

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Донецький національний університет економіки і торгівлі**  
**імені Михайла Туган-Барановського**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

на засіданні кафедри технологій в  
ресторанному господарстві, готельно-  
ресторанної справи та підприємництва  
Протокол № 1 від 31 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ О. А. Ніколайчук

**РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ**  
**«ФІЗІОЛОГІЯ, ГІГІЄНА ТА САНІТАРІЯ»**

Ступінь: бакалавр

**Кількість кредитів ECTS 5**

Розробник: Сімакова О.О.  
доцент, к.т.н.

2022 – 2023 навчальний рік

## 1. Опис дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни
Обов'язкова (для студентів освітньої програми "назва освітньої програми")/вибіркова дисципліна	<b>Обов'язкова</b> (для студентів освітніх програм «Ресторанні технології», «Готельно-ресторанна справа»)
Семестр (осінній / весняний)	<b>весняний</b>
Кількість кредитів	<b>5</b>
Загальна кількість годин	<b>150</b>
Кількість змістових модулів	<b>2</b>
Лекції, годин	<b>32/8</b>
Практичні / семінарські, годин	<b>32/8</b>
Лабораторні, годин	<b>-</b>
Самостійна робота, годин	<b>86/134</b>
Тижневих годин для денної форми навчання:	
аудиторних	<b>4</b>
самостійної роботи студента	<b>5,4</b>
Вид контролю	<b>екзамен</b>

## 2. Програма дисципліни

**Мета** вивчення дисципліни полягає у формуванні у здобувачів вищої освіти сучасного наукового світогляду та системи спеціальних знань у галузі науки про раціональне харчування, його вплив на стан здоров'я організму та санітарно-гігієнічну безпеку організації роботи підприємств ресторанного та готельно-ресторанного господарства (ПРГРГ).

**Завдання** дисципліни полягає в теоретичній і практичній підготовці здобувачів ВО у сфері фізіології, гігієни та санітарії; формуванні вмінь та навичок: використання знань щодо фізіолого-гігієнічних основ нормування витрат енергії та споживання харчових речовин для різних груп населення; дотриманням основ збалансованого харчування і шляхів його реалізації, асортименту продуктів, що рекомендуються для різних груп населення, та їх харчової цінності, вимог до режиму харчування; застосування принципів та методів складання меню раціонів; організації харчування на підприємствах промисловості, сільського господарства, в учбових закладах, оздоровчих установах; дослідження теоретичних основ лікувально-профілактичного та дієтичного харчування, вимог до асортименту продуктів, способів їх кулінарної обробки; санітарно-гігієнічну оцінку харчових продуктів та санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи ПРГРГ.

**Предмет:** сучасні уявлення про фізіологічні потреби організму людини в основних харчових речовинах і енергії і процеси, що відбуваються при споживанні їжі з метою рішення проблеми раціонального харчування населення; санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи ПРГРГ.

### **Зміст дисципліни розкривається в темах:**

1. Харчування та його вплив на стан здоров'я та гомеостаз організму людини.
2. Значення нейрогуморальної системи регуляції в забезпеченості єдності організму.
3. Система травлення і процеси травлення.
4. Раціональне харчування та фізіолого-гігієнічні вимоги до його організації.
5. Фізіолого-гігієнічні основи нормування енергетичної і харчової цінності раціонів харчування.
6. Фізіолого-гігієнічне значення і нормування в харчуванні основних нутрієнтів.
7. Фізіолого-гігієнічні основи харчування різних вікових і професійних груп населення.
8. Лікувально-профілактичне та дієтичне харчування.
9. Санітарно-гігієнічна оцінка харчових продуктів. Кишкові інфекції та харчові отруєння, умови виникнення, поширення, профілактика.
10. Санітарно-гігієнічні вимоги до розміщення, проектування та будівництва ресторанів та готельно-ресторанних комплексів.
11. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи ресторанів та готельно-ресторанних комплексів.

