

ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ
Навчально-науковий інститут денної освіти
Кафедра технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

«Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

на 2024-2025 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1 курс, 2 семестр
Освітня програма / спеціалізація	«Харчові технології та інженерія», «Ресторанні технології»
Спеціальність	181 Харчові технології
Галузь знань	18 Виробництво та технології
Ступінь вищої освіти	бакалавр

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну
науковий ступінь і вчене звання,

Бородай Анжела Борисівна
к.в.н., доцент

посада - доцент кафедри технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

Контактний телефон	+38-095-577-17-31
Електронна адреса	boroday_angelina@ukr.net
Розклад навчальних занять	http://schedule.puet.edu.ua/
Консультації	очна http://www.thvrg.puet.edu.ua/cont.php он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00
Сторінка дистанційного курсу	https://el.puet.edu.ua/

Опис навчальної дисципліни

Мета вивчення навчальної дисципліни	опанування теоретичних знань щодо будови й функцій органів травної системи, фізіологічних та біохімічних процесів травлення, вміння проводити розрахунок добових енергетичних витрат організму людини у залежності від віку, статі, стану здоров'я, фізичних, інтелектуальних навантажень, професійної діяльності; знання основ санітарії та гігієни у закладах ресторанного господарства.
Тривалість	3 кредити ЄКТС/90 годин (лекції 16 год., лабораторні заняття 20 год., самостійна робота 54 год.)
Форми та методи навчання	Лекції та практичні заняття в аудиторії, самостійна робота поза розкладом.
Система поточного та підсумкового контролю	Поточний контроль: відвідування занять; навчальна робота на практичних заняттях; виконання індивідуальних завдань; самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань; поточні модульні контрольні роботи. Підсумковий контроль – залік.
Базові знання	Значення нутрієнтів їжі та функціонування основних фізіологічних систем організму людини, фізіологічні основи складання раціонів для різних груп населення, норми і нормативи в галузі харчування, санітарні вимоги з утримання підприємств ресторанного господарства
Мова викладання	Українська

Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач	Програмні результати навчання
ЗК 9. Навички здійснення безпечної діяльності.	ПР 06. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.
ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.	
СК 3. Здатність організувати та проводити контроль якості і безпечності сировини, напівфабрикатів та харчових продуктів із застосуванням сучасних методів.	ПР 29. Мати навички з удосконалення технологій, покращення якості продуктів харчування, умов їх зберігання та реалізації ПР 30 Мати навички розробляння раціонів дієтичного харчування для закладів ресторанного господарства (для ОП Ресторанні технології)
СК 5. Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.	

**Тематичний план навчальної дисципліни
«Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»**

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
Модуль 1. Фізіолого-гігієнічне значення харчових речовин		
Тема 1. Харчування людини як медико-біологічна та соціально-економічна проблема	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування.	Актуальні проблеми поліпшення структури харчування та здоров'я населення. Концепції харчування. Історія розвитку науки про харчування.
Тема 2. Система травлення і процеси травлення	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування.	Роль харчування у діяльності серцево-судинної системи. Будова і функції системи виділення. Вплив харчування на діяльність нирок.
Тема 3. Обмін енергії і енерговитрати організму	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу; завдання самостійної роботи; тестування.	Регуляція системи травлення. Механізм всмоктування. Вплив структури харчування на процеси травлення.
Тема 4. Фізіолого-гігієнічне значення макронутрієнтів	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної	Значення незамінних амінокислот для організму. Біологічна цінність білків. Розрахунок амінокислотного скору. Фізіологічне значення поліненасичених жирних

