

Министерство образования и науки РФ
Федеральное государственное
автономное образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор Торгово-экономического института
Ю.Л. Александров
« 18 » 03 2016г.
Торгово-экономический институт



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

Дисциплина ОП.02 Физиология питания

Специальность 19.02.10 Технология продукции общественного питания

« _____ » _____ 201_ г. протокол № _____

Заведующий ОСПО _____

Внесённые изменения утверждаю:
Директор Торгово-экономического института:
Ю.Л. Александров

Красноярск 2016

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания

Программу составил: преподаватель ОСПО Н.С. Зайцева _____
инициалы, фамилия, подпись

Рабочая программа обсуждена на заседании Совета ОСПО

« 16 » марта 2016 г. протокол № 3

Заведующий ОСПО: Н.С. Зайцева _____
фамилия, инициалы, подпись

Дополнения и изменения в учебной программе на 201 ___/201___ учебный год.

В рабочую программу вносятся следующие изменения: _____

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании Совета ОСПО

« _____ » _____ 201___ г. протокол № _____

Заведующий ОСПО _____
фамилия, инициалы, подпись

Внесенные изменения утверждаю:

Директор Торгово-экономического института:

Ю.Л. Александров _____
фамилия, инициалы, подпись

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель преподавания дисциплины

Целью курса «Физиология питания» является ознакомление студентов, с современными представлениями физиологических потребностей человека в пищевых веществах и энергии, а также с практическими проблемами рационализации питания населения.

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

- приобретение студентами теоретических знаний, практических умений и навыков в области физиологии питания;
- дальнейшее развитие и совершенствование готовности к трудовой деятельности, осознанному выбору профессии, навыков самоорганизации и саморазвития, информационных умений и навыков;
- овладение умениями в составлении рационов питания для различных категорий потребителей;
- применение полученных знаний и умений в профессиональной деятельности

1.2 Задачи изучения дисциплины

Задачи дисциплины заключаются в развитии следующих знаний, умений и навыков личности:

- усвоение профессиональной терминологии;
- понимание физиолого-гигиенического воздействия пищевых продуктов и нутриентов на состояние здоровья и функции организма человека;
- изучение современных рекомендуемых норм потребления пищевых веществ.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы подготовки специалистов среднего звена

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в

профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ПК 1.1. Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.2. Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.3. Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.

ПК 2.1. Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.

ПК 2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 2.3. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.

ПК 3.1. Организовывать и проводить приготовление сложных супов.

ПК 3.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.

ПК 3.3. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.

ПК 3.4. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 4.1. Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.

ПК 4.2. Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.

ПК 4.3. Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.

ПК 4.4. Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.

ПК 5.1. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.

ПК 5.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.

ПК 6.1. Участвовать в планировании основных показателей производства.

ПК 6.2. Планировать выполнение работ исполнителями.

ПК 6.3. Организовывать работу трудового коллектива.

ПК 6.4. Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.

ПК 6.5. Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.

В результате изучения дисциплины студент должен:

уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;

знать:

- роль пищи для организма человека;
- основные процессы обмена веществ в организме;
- суточный расход энергии;
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;
- физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;
- понятие рациона питания;
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания.

1.4 Место дисциплины (модуля) в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Курс «Физиология питания» относится к обязательной части цикла общепрофессиональных дисциплин (ОП.02).

Знание обучающимися основных понятий из курса общей физиологии, правил составления и оценки рационов питания поможет в дальнейшем профессионально разрабатывать новые рецептуры блюд, технологии их производства, с учетом индивидуальных особенностей потребителей, грамотно составлять меню для предприятий общественного питания различной специализации. Также поможет свободно ориентироваться в назначении и выборе сырья и блюд для лечебного и лечебно-профилактического питания.

