

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



СИЛАБУС ВИБІРКОВОГО ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ

«Основи фізіології та гігієни харчування»

Мова навчання – *українська*

Шифр та найменування галузі знань **24 «Сфера обслуговування»**

Код та найменування спеціальності **241 «Готельно-ресторанна справа»**

Освітньо-професійна програма **«Готельно-ресторанна справа»**

Ступінь вищої освіти **бакалавр**

Затверджено на засіданні

Методичної Ради зі спеціальності **241 «Готельно-ресторанна справа»**

«30» серпня 2023 р. протокол №1

Реєстраційний номер в навчальному відділі НЦООП

К 10 - 55

1. Загальна інформація

Кафедра: [Кафедра харчової хімії, експертизи та біотехнологій](#)
Викладач: Килименчук Олена Олександрівна
Контакти:
Профайл kylymenchuk@gmail.com,
050 - 278 – 36 -29
048-712-42-68



Освітній компонент викладається на 3 курсах у 1 семестрі
Кількість кредитів - 3, годин – 90. Форма контролю – диф.залік.

Аудиторні заняття, годин:	всього	лекції	лабораторні
денна	90	18	18
заочна	90	4	4
Самостійна робота, годин	Денна -54		Заочна - 82

[Розклад занять](#)

1.Анотація навчальної дисципліни

Освітній компонент «Основи фізіології та гігієни харчування» є професійно-орієнтованим і займає відповідне місце у навчальному процесі та у блоці освітніх компонентів галузевого спрямування бакалаврів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа». Освітній компонент має логічний зв'язок з іншими дисциплінами, які формують майбутніх фахівців у галузі готельного і ресторанного господарства (мікробіологія, устаткування закладів ресторанного господарства, організація ресторанного господарства, безпека життєдіяльності та основи охорони праці.). Освітній компонент спрямований на отримання здобувачами знань, необхідних для розробки нових та удосконалення існуючих харчових технологій з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів, а також уміння творчо і ефективно використовувати набуті знання у своїй фаховій діяльності.

2.Мета освітнього компоненту

Метою викладання освітньої компоненти «Основи фізіології та гігієни харчування» є формування комплексних знань студентів про умови та функції основних фізіологічних систем людини, пов'язаних з харчуванням, вміння майбутнього фахівця адекватно оцінити збалансованість харчових раціонів за основними та незамінними компонентами, їх відповідність вимогам сьогодення щодо безпечності, профілактики і лікування хвороб цивілізації, вимогам охорони праці та геронтології, гігієни та санітарії підприємств громадського харчування.

Завдання:

- показати значення впливу методів технологічної обробки харчових продуктів на збереження біологічно активних компонентів їжі;
- ознайомити студентів з науково-обґрунтованими нормами основних та незамінних компонентів у харчових раціонах;
- навчити студентів використовувати знання основ фізіології харчування для забезпечення відповідності харчового раціону вимогам сьогодення щодо профілактики і лікування хвороб цивілізації, охорони праці та геронтології;
- довести майбутнім спеціалістам галузі важливість дотримання санітарного режиму та особистої гігієни для збереження здоров'я персоналу та відвідувачів;

Знати:

- будову основних систем організму пов'язаних з функцією харчування;

- процеси перетворення основних нутрієнтів у шлунково-кишковому тракті;
- найбільш усталені теорії та концепції харчування;
- принципи нормування харчових речовин і їх калорійності у добових раціонах в залежності від віку, статі та професійних особливостей;
- види біологічної дії їжі та різновиди харчування;
- критерії гігієнічної оцінки харчових продуктів, значення санітарного режиму на підприємствах громадського харчування;
- санітарно - гігієнічні вимоги до працівників підприємств громадського харчування.

Вміти:

- розраховувати середньодобові потреби різних груп людей в енергії та харчових джерелах;
- підбирати асортимент продуктів і страв при складанні добового харчового раціону для груп населення різної інтенсивності праці;
- визначити хімічний склад та енергетичну цінність раціонів харчування;
- оцінювати ступінь збалансованості харчових раціонів;
- науково обґрунтувати технологічні процеси виробництва безпечних, екологічно чистих продуктів, які є джерелами захисних речовин. позбавлені антихарчових та деяких інших компонентів їжі, що негативно впливають на організм;
- використовувати теоретичні положення та практичні навички при розв'язанні конкретних завдань.