	роботи; тестування.	кислот. Функції стеринів в організмі. Значення харчових волокон для організму. Замінники цукру.
Тема 5. Фізіолого-гігієнічне значення мікронутрієнтів та проблема забезпечення ними організму	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування	Вітаміно-подібні речовини. Норми, джерела. Причини розвитку вітамінної недостатності. Шляхи вирішення проблеми забезпечення організму вітамінами
Модуль 2. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання закладів ресторанного господарства		
Тема 6. Фізіолого-гігієнічні основи раціонального харчування	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування.	Поняття про раціональне харчування. Елементи раціонального харчування. Формула збалансованого харчування. Режим харчування, його складові. Розподіл добового раціону за окремими прийомами їжі. Фізіологічні особливості складання меню для різних прийомів їжі. Порядок запису страв в меню.
Тема 7. Фізіолого-гігієнічні основи харчування окремих груп населення	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування.	Основні принципи збалансованого харчування. Режим харчування. Особливості харчування дітей, підлітків, студентів. Особливості харчування працівників різних професій. Дієтичне харчування.
Тема 8. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання закладів ресторанного господарства та особистої гігієни персоналу.	Відвідування занять; захист домашнього завдання; обговорення матеріалу занять; виконання навчальних завдань; завдання самостійної роботи; тестування.	Епідеміологічне значення дотримання санітарного режиму в закладі Санітарні вимоги до утримання території закладів ресторанного господарства. Санітарно-гігієнічні вимоги до технологічного обладнання. Санітарно-гігієнічні вимоги до інвентарю і посуду. Методи дезінфекції. Характеристика дезінфікуючих засобів. Санітарні вимоги до утримання приміщень. Санітарні вимоги до миття обладнання, тари, інвентарю, кухонного та столового посуду. Методи дезінсекції і дератизації та їх гігієнічна характеристика. Особиста гігієна персоналу. Профілактичні медичні обстеження і санітарна документація.

1. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Артеменко В.С., Головка М.П. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2018. 558 с.
2. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Артеменко В.С. Основи фізіології харчування / Підручник. Харків: Торнадо, 2014. 410 с. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: навч. посібник. К. Кондор, 2018. 444 с.
3. Зубар Н.М., Руль Ю.В. Фізіологія харчування / Навч. посібник. К.: КНТЕУ, 2001. 258 с.
4. Навчально-методичний посібник для самостійного вивчення дисципліни за КМСОНП «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія» / Укладачі Рогова А.Л., Медведь Л.М. Електронна версія. Полтава: ПУЕТ, 2020. 96 с.

Додаткові

6. Безпека харчування: сучасні проблеми: Посібник-довідник / А.В. Бабюк, О.В. Макарова, М.С. Рогозинський та ін. Чернівці: Книги, ХХІ, 2005. 456 с.
7. Грищенко І.М., Кравчук Н.М. Дієтичне та дитяче харчування. Навч. посіб. К.: Київ. нац. торг. екон. ун-т, 2003. 288 с.
8. Закон України «Про безпечність та якість харчових продуктів» зі змінами і доповненнями від 22 липня 2014 року № 1602-7.
9. Закон України «Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення» зі змінами і доповненнями від 06 вересня 2018 року №2530-8.
10. Збірник рецептур страв та кулінарних виробів. Для підприємств громадського харчування всіх форм власності / О.В. Шалимінов, Т.П. Дятченко, Л.О. Кравченко. К.: А.С.К., 2008. 848 с.
11. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах. Клопотенко Є., © Видавництво «Літопис», 2019. 144 с.
12. Корзун В.Н. Гігієна харчування. К.: Здоров'я, 2002. 236 с.
13. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії / МОЗ України. Наказ № 1073 від 03.09.2017. К., 2017. (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text>)

Програмне забезпечення навчальної дисципліни

1. Загальне програмне забезпечення, до якого входить пакет програмних продуктів Microsoft Office.
2. Спеціалізоване програмне забезпечення комп'ютерної підтримки освітнього процесу з навчальної дисципліни, яке включає перелік конкретних програмних продуктів: мультимедійні презентації, програмний засіб «OpenTest 2.0». Тестування проводиться під час проведення занять (поточний контроль) і під час підсумкового контролю знань, дистанційний курс у системі дистанційного навчання ПУЕТ.

Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання

Політика оцінювання здобувачів вищої освіти. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Положення про організацію освітнього процесу <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/06/polozhennya-pro-organizacziyu-osvitnogo-proczesu.pdf>

Положення про порядок та критерії оцінювання знань, вмінь та навичок здобувачів вищої освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_kryt_ocinyuvannya.pdf

Порядок ліквідації здобувачами вищої освіти академічної заборгованості <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/poryadok-likvidacziyi-zdobuvachamy-vyshhoyi-osvity-akademichnoyi-zaborgovanosti.pdf>

Положення про повторне навчання https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_pro-povt-navch.pdf

Політика щодо відвідування. Відвідування занять є обов'язковим компонентом. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в режимі он-лайн.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувач повинен дотримуватись принципів академічної доброчесності, зокрема недопущення академічного плагіату, фальсифікації, фабрикації, списування під час поточного, рубіжного та підсумкового контролю. Списування під час контрольних робіт та поточних тестів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань в процесі заняття. В ПУЕТ діють:

Кодекс честі студента https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/kodeks_chesti_studenta.pdf

Положення про академічну доброчесність https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_akadem_dobrochesnist.pdf.