В условиях рыночных отношений, когда появляется здоровая конкуренция между предприятиями, большое значение приобретает качество конечной продукции, которое в свою очередь обеспечивается профессиональным использованием технологических приемов кулинарной обработки пищи

обеспечивающих максимальное удовлетворение потребностей человека в белках, жирах, углеводах, витаминах и микроэлементах, биологически активных веществах, высоких органолептических показателях. Поэтому неотъемлемой частью подготовки выпускников по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания является изучение основ физиологии питания человека.

Курс «Физиология питания» имеет непосредственные междисциплинарные связи, с такими дисциплинами и междисциплинарными курсами учебного плана специальности как: «Химия», «Микробиология, санитария и гигиена в пищевом производстве» «Технология приготовления полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции», «Технология процесса и приготовление сложной холодной кулинарной продукции», «Технология приготовления сложной горячей кулинарной продукции», «Технология приготовления сложных хлебобулочных, мучных кондитерских изделий», «Технология приготовления сложных холодных и горячих десертов».

1.5 Особенности реализации дисциплины

Программой дисциплины предусмотрено применение следующих образовательных технологий: проведение лекционных и практических занятий, самостоятельная работа студентов, консультации преподавателя.

2 Объем дисциплины (модуля)

Виды работ	Форма обучения	
	Очная	
	Семестр	
	II	
А	1	2
Лекции	26	
Практические занятия (ПЗ)	14	
Семинарские занятия (СЗ)	-	
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-	
Консультации	4	
Самостоятельная работа	16	
Контрольная работа	+	
Реферат	-	
Курсовая работа	-	
Зачет дифференцированный	+	
Экзамен	-	
Всего часов:	60	

3 Содержание дисциплины (модуля)

3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа (акад. час)	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа, (акад. час),	Формируемые компетенции
			Семинары и/или Практические занятия (акад. час)	Лабораторные работы и/или Практикумы (акад. час)		
1	2	3	4	5	6	7
1	<i>Физиология питания как наука</i>	2	-	-		ОК.1., ОК.5., ОК.6., ОК.8., ОК.9. ПК.1.1-ПК.6.5
2	<i>Пищевые вещества и их значение</i>	8	2	-	2	ОК.2., ОК.4., ОК.5. ОК.6., ОК.7., ОК.8., ОК.9. ПК.1.1-ПК. 6.5
3	<i>Пищевая и энергетическая ценность продуктов питания, органолептическая оценка их качества</i>	4	4	-	2	ОК.5., ОК.6., ОК.8., ОК.9. ПК.1.1-ПК. 6.5
4	<i>Физиология пищеварения</i>	2	2	-	4	ОК.5., ОК.6., ОК.8. ОК.9. ПК.1.1-ПК.5.2
5	<i>Рациональное питание и физиологические основы его организации</i>	6	4	-	4	ОК.2., ОК.3., ОК.4., ОК.5., ОК.6., ОК.7., ОК.8., ОК.9. ПК.1.1-ПК. 6.5
6	<i>Диетическое и лечебно-профилактическое питание</i>	4	2	-	4	ОК.3., ОК.4., ОК.5. ОК.6., ОК.9. ПК.1.1-ПК. 6.5
	Итого	26	14	-	16	