### **Опанування дисципліни дозволяє забезпечити:**

#### **1) формування:**

##### **– загальних програмних компетентностей:**

- знання і розуміння предметної області та професійної діяльності;
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
- здатність виявляти ініціативу та підприємливість;
- навички використання інформаційних та комунікаційних технологій;
- здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт;
- здатність працювати в команді;
- здатність працювати автономно;
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- навички здійснення безпечної діяльності;
- прагнення до збереження навколишнього середовища;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;

##### **– фахових програмних компетентностей:**

- здатність укладати ділову документацію та проводити технологічні та економічні розрахунки;
- здатність виявляти, визначати й оцінювати ознаки, властивості і показники якості продукції та послуг, що впливають на рівень забезпечення вимог споживачів у сфері гостинності;

#### **2) досягнення програмних результатів навчання:**

- здатність розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини;

здатність визначати відповідність показників якості сировини, напівфабрикатів і готової продукції нормативним вимогам за допомогою сучасних методів аналізу (або контролю);

здатність проводити теоретичні та/або експериментальні наукові дослідження, що виконуються індивідуально та/або у складі наукової групи;

зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства, вести здоровий спосіб життя;

3) набуття **результатів навчання** (згідно Дублінських дескрипторів):

– **знання:**

цілей та основних пріоритетів у сфері науки про раціональне харчування і шляхів його реалізації;

асортименту продуктів, що рекомендуються для різних груп населення, та їх харчову цінність;

вимог до режиму харчування, принципів складання меню раціонів;

фізіолого-гігієнічних основ нормування витрат енергії та споживання харчових речовин для різних груп населення;

будови нейрогуморальної та харчотравної систем організму людини та закономірностей процесів травлення;

фізіолого-гігієнічних вимог до організації харчування на підприємствах промисловості, сільського господарства, в учбових закладах, оздоровчих установах;

організації державного санітарного нагляду за діяльністю підприємств ресторанного та готельного господарства;

профілактичних заходів щодо виникнення харчових отруєнь та кишкових інфекцій у підприємствах ресторанного та готельного господарства;

сучасних підходів до використання новітніх галузевих досягнень щодо створення умов дотримання санітарних вимог в технологічному процесі виробництва кулінарної продукції.

– **уміння/навички:**

складати збалансовані раціони харчування із асортименту страв і продуктів, що рекомендуються для різних груп населення;

визначити різні види енерготрат організму;

складати добовий хронометраж людини;

забезпечити дотримання санітарного режиму у ресторанного та готельного господарства;

забезпечити дотримання санітарно-гігієнічних вимог до ведення технологічного процесу у підприємствах ресторанного та готельного господарства;

забезпечити профілактичні заходи виникнення харчових отруєнь і кишкових інфекцій у підприємствах ресторанного та готельного господарства;

– **комунікація:**

доносити знання з питань основ збалансованого харчування і шляхів його реалізації;

аргументувати напрями розвитку державної політики у сфері науки про раціональне харчування;

– **відповідальність і автономія:**

демонструвати соціальну відповідальність за результати складання збалансованих раціонів харчування для різних груп населення та санітарно-гігієнічну безпеку роботи підприємств гостинності;

організувати експериментальні наукові дослідження, що виконуються індивідуально та/або у складі наукової групи.

### 3. Структура дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин (денна форма навчання)				
	усього	у тому числі			
		лекц.	пр./сем.	лаб.	СРС
1	2	3	4	5	6
<b>Змістовий модуль 1. Фізіолого-гігієнічні вимоги до організації раціонального харчування</b>					
Тема 1. Харчування та його вплив на стан здоров'я та гомеостаз організму людини	10	2	2		6
Тема 2. Значення нейрогуморальної системи регуляції в забезпеченості єдності організму	10	2	2		6
Тема 3. Система травлення і процеси травлення	10	4	4		6
Тема 4. Раціональне харчування та фізіолого-гігієнічні вимоги до його організації	10	2	2		6
Тема 5. Фізіолого-гігієнічні основи нормування енергетичної і харчової цінності раціонів харчування	10	2	2		6
Тема 6. Фізіолого-гігієнічне значення і нормування в харчуванні основних нутрієнтів	18	6	6		6
Тема 7. Фізіолого-гігієнічні основи харчування різних вікових і професійних груп населення	10	2	2		6
Тема 8. Лікувально-профілактичне та дієтичне харчування	10	2	2		6
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>92</b>	<b>22</b>	<b>22</b>		<b>48</b>
<b>Змістовий модуль 2. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи підприємств</b>					
Тема 9. Санітарно-гігієнічна оцінка харчових продуктів. Кишкові інфекції та харчові отруєння, умови виникнення, поширення, профілактика	21	4	4		13
Тема 10. Санітарно-гігієнічні вимоги до розміщення, проектування та будівництва готелів та готельно-ресторанних комплексів	16	2	2		12
Тема 11. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи готелів та готельно-ресторанних комплексів	21	4	4		13

