способами решения каждой из поставленных задач.</p>
УК-2	УК-2.4. Решает конкретные задачи проекта заявленного качества и за установленное время	<p>Знать: сроки выполнения поставленных задач.</p> <p>Уметь: обосновать выбор способа решения каждой задачи в зоне своей ответственности.</p> <p>Владеть: способами решения поставленных задач с точки зрения соответствия цели.</p>
УК-2	УК-2.5. Публично представляет результаты решения конкретной задачи проекта	<p>Знать: основные результаты проекта и показать их значимость в контексте поставленной цели.</p>

		<p>Уметь: соотнести результаты проекта с решением поставленных задач.</p> <p>Владеть: информацией публичного представления решения задач.</p>
ОПК-7	ОПК-7.1. Обеспечивает соблюдение требований безопасного обслуживания, ОТ и ТБ	<p>Знать: современный комплекс проблем безопасности человека</p> <p>Уметь: организовывать соблюдение норм охраны труда и техники безопасности в подразделениях организаций избранной сферы деятельности</p> <p>Владеть: навыками соблюдения требований безопасного обслуживания, ОТ и ТБ</p>
ОПК-7	ОПК-7.2. Соблюдает положения нормативно-правовых актов, регулирующих ОТ и ТБ	<p>Знать: правовые, нормативные и организационные основы безопасности жизнедеятельности</p> <p>Уметь: соблюдать в своей профессиональной деятельности положений КЗоТ, регулирующих ОТ и ТБ.</p> <p>Владеть: навыками нормативно-правовых актов, регулирующих ОТ и ТБ</p>

### 3. 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			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Обмен веществ и энергии.	Источники энергии. Единицы измерения. Методы исследования.	16	4	4	0	8

			Обмен жиров, белков и углеводов Обмен воды и минеральных солей. Роль витаминов в питании человека. Обмен энергией.					
2	2.1	Общая характеристика пищеварительных процессов.	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы Секреторная функция. Желчеотделение и желчевыделение.	18	4	4	0	10
3	3.1	Понятие о рациональном питании.	Правила составления пищевых рационов. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Роль питания в возникновении заболеваний.	22	5	5	0	12
4	4.1	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	Алиментарная адаптация. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	16	4	4	0	8
Итого				72	17	17	0	38

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	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	2.1	Общая характеристика	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы.	4

		а пищеварительных процессов.	Секреторная функция. Желчеотделение и желчевыделение.	
3	3.1	Понятие о рациональном питании.	Правила составления пищевых рационов. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Роль питания в возникновении заболеваний.	5
4	4.1	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	Алиментарная адаптация. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	4

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	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	2.1	Общая характеристика пищеварительных процессов.	Структурно-функциональная часть пищеварительной системы. Секреторная функция. Желчеотделение и желчевыделение.	4
3	3.1	Понятие о рациональном питании.	Правила составления пищевых рационов. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Роль питания в возникновении заболеваний.	5
4	4.1	Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены	Алиментарная адаптация. Организационные и правовые основы Госсанэпиднадзора в области гигиены питания.	4

		питания.	
--	--	----------	--

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Источники энергии Единицы измерения энергии. Методы исследования обмена энергии.	Реферат-доклад Составление терминологической системы (словаря, глоссария, тезауруса по теме, проблеме).	8
2	2.1	Общая характеристика пищеварительных процессов.	Подготовка электронной презентации.	10
3	3.1	Понятие о рациональном питании. Виды питания.	Выполнение задания по подсчету индивидуальных энергозатрат. Выполнение задания по подсчету индивидуального энергопотребления.	12
4	4.1	Алиментарная адаптация. Пищевые отравления. Госсанэпиднадзор в области гигиены питания.	Подготовка сообщений и докладов. Составление иллюстративной картотеки. Анализ нормативных документов.	8

### 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. Васильева И. В. Физиология питания : Учебник и практикум для вузов / Васильева И. В., Беркетова Л. В. - Москва : Юрайт, 2021. - 212 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/469535>

2. Пасько О. В. Технология продукции общественного питания. Лабораторный практикум : Учебное пособие для вузов / Пасько О. В., Автюхова О. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 268 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471734>

3. Технология функциональных продуктов питания : Учебное пособие для вузов / под общ. ред. Донченко Л. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 176 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471182>

#### 5.1.2. Издания из ЭБС

1. Гапонова, В. Е. Физиология питания [Электронный ресурс] : учебно-методические указания для лабораторно-практических занятий / Гапонова В. Е., Исаев Х. М., Слезко Е. И. - 2-е изд. - Брянск : Брянский ГАУ, 2020. - 82 с. - Книга из коллекции Брянский ГАУ - Технологии пищевых производств

2. Слезко, Е. И. Методические указания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Физиология питания» [Электронный ресурс] : методическое пособие по самостоятельной работе студентов / Слезко Е. И., Гапонова В. Е., Исаев Х. М. - Брянск : Брянский ГАУ, 2020. - 46 с. - Книга из коллекции Брянский ГАУ - Технологии пищевых производств.

### 5.2. Дополнительная литература

#### 5.2.1. Печатные издания

1. Коротько Г. Ф. Физиология пищеварения плода и детей разного возраста : Учебное пособие для вузов / Коротько Г. Ф. - Москва : Юрайт, 2021. - 165 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/476725>

2. Чижикова О. Г. Технология производства хлеба и хлебобулочных изделий : Учебник для вузов / Чижикова О. Г., Коршенко Л. О. - 3-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 251 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/477944>

3. Буйлова Л. А. Технология производства молочных консервов : Учебник и практикум Для СПО / Буйлова Л. А. - Москва : Юрайт, 2021. - 206 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/471472> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-04272-6 : 619.00

#### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Корнева, О. А. Физиология питания [Электронный ресурс] : учебное пособие / Корнева О. А. - Краснодар : КубГТУ, 2019. - 139 с. - Книга из коллекции КубГТУ - Технологии пищевых производств. - ISBN 978-5-8333-0923-0.

2. Терехов, В. И. Физиология и генетика бактерий [Электронный ресурс] : учебное пособие



### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	<a href="https://www.biblio-online.ru">https://www.biblio-online.ru</a>
Электронно-библиотечная система «Консультант студента»	<a href="http://www.studentlibrary.ru">http://www.studentlibrary.ru</a>
Электронно-библиотечная система «Троицкий мост»	<a href="http://www.trmost.com">http://www.trmost.com</a>
Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки	<a href="http://diss.rsl.ru">http://diss.rsl.ru</a>
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	<a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>

### 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:

- 1) Google Chrome

### 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	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения	Состав оборудования и технических средств

групповых и индивидуальных консультаций	обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## **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:  
Светлана Геннадьевна Фефелова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.