3.2 Занятия лекционного типа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий ¹	Объем в акад. часах	
			всего	в том числе, в инновационной форме
1	1. Физиология питания как наука	Физиология питания как наука, цели и задачи. Понятие о питании. Значение питания в жизни человека. История и эволюция питания.	2	
2	2. Пищевые вещества и их значение	Основные пищевые вещества: микронутриенты и макронутриенты. Заменяемые и незаменимые вещества.	2	
		Белки: физиологическая роль, аминокислотный состав белков, биологическая ценность. Основные источники белка в питании. Потребность и нормирование белка в питании.	1	
		Жиры. Строение и функции жиров. Биологическая эффективность. Жироподобные вещества. Основные источники жиров в питании. Потребность и нормирование жиров в питании.	1	
		Углеводы: состав и основные функции. Простые и сложные углеводы. Потребность и нормирование углеводов в питании.	1	
		Витамины. Свойства и классификация витаминов. Витаминная обеспеченность организма. Потребность в витаминах. Характеристика водо- и жирорастворимых витаминов. Витаминоподобные вещества.	1	
		Минеральные вещества. Классификация и основные функции минеральных веществ. Физиологическая роль, основные источники и нормы потребления макро- и микро-элементов. Виды, состав и значение питьевой и минеральной воды. Водный обмен и питьевой режим.	1	
		Вода: значение для организма, физиологическая роль. Водно-солевой обмен, водный баланс. Особенности питьевого режима в условиях жаркого климата и горячих цехах.	1	
3	3. Пищевая и энергетическая цен-	Пищевая ценность продуктов питания животного происхождения.	1	
		Пищевая ценность продуктов питания растительного происхождения.	1	

¹ В случае применения ЭО и ДОТ после наименования занятия ставится звездочка «*» с указанием места проведения занятия: (А) – в аудитории, (О) – онлайн занятие в ЭИОС.

	ность продуктов питания, органолептическая оценка их качества	Понятие о калорийности пищи. Энергетический баланс организма. Обмен веществ и энергии. Ассимиляция и диссимиляция. Энергозатраты человека, их зависимость от пола, возраста, физической нагрузки.	1	
		Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов.	1	
4	4. Физиология пищеварения	Пищеварение: сущность, строение пищеварительной системы. Роль пищеварительных ферментов, условия, влияющие на их активность.	1	
		Понятие об усвояемости пищи. Аппетит и голод. Непереносимость пищи.	1	
5	5. Рациональное питание и физиологические основы его организации	Рациональное питание: понятие, основные принципы. Правила здорового питания.	2	
		Особенности питания, в зависимости от пола, возраста, физической нагрузки.	2	
		Порядок составления и физиологическая оценка меню для разных групп населения.	2	
6	6. Диетическое и лечебно-профилактическое питание	Диетическое питание: понятие, значение. Основные физиологические принципов построения диетического питания. Принципы щажения: механическое, химическое, термическое.	2	
		Назначение и характеристика основных лечебных диет. Понятие о лечебно-профилактическом питании.	2	
ИТОГО			26	

3.3 Практические занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий ²	Объем в акад. часах	
			всего	в том числе, в инновационной форме
1	2.Пищевые вещества и их значение	Физиологическая роль основных нутриентов. Изучение роли основных пищевых веществ в питании человека, определение биологической ценности белков и пищевой ценности продуктов и блюд.	2	
2	3.Пищевая и энергетическая ценность продуктов питания, органолептическая оценка их качества.	Проведение органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов	2	
		Расчет энергетической ценности блюд	2	
3	4.Физиология пищеварения	Изменение пищевых веществ в организме человека	2	
4	5. Рациональное питание и физиологические основы его организации	Составление меню суточного рациона питания.	2	
		Деловая игра в форме дискуссии «Анализ альтернативных видов питания»	2	2

² В случае применения ЭО и ДОТ после наименования занятия ставится звездочка «*» с указанием места проведения занятия: (А) – в аудитории, (О) – онлайн занятие в ЭИОС.

5	6. Диетическое и лечебно-профилактическое питание.	Составление меню суточного рациона в соответствии с указанной диетой.	2	
<i>ИТОГО</i>			14	

3.4 Лабораторные занятия

Учебным планом не предусмотрено.

4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Физиология питания: методические рекомендации по практическим работам / ФГАОУ ВО СФУ Торгово-экономический институт; сост. Н.С. Зайцева. – Красноярск, 2016. – 20 с.

2. Физиология питания: методические указания для самостоятельной работы студентов / ФГАОУ ВО СФУ Торгово-экономический институт; сост. Н.С. Зайцева. – Красноярск, 2016. – 67 с.