4. Компетентності та програмні результати навчання

У результаті вивчення освітнього компоненту «Основи фізіології та гігієни харчування» здобувач вищої освіти отримує наступні програмні компетентності та програмні результати навчання, які визначені в [Стандарті вищої освіти зі спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 «Сфера обслуговування» для першого \(бакалаврського\) рівня вищої освіти](#) та [освітньо-професійній програмі «Готельно-ресторанна справа» підготовки бакалаврів](#).

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми діяльності суб'єктів готельного і ресторанного бізнесу, що передбачає застосування теорій та методів системи наук, які формують концепції гостинності і характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК01. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя.

ЗК10. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК03. Здатність використовувати на практиці основи діючого законодавства в сфері готельного та ресторанного бізнесу та відстежувати зміни.

Програмні результати навчання:

ПРН 01. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці основні положення законодавства, національних і міжнародних стандартів, що регламентують діяльність суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу

ПРН 07. Організовувати процес обслуговування споживачів готельних та ресторанних послуг на основі використання сучасних інформаційних, комунікаційних і сервісних технологій та дотримання стандартів якості і норм безпеки

5. Інформаційний обсяг освітнього компоненту

5.1 Перелік лекційних занять

Тема	Зміст теми	Кількість годин	
		денна	заочна
Змістовий модуль 1. Фізіологічні системи по'язані з функцією харчування			
1	Предмет і завдання дисципліни «Основи фізіології та гігієни харчування» Основні положення законодавства, національних і міжнародних стандартів якості і норм безпеки та здорового способу життя, історії та культури здоров'я, що регламентують діяльність суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу	2	0,5
2	Фізіологічні системи, що пов'язані з функцією харчування	4	0,5
3	Будова та функції травної системи	2	0,5
Змістовий модуль 2. Теоретичні аспекти харчування і застосовування їх у практичних ситуаціях в діяльності суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу			
4	Енергетична, харчова, біологічна цінність продуктів та раціонів.	4	1,0
5	Теорії харчування	2	0,5
6	Концепції харчування для ведення здорового способу життя		
Змістовий модуль 3. Біологічна дія їжі та різновиди харчування в обслуговуванні споживачів готельних та ресторанних послуг			
7	Біологічна дія їжі та різновиди харчування	2	0,5
8	Гігієна виробництва та зберігання екологічно чистих продуктів	2	0,5
Разом за ОК:		18	4

5.2 Перелік лабораторних робіт

№ з/п	Назва практичної/лабораторної роботи	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Органолептична оцінка якості харчових продуктів згідно із положеннями законодавства, національних і міжнародних стандартів якості і норм безпеки. Визначення порогу чутливості.	2	-
2	Вплив аскорбінової кислоти на адреналін..	2	1
3	Порівняння крові та сечі на наявність у них цукру.	2	
4	Значення соляної кислоти для Перетравлювання білків пепсином. Емульгування жирів	2	2
5	Дослідження впливу метилцелюлози (харчових висівок або харчових волокон) на швидкість перетравлювання крохмалю	2	1
6	Зіставлення наявності холестерину в жовтку і білку курячого яйця	2	
7	Визначення концентрації нітратів у харчових продуктах.	2.	.
8	Санітарний режим на харчових підприємствах та підприємствах громадського харчування у готельному господарстві. Визначення активного хлору у хлорному вапні.	2	
9	Профілактика харчових отруєнь. Підсумкове заняття.	2	
Всього за ОК:		18	4

Перелік завдань до самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Опрацювання лекційного матеріалу	10	20
2	Опрацювання лекційного матеріалу з підготовкою рефератів та усних доповідей: - гормони. Залози внутрішньої секреції. Нейрогуморальна регуляція обмінних процесів. Класифікація гормонів. Характеристика та біологічна роль гормонів різних класів;	15	22

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	- вплив холестерину на стан судин та обмін речовин.		
3	Підготовка до лабораторних робіт	20	20
4	Підготовка та складання контрольних заходів	9	20
Всього за ОК:		54	82

5. Система оцінювання та вимоги

Контроль успішності навчання здобувача проводиться у формах вхідного, поточного і підсумкового контролю.

Вхідний контроль якості навчання здійснюється на початку курсу проведенням перевірки залишкових знань здобувачів за ОК, що забезпечують вивчення даного освітнього компоненту (діагностика первинних знань здобувачів).

Формами поточного контролю є:

- виконання і захист лабораторних робіт;
- усне опитування;
- виконання модульної контрольної роботи;

Підсумковий контроль – *диференційований залік*.