Положення про запобігання випадків академічного плагіату <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-zapobigannya-vypadkam-akademichnogo-plagiatu.pdf>

Політика визнання результатів навчання визначена такими документами:

Положення про порядок перезарахування результатів навчання, зданих в іноземних та вітчизняних закладах освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_perezarah_rez_zvo.pdf

Положення про академічну мобільність здобувачів вищої освіти https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozha_pro_akademichnu_mobilnist.pdf

Положення про порядок визнання результатів навчання зданих шляхом неформальної та/або інформальної освіти посилення; інфографіка (розділ Освіта/Організація освітнього процесу/Неформальна освіта) <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-poryadok-vyznannya-rezultativ-navchannya-zdobutyh-shlyahom-neformalnoyi-ta-abo-informalnoyi-osvity.pdf>

Політика вирішення конфліктних ситуацій:

Положення про правила вирішення конфліктних ситуацій <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-pravyla-vyrishennya-konfliktnyh-sytuacij-u-puet.pdf>

Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю у формі екзамену https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_pro-apel_pidcontr.pdf

Уповноважена особа з питань запобігання та виявлення корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

Політика підтримки учасників освітнього процесу:

Психологічна служба: <https://puet.edu.ua/psychologichna-pidtrymka-v-puet/>

Студентський омбудсмен (Уповноважений з прав студентів) ПУЕТ <https://puet.edu.ua/other-divisions/studentyky-ombudsmen-upovnovazhenyj-z-prav-studentiv-puet/>

Уповноважений з прав корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

Безпека освітнього середовища: Інформація про безпечність освітнього середовища ПУЕТ наведена у вкладці «Безпека життєдіяльності» <https://puet.edu.ua/pro-puet/bezpeka-zhyttyediyalnosti/>

Оцінювання

Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1 (теми 1-5): відвідування занять (5 балів); захист домашнього завдання (5 балів); обговорення матеріалу занять (4 бали); виконання навчальних завдань (6 балів); завдання самостійної роботи (6 балів); тестування (4 бали); поточна модульна робота (10 балів)	40
Модуль 2 (теми 6-8): відвідування занять (4 бали); захист домашнього завдання (6 бали); обговорення матеріалу занять (4 бали); виконання навчальних завдань (6 бали); завдання самостійної роботи (6 бали); тестування (4 бали); поточна модульна робота (10 балів)	40
Підсумковий контроль (комплексна контрольна робота):	20
Разом	100

Шкала оцінювання знань студентів за результатами підсумкового контролю з навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
60-63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Додаткова інформація

1. З метою покращення психологічної підтримки учасників освітнього процесу в Полтавському університеті економіки і торгівлі створено психологічну службу, яка здійснює свою діяльність щодо забезпечення соціального супроводу та психологічного забезпечення навчально-виховного процесу серед педагогічних і науково-педагогічних працівників, студентів і аспірантів. Послуги цієї служби безкоштовні. Ви можете дізнатися більше про службу психологічної підтримки за посиланням: <http://puet.edu.ua/uk/psihologichna-pidtrimka-v-puet>

2. З метою поліпшення студентського життя або у випадку проблем чи питань, порад чи реальної допомоги стосовно навчального процесу можна абсолютно конфіденційно звернутися до студентського *омбудсмена* <http://puet.edu.ua/uk/studentskiy-ombudsmen>

3. Визнання результатів навчання, отриманих унаслідок неформальної освіти та здобутих в інших ЗВО, відбувається на основі політики зарахування результатів неформальної освіти: http://puet.edu.ua/sites/default/files/polozhennya_pro_zarahuvannya_rezultativ_neformalnoyi_osvity_0.pdf