5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

В соответствии с учебным планом, формой итогового контроля является дифференцированный зачет.

Целью зачета является проверка усвоения студентами теоретического материала по темам курса, готовности применить эти знания и умения в соответствии с избранной ими профессиональной деятельностью.

Зачет по дисциплине «Физиология питания» может проводиться:

- в устной форме – в виде беседы преподавателя со студентом по подготовленным вопросам согласно заданию;
- в письменной форме – в виде тестирования.

Критерии оценивания:

«Отлично» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос; показана совокупность осознанных знаний об объекте изучения, доказательно раскрыты основные положения (свободно оперирует понятиями, терминами, персоналиями и др.); в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным языком; на возникшие вопросы преподавателя студент давал четкие, конкретные ответы, показывая умение выделять существенные и несущественные моменты материала.

«Хорошо» ставится, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделять существенные и несущественные моменты материала; ответ четко структурирован, выстроен в логической последовательности, изложен литературным грамотным языком; однако были допущены неточности в определении понятий, персоналий, терминов, дат и др.

«Удовлетворительно» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют некоторые нарушения, допущены несущественные ошибки в изложении теоретического материала и употреблении терминов, персоналий; в ответе не присутствуют доказательные выводы; сформированность умений показана слабо, речь неграмотная.

«Неудовлетворительно» ставится, если дан неполный ответ на поставленный вопрос, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения, допущены существенные ошибки в теоретическом материале (фактах, понятиях, персоналиях); в ответе отсутствуют выводы, сформированность умений не показана, речь неграмотная.

При проведении зачета с использованием баз тестовых материалов по курсу рекомендуется использовать следующие критерии оценивания знаний студентов:

Уровень знаний студентов			
Оценка			
Отлично	Хорошо	Удовл.	Неудовл.
100-85%	84-65%	64-50%	Менее 50%

6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная литература

1. Рубина, Е. А. Микробиология, физиология питания, санитария [Текст] : учеб. пособие : [для сред. проф. образования] / Е. А. Рубина, В. Ф. Малыгина.- Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2015. - 240 с. Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=503099>

Дополнительная литература

1. Морозова, Е. В. Физиология питания. Организация питания школьников [Текст] : учеб. пособие / Е. В. Морозова, Л. Г. Макарова ; Сиб. федерал. ун-т, Торг.-эконом. ин-т.- Красноярск : СФУ, 2012. - 141 с. Режим доступа: <http://lib3.sfu-kras.ru/ft/lib2/elib/u61/i-719078.pdf>

2. Матюхина, З. П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии [Текст] : учебник для нач. проф. образования / З. П. Матюхина.- М. : Академия, 2012. - 253 с.

Учебно-методические пособия:

1. Физиология питания [Текст] : метод. указания к проведению практ. занятий для студентов направления подготовки 260800.62 всех форм обучения / сост. Л. Г. Макарова.- Красноярск : СФУ, 2012. - 46 с.

Журналы:

Питание и общество: профессиональный кулинарный журнал. Научно-производственное издание / Учредитель Совет трудового коллектива ж - ла «Питание и общество». – 2014, январь - . – М.: Гарант, 2014. - 32 с.: ил. – Ежемес.

7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Санитарные правила и нормы [Электронный ресурс] / Технодок.ру. Охрана труда в России: место сбора специалистов: сайт // Режим доступа: <http://www.tehdok.ru/sanitary.htm>.
2. StandartGOST.ru - открытая база ГОСТов [Электронный ресурс]: сайт // Режим доступа: http://standartgost.ru/0/214/208/101/218-pischevaya_mikrobiologiya.
3. Правильное питание – источник здоровья [Электронный ресурс]: сайт // Режим доступа: <http://properdiet.ru/literatura/>.

8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Учебный процесс по курсу «Физиология питания» проходит по классической для средних учебных заведений схеме: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов, промежуточные формы контроля, зачет (экзамен).