<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	<b>58</b>	<b>10</b>	<b>10</b>		<b>38</b>
<b>Усього годин</b>	<b>150</b>	<b>32</b>	<b>32</b>		<b>86</b>

#### 4. Теми семінарських/практичних/лабораторних занять

№ з/п	Вид та тема практичного заняття	Кількість годин
1	Методи вивчення добових енергетичних затрат людини	2
2	Визначення потреби організму людини в енергії хронометражно-табличним методом	2
3	Розрахунок індивідуальних добових енергетичних затрат і вивчення потреби в різних харчових речовинах	2
4	Визначення потреби організму людини в енергії, харчових і біологічно активних речовинах за добу в цілому й по окремих прийомах їжі	2
5	Визначення енергетичної цінності фактичних раціонів харчування	2
6	Визначення харчової і біологічної цінності фактичних раціонів харчування	2
7	Аналіз адекватності енергетичної цінності потреби в харчуванні фактичному стану харчування	2
8	Аналіз адекватності харчової й біологічної цінності потреби в харчуванні фактичному стану харчування	2
9	Складання збалансованих раціонів харчування для різних груп населення	2
10	Розробка збалансованих раціонів харчування для здорової людини	2
11	Розробка збалансованих раціонів харчування для хворої людини	2
12	Харчові отруєння, умови виникнення, поширення, профілактика	2
13	Кишкові інфекції, умови виникнення, поширення, профілактика	2
14	Санітарно-гігієнічні вимоги до розміщення, проектування та будівництва ресторанів та готельно-ресторанних комплексів	2
15	Санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи ресторанів	2
16	Санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи ресторанів та готельно-ресторанних комплексів	2
<b>Всього</b>		<b>32</b>

Відповідно до системи оцінювання знань студентів ДонНУЕТ, рівень сформованості компетентностей студента оцінюються у випадку проведення екзамену: впродовж семестру (50 балів) та при проведенні підсумкового контролю - екзамену (50 балів).

**Оцінювання студентів протягом семестру  
(очна форма навчання)**

№ теми семінарського/ практичного заняття	Аудиторна робота				Позааудиторна робота	Сума балів
	Тестові завдання	Ситуаційні завдання, задачі	Обговорення теоретичних питань теми	ПМК	Завдання для самостійного виконання	
<b>Змістовий модуль 1</b>						
Тема 1		1	0,5		2	3,5
Тема 2		1	0,5		2	3,5
Тема 3		1	0,5		1	2,5
Тема 4		1	0,5		1	2,5
Тема 5		1	1		1	3
Тема 6		1	1		1	3
Тема 7		1	1		1	3
Тема 8		1	1	5	1	8
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>		<b>8</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>29</b>
<b>Змістовий модуль 2</b>						
Тема 9		1	1		4	6
Тема 10		1	1		3	5
Тема 11		1	1	5	3	10
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>21</b>
<b>Усього годин</b>		<b>11</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>50</b>

**Оцінювання студентів протягом семестру  
(заочна форма навчання)**

Поточне тестування та самостійна робота			Підсумковий тест (екзамен)	Сума в балах
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Індивідуальне завдання	50	100
15	20	15		

## Загальне оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни

<b>Оцінка</b>		
<b>100-бальна шкала</b>	<b>Шкала ECTS</b>	<b>Національна шкала</b>
90-100	A	5, «відмінно»
80-89	B	4, «добре»
75-79	C	
70-74	D	3, «задовільно»
60-69	E	
35-59	FX	2, «незадовільно»
0-34	F	