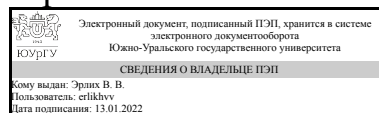


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Институт спорта, туризма и  
сервиса



В. В. Эрлих

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.14 Физиология питания  
для направления 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

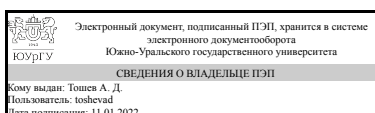
уровень Бакалавриат

форма обучения очная

кафедра-разработчик Технология и организация общественного питания

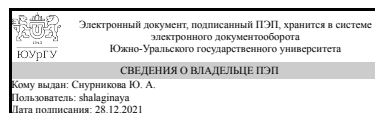
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания, утверждённым приказом Минобрнауки от 17.08.2020 № 1047

Зав.кафедрой разработчика,  
д.техн.н., проф.



А. Д. Тошев

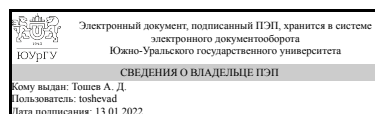
Разработчик программы,  
старший преподаватель



Ю. А. Снурникова

СОГЛАСОВАНО

Руководитель направления  
д.техн.н., проф.



А. Д. Тошев

## 1. Цели и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины является формирование представлений о роли питания в обеспечении нормального развития и функционирования организма человека, профилактике различных заболеваний и создании условий для адекватной адаптации к окружающей среде. Задачами дисциплины являются: – изучение принципов рационального (сбалансированного) питания; – получение представлений о метаболизме основных пищевых веществ и влиянии этих процессов на состояние организма; – изучение методов оценки пищевого статуса населения; – изучение принципов составления сбалансированных рационов для различных групп населения.

## Краткое содержание дисциплины

Роль питания в жизнедеятельности человека. Пищеварительная система. Значение различных компонентов пищи для организма. Физиологические основы составления пищевых рационов. Лечебно-профилактическое питание. Лечебное питание.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-5 ПК-5 - Способен к организации и управлению системами качества на предприятиях общественного питания, внедрению инноваций в производство, информационного и документационного обеспечения	Знает: - методы определения суточных энергозатрат, методы расчета калорийности блюд и рационов питания, основные требования к организации лечебно-профилактического и диетического - основную нормативно-техническую документацию регламентирующую производство продуктов питания и разработку рационов для различных групп населения Умеет: - использовать нормативно-техническую документацию для разработки научно-обоснованных рационов питания Имеет практический опыт: - навыками определения суточных энергозатрат, потребности в пищевых веществах, химического состава блюд и рационов, составлять научно обоснованные рационы для различных групп населения - навыками составления отчетов о результатах исследования пищевого статуса населения - навыками работы с НТД в области производства продуктов питания

## 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	1.Ф.11 Особенности ХАССП на предприятиях общественного питания, 1.Ф.04 Биологически активные добавки и улучшители в производстве продуктов питания, 1.О.28 Стандартизация, подтверждение

соответствия и метрология,  
ФД.02 Современные технологии на  
предприятиях общественного питания

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 54,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		3	
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108	
<i>Аудиторные занятия:</i>	48	48	
Лекции (Л)	32	32	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	53,75	53,75	
с применением дистанционных образовательных технологий	0		
Подготовка к зачету	15	15	
Изучение учебной и научной литературы	10	10	
Подготовка отчетов по практическим работам	28,75	28,75	
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	

#### 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Введение в предметное содержание дисциплины	2	2	0	0
2	Основные пищевые вещества: белки, жиры, углеводы. Минеральные вещества и вода, витамины.	4	2	2	0
3	Физиология пищеварения. Сущность, строение пищеварительной системы.	16	10	6	0
4	Научное обоснование принципов здорового питания	26	18	8	0

##### 5.1. Лекции

№	№	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-
---	---	---	------

лекции	раздела		во часов
1	1	Введение в предметное содержание дисциплины. Физиология как наука. История. Значение питания. Нутрициология. Понятия здорового питания. Пища и пищевые вещества.	2
2	2	Основные пищевые вещества: белки, жиры, углеводы. Минеральные вещества и вода, витамины.	2
3	3	Физиология пищеварения. Сущность, строение пищеварительной системы.	2
4	3	Физиология пищеварения в ротовой полости и желудке.	2
5	3	Физиология пищеварения в кишечнике. Всасывание пищевых веществ	2
6,7	3	Обмен веществ и энергии. Баланс энергии. Регуляция массы тела	4
8	4	Научное обоснование принципов здорового питания	2
9	4	Суточный рацион питания	2
10,11	4	Рациональное питание: понятие, основные принципы (учет физиологических особенностей организма, сбалансированность пищевых веществ, разнообразие пищи).	4
12,13	4	Порядок составления и физиологическая оценка меню для разных групп взрослого населения	4
14	4	Особенности питания детей, людей, занятых умственным трудом, пожилых людей.	2
15	4	Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании. Задачи и принципы построения лечебного питания	2
16	4	Современные взгляды на проблемы рационального питания /традиции вегетарианства, учение о раздельном питании, “модные диеты” и др./.	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	2	Влияние пищи на развития человека , историю, культуру и т.д.	2
2,3	3	Решение задач по определению энергетической ценности отдельных продуктов и блюд	4
4	3	Составление меню суточного рациона	2
5	4	Расчет энергетической ценности суточного рациона студента	2
6	4	Составление рациона на неделю, месяц.	2
7	4	Составление рациона питания для возрастной группы	2
8	4	Характеристика диет	2