Первостепенное значение в учебном процессе для любой формы обучения играют *лекции*. Данная форма представляет собой передачу информации от преподавателя студентам. Лекции имеют важнейшее значение для формирования целостной системы знаний студента и успешной сдачи зачета.

Лекционная форма работы позволяет формировать системные знания студентов. В лекциях внимание уделяется особо сложным и наименее освещенным в учебной литературе проблемам курса, с которыми самостоятельно справиться студенту, зачастую, крайне сложно. В течение лекции студенту рекомендуется вести конспективные записи, которые заключаются в кратком изложении ключевых проблем освещаемой темы.

Практические занятия систематизируют работу по изучению каждой темы на основе лекционного материала, прочитанной учебной и дополнительной литературы, позволяют формировать методологические и практические навыки. В зависимости от уровня работы студентов и степени владения материалом по изучаемому курсу на практических занятиях иногда преподаватель осуществляет поэтапную сдачу зачета в течение семестра.

Подготовка к практическим занятиям предполагает высокий уровень *самостоятельной работы* студентов.

Кроме того, студент имеет право на индивидуальные консультации преподавателя в течение семестра.

Для самостоятельной работы студентов важно использование не только учебных пособий по курсу «Физиология питания», но и общей литературы по смежным дисциплинам, преподаваемым в ОСПО, таких как «Химия», «Микробиология, санитария и гигиена в пищевом производстве».

Самостоятельная работа по дисциплине «Физиология питания» предусматривает развитие трудолюбия, добросовестности, настойчивости, усидчивости, самостоятельности, творческого мышления и неординарного подхода студентов к решению учебных задач, что составляет основу будущего профессионального роста.

Содержание самостоятельной работы студента по курсу «Физиология питания» заключается:

- ✓ в проработке рекомендуемой и лично выбранной литературы в процессе подготовки к учебным занятиям, дополнении информации, полученной на лекциях и практических занятиях;

- ✓ в подготовке рефератов, докладов, освещающих вопросы физиологии питания;

- ✓ в подборе и обработке необходимой литературы, содержащей информацию для выполнения письменного опроса (тестирования).

Самостоятельная работа является важной итоговой формой работы, позволяющей оценить способности студента.

В соответствии с учебным планом, формой контроля по дисциплине «Физиология питания» для студентов является дифференцированный зачет.

Цель зачета — проверка уровня усвоения студентами учебного материала, предусмотренного программой, и способности адаптировать полученные знания к профессиональной деятельности в современных условиях.

Зачет по дисциплине «Физиология питания» может проводиться в течение учебного семестра в следующих формах:

- ✓ в виде тестирования по основным темам курса;

- ✓ в письменном виде (письменный ответ студентов на поставленные преподавателем вопросы и задания);

- ✓ в форме устного собеседования по основным вопросам курса.

В ходе изучения дисциплины по отдельным темам могут также применяться такие формы текущего контроля как написание студентами контрольных (самостоятельных) работ; сочинений по проблемным вопросам дисциплины; подготовка докладов (рефератов) по наиболее интересным вопросам курса.

Виды СРС	Форма контроля	Сроки	СРС, час
Подготовка докладов по темам «Пищевые добавки и их влияние на организм человека»; «Модные диеты».	Заслушивание докладов и выступлений на практических занятиях	II семестр	6
Решения ситуационных задач	Проверка решений задач	II семестр	6
Расчет энергозатрат организма (по заданию преподавателя)	Проверка заданий	II семестр	4
Итого			16

9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости)

9.1 Перечень необходимого программного обеспечения

- Операционная система: Microsoft® Windows® Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level (Microsoft® Windows® XP) Лицсертификат 45676576 от 02.07.2009, бессрочный
- Офисный пакет: Microsoft® Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level Лицсертификат 43164214 от 06.12.2007, бессрочный
- Антивирус: ESET NOD32 Antivirus Business Edition for 2750 users Лицсертификат EAV-0189835462 от 10.04.2017;
- Kaspersky Endpoint Security Лицсертификат 2462170522081649547546 от 22.05.2017

9.2 Перечень необходимых информационных справочных систем

- Электронно-библиотечная система «СФУ» [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах литературы, поступающей в фонд СФУ и библиотек-партнеров. – Красноярск, [2006]. – Режим доступа: <http://bik.sfu-kras.ru/>
- Электронно-библиотечная система Издательства «Лань» [Электронный ресурс]: база данных содержит коллекцию книг, журналов и ВКР. – Санкт-Петербург, [2011]. – Режим доступа: <http://e.lanbook.com/>
- Электронно-библиотечная система ZNANIUM.COM (ИНФРА-М) [Электронный ресурс]: база данных содержит учебные и научные издания. – Москва, [2011]. – Режим доступа: <http://www.znanium.com/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ [Электронный ресурс]: ЭБД содержит около 800 тыс. полных текстов кандидатских и докторских диссертаций на русском языке по всем отраслям наук. – Москва, [1999]. – Режим доступа: <http://diss.rsl.ru>
- Электронно-библиотечная система eLibrary [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о научных публикациях на русском языке. – Москва, [2000]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
- Электронно-библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Рукопт» [Электронный ресурс]: база данных содержит учебные и научные издания. – Москва, [2011]. – Режим доступа: <http://rucont.ru>
- База данных «Общественные и гуманитарные науки / EASTVIEW» [Электронный ресурс]: база содержит периодические издания по общественным и гуманитарным наукам, журналы по вопросам педагогики и образования. – Москва, [2006]. – Режим доступа: <http://www.ebiblioteka.ru/newsearch/basic.jsp>

10. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

ОСПО располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работы студентов, предусмотренных учебным планом специальности и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

В учебном процессе по дисциплине для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются учебные аудитории в соответствии с расписанием занятий.

Для занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования (ноутбук, экран, проектор) и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы студентов оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (ЭИОС).

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий	Перечень оборудования и технических средств обучения
1.	Кабинет физиологии питания и санитарии № 202:	специализированная мебель, демонстрационное оборудование: доска учебная, экран настенно-потолочный ScreenMedia, проектор Wize WPA-S, проектор Optoma DS211; ноутбук HP Pavilion dv6 Notebook PC. Microsoft® Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 Licence No Level Лицсертификат 49394358 от 05.12.2011, № 49420632 от 09.12.2011, бессрочно; ESET NOD32 Antivirus Business Edition for 3750 users Лицензия на программное обеспечение EAV-0275470002 от 26.06.2020 до 26.06.2021; имеется неограниченный доступ в интернет, доступ в ЭИОС университета, ЭБС и БД

2.	Библиотека, читальный зал № 305:	<p>Специализированная мебель, кол-во посадочных мест 48, кол-во АРМ – 14 шт.; демонстрационное оборудование: проектор потолочный Epson; экран для проектора;</p> <p>Microsoft® Windows Professional 8 Russian Upgrade Academic OPEN 1 Licence No level (Windows 7 Professional по праву Downgrade Rights согласно лицензионному соглашению), Лицензионный сертификат №60956155 от 27.09.2012, бессрочно</p> <p>Microsoft® Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level, Лицензионный сертификат №43158512 от 07.12.2007, бессрочно</p> <p>Adobe Acrobat Pro Extended 9.0 WIN AOO License IE Acrobat Pro Extended, Лицензионный сертификат Softline от 10.12.2008, бессрочно.</p> <p>ESET NOD32 Antivirus Business Edition for 3750 users Лицензия на программное обеспечение EAV-0275470002 до 26.06.2021; Неограниченный доступ в интернет, доступ в электронную информационно-образовательную среду университета и ЭБС и БД</p>
3.	Аудитория для самостоятельной работы № 621:	<p>Специализированная мебель, демонстрационное оборудование: доска учебная, экран настенно-потолочный Lumen 153*203, проектор Optoma DS211, персональный компьютер Intel Core 2 Duo E7300 – 13 шт., концентратор Acorp;</p> <p>Microsoft® Windows® Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level Лиц сертификат 45676576, от 02.07.2009, бессрочный;</p> <p>Microsoft® Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level - Лиц сертификат сертификат 4316214, от 06.12.2007, бессрочный;</p> <p>ESET NOD32 Antivirus Business Edi-</p>