## 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

## 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к зачету	Химический состав российских пищевых продуктов [Текст] под ред. И. М.	3	15

	Скурихина, В. А. Тутельяна; Рос. акад. мед. наук, Ин-т питания. - М.: ДеЛи принт, 2002. - 235 с. табл.		
Изучение учебной и научной литературы	Химический состав российских пищевых продуктов [Текст] под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна; Рос. акад. мед. наук, Ин-т питания. - М.: ДеЛи принт, 2002. - 235 с. табл.	3	10
Подготовка отчетов по практическим работам	Физиология питания: учебное пособие / В.В. Чаплинский; под. ред. А.Д. Тошева. - Челябинск, ИЦ ЮУрГУ, 2010. - 43 с.	3	28,75

## 6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Промежуточная аттестация	Тестирование	-	37	каждый правильный ответ 1 балл	зачет

### 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	тестирование	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### 6.3. Оценочные материалы

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ
		1
ПК-5	Знает: - методы определения суточных энергозатрат, методы расчета калорийности блюд и рационов питания, основные требования к организации лечебно-профилактического и диетического - основную нормативно-техническую документацию регламентирующую производство продуктов питания и разработку рационов для различных групп населения	+
ПК-5	Умеет: - использовать нормативно-техническую документацию для разработки научно-обоснованных рационов питания	+
ПК-5	Имеет практический опыт: - навыками определения суточных энергозатрат, потребности в пищевых веществах, химического состава блюд и рационов, составлять научно обоснованные рационы для различных групп населения - навыками составления отчетов о результатах исследования пищевого статуса населения - навыками работы с НТД в области производства продуктов питания	+

Фонды оценочных средств по каждому контрольному мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Химический состав российских пищевых продуктов [Текст] под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна; Рос. акад. мед. наук, Ин-т питания. - М.: ДеЛи принт, 2002. - 235 с. табл.
2. Дроздова, Т. М. Физиология питания [Текст] учеб. для вузов по направлению 655700 (260500) "Технология продовольств. продуктов спец. назначения и обществ. питания" Т. М. Дроздова, П. Е. Влощинский, В. М. Позняковский. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2007. - 348, [2] с. ил.
3. Мартинчик, А. Н. Физиология питания, санитария и гигиена [Текст] учеб. пособие для сред. проф. образования А. Н. Мартинчик, А. А. Королев, Л. С. Трофименко. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2004. - 190,[1] с.

#### б) дополнительная литература:

1. Рубина, Е. А. Санитария и гигиена питания [Текст] Учеб. пособие для вузов по специальности 271200 "Технология продуктов обществ. питания" направления 655700 "Технология продовольств. продуктов спец. назначения и обществ. питания" Е. А. Рубина. - М.: Academia, 2005. - 284, [1] с.
2. Степанова, И. В. Санитария и гигиена питания [Текст] учеб. пособие для вузов по специальности 260501 "Технология продуктов обществ. питания" И. В. Степанова. - СПб.: Троицкий мост, 2010. - 223 с. 1 электрон. опт. диск

#### в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Пищевые ингредиенты: сырье и добавки ,Союз производителей пищевых ингредиентов ,Офиц. изд.- М., 2002-2015
2. Известия высших учебных заведений. Пищевая технология ,науч.-техн. журн. ,ФГБОУ ВПО "Кубан. гос. технолог. университет. - Краснодар, 1957-

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. 2. Физиология питания: учебное пособие / В.В. Чаплинский; под ред. А.Д. Тошева. - Челябинск, ИЦ ЮУрГУ, 2010. - 43 с.

#### из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. 2. Физиология питания: учебное пособие / В.В. Чаплинский; под ред. А.Д. Тошева. - Челябинск, ИЦ ЮУрГУ, 2010. - 43 с.

### Электронная учебно-методическая документация

Нет

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -Консультант Плюс(31.07.2017)
2. -Стандартинформ(бессрочно)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	101 (5)	Мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран)
Практические занятия и семинары	101 (3г)	Печь микроволновая Samsung, пароконвектомат UNOX – 2 шт., конвекционная печь GARBIN, посудомоечная машина Indesit DG 6445 W, куттер Robot Coupe, холодильник STINOL , электрич. плита "Лысьва 411" 9 шт, вытяжка "Elisummer 16шт, мясорубка "EVEREST", миксер планерный"Boch", фритюрница "Мулинекс", миксер "BEAR VARIMIXER",кофемашина "Arpia I GrS ,весы общего назначения, жарочная поверхность Modular, плита электрическая 4-х комф с духовкой Modular – 2 шт., овощерезка Robot Coupe, печь микроволновая Amana, расстоечный шкаф UNOX, слайсер BECKERS ES, стиральная машина INDESIT, фритюрница FIMAR – 2 шт, телевизор Samsung СК – 2148, кофемолка CUNILL COLOMBIA, блендер KS 908, весы электрические ПВ-6 – 2 шт, весы электрические МК-6.2- А 20, карамелезатор электрический MARTELLATO, лампа для карамели LAMP MARTELLATO