		<p>tion for 3750 users Лицензия на программное обеспечение EAV-0275470002 от 26.06.2020 до 26.06.2021.</p> <p>Kaspersky Endpoint Security Лиц сертификат 1B08-200629-052411-253-462 до 07.07.2021.</p> <p>1С: предприятие 8.2 – Лицензионное соглашение 8922406, 9334111, бессрочно;</p> <p>КОМПАС-3D и приложения с версии V14 до V15- Лиц сертификаты А-12-000131, Ец-14-00024 бессрочный;</p> <p>Неограниченный доступ в интернет, доступ в электронную информационно-образовательную среду университета и ЭБС и БД</p>
--	--	--

Перечень вопросов для зачета по дисциплине

1. Физиология питания как наука. Значение питания в жизни человека.
2. Жиры, физиологическая роль жиров.
3. Белки, физиологическая роль белков.
4. Минеральные вещества. Микроэлементы. Физиологическая роль микроэлементов, источники, суточная потребность организма.
5. Витамины. Характеристика водорастворимых витаминов.
6. Режим питания, его значение. Краткость приема пищи, распределение суточного рациона по отдельным приемам пищи.
7. Пищеварение в кишечнике. Всасывание пищевых веществ в кровь и лимфу.
8. Состав и строение белков, источники поступления белков и потребность организма человека в белках.
9. Лечебное питание. Понятие, значение. Физиологические принципы лечебного питания. Механические, химические, термические принципы щажения.
10. Сохранение витаминов при кулинарной обработке продуктов, хранении.
11. Углеводы. Соотношение их в суточном рационе, потребности организма в углеводах.
12. Энергетические затраты человека, их зависимость от пола, возраста, физической нагрузки.
13. Состав, строение и классификация жиров, соотношение в суточном рационе питания животных и растительных жиров. Потребность организма в жирах. Влияние избытка и недостатка жиров на организм человека.
14. Витамины. Физиологическая характеристика жирорастворимых витаминов. Источники этих витаминов.
15. Обмен веществ и энергии. Анаболизм, катаболизм.
16. Физиологическая роль, строение, классификация, источники углеводов для организма человека. Влияние избытка и недостатка их на обмен веществ.
17. Нуклеиновые кислоты.
18. Энергетическая ценность пищи, понятие. Энергетическая ценность белков, жиров, углеводов.
19. Вода. Физиологическая роль воды. Источники воды для организма. Водный баланс.
20. Нормы питания различных групп населения.
21. Витамины. Роль витаминов в организме человека. Классификация.
22. Особенности и нормы питания детей и подростков. Составить меню для своей профессиональной группы.
23. Проблема сохранения витаминов при длительном хранении и кулинарной обработке пищевых продуктов. Витаминизация пищи.

24. Основные принципы рационального питания.
25. Цель и задачи дисциплины «Физиология питания», основные понятия и определения.
26. Обмен веществ и энергии в организме человека. Расход энергии при различных видах физической нагрузки.
27. Принципы подбора продуктов и кулинарных блюд для отдельных приемов пищи (завтрак, обед, полдник и ужин).
28. Процесс пищеварения в организме человека. Строение и состав пищеварительной системы.
29. Физиологические нормативы потребления пищевых веществ для взрослого населения.
30. Принципы подбора продуктов и кулинарных блюд для отдельных приемов пищи (завтрак, обед, полдник и ужин).