6. Нарахування балів

Нарахування балів

Вид роботи, що підлягає контролю	Максимальна кількість оціночних балів	
	Денна	Заочна
Змістовий модуль 1. Фізіологічні системи пов'язані з функцією харчування		
Лабораторні роботи*	3x4=12	1x12
Самостійна робота*	2	2
Тестування*(дистанційне MOODLE або аудиторне)	10	10
Всього за змістовний модуль 1	24	24
Змістовий модуль 2 Теоретичні аспекти харчування і застосування їх у практичних ситуаціях в діяльності суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу		
Лабораторні роботи*	3x4=12	1x12
Самостійна робота*	2	2
Тестування*(дистанційне MOODLE або аудиторне)	10	10
Всього за змістовний модуль 2	24	24
Змістовий модуль 3. Біологічна дія їжі та різновиди харчування в обслуговуванні споживачів готельних та ресторанних послуг		
Лабораторні роботи*	3x4=12	1x12=12
Тестування*(дистанційне MOODLE або аудиторне)	10	10
Всього за змістовний модуль 3	22	22
Підсумкове тестування	30,0	30,0
Всього за змістові модулі	100,0	

*Є можливість визнання результатів неформальної освіти відповідно до п.2 [Положення про порядок перезарахування результатів навчання \(навчальних дисциплін\) в Одеському національному технологічному університеті](#).

7. Критерії оцінювання програмних результатів навчання здобувачів

Критерії оцінювання підсумкового тестування

27-30 балів	якщо здобувач демонструє повні й глибокі знання навчального матеріалу, достовірний рівень розвитку умінь і навичок, правильне й обґрунтоване формулювання практичних висновків, уміння приймати необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях, вільне володіння науковими термінами, високу комунікативну культуру	відмінно
23-26 балів	якщо здобувач виявляє дещо обмежені знання навчального матеріалу, допускає окремі несуттєві помилки й неточності	дуже добре
18-22 бали	якщо здобувач засвоїв основний навчальний матеріал, володіє необхідними уміннями та навичками для вирішення стандартних завдань, проте при цьому допускає неточності, не виявляє самостійності суджень, демонструє недоліки комунікативної культури	задовільно
0-17 балів	якщо здобувач не володіє необхідними знаннями, уміннями й навичками, науковими термінами, демонструє низький рівень комунікативної культури	незадовільно

Тестування (дистанційне MOODLE або аудиторне, денна і заочна форма навчання)

9 – 10 балів	90 - 100 % правильних відповідей	відмінно
8 – 8,9 балів	74 – 87% правильних відповідей	дуже добре
6 – 7,9 балів	60 – 73% правильних відповідей	добре
4 – 5,9 балів	35 – 59 % правильних відповідей	задовільно
0 – 3,9 балів	0-34 % правильних відповідей	незадовільно

Лабораторні роботи (оцінювання однієї роботи для денного відділення)

3,5 - 4 балів	Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, надані повні обґрунтовані відповіді	відмінно
3,0 - 3,4 балів	Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, при відповіді допущені неточності	дуже добре
2,0 – 2,9 балів	Лабораторна відпрацьована, відповіді неповні, допущені помилки	добре
1.5 – 1,9 балів	Лабораторна відпрацьована, відповіді незадовільні, допущені грубі помилки	задовільно
0 – 1,4 балів	Лабораторна не відпрацьована або дані незадовільні відповіді	незадовільно

Лабораторні роботи (оцінювання однієї роботи заочна форма навчання)

11 – 12 балів	Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, надані повні обґрунтовані відповіді	відмінно
9,0 - 10,9 балів	Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, при відповіді допущені неточності	дуже добре
7,0 – 8,9 балів	Лабораторна відпрацьована, відповіді неповні, допущені помилки	добре
5,0 – 6,9 балів	Лабораторна відпрацьована, відповіді незадовільні, допущені грубі помилки	задовільно
1,0 – 4,9 балів	Лабораторна не відпрацьована або дані незадовільні відповіді	незадовільно

Самостійна робота (оцінювання однієї роботи)

0,8 - 1 балів	Самостійна робота відпрацьована та вчасно захищена, надані повні обґрунтовані відповіді	відмінно
0,6 - 0,7 балів	Самостійна робота відпрацьована та вчасно захищена, при відповіді допущені неточності	дуже добре
0,4 - 0,5 балів	Самостійна робота відпрацьована, відповіді неповні, допущені помилки	добре
0,2 - 0,3 балів	Самостійна робота відпрацьована, відповіді незадовільні, допущені грубі помилки	достатньо
0-0,1 балів	Самостійна робота не відпрацьована або дані незадовільні відповіді	незадовільно

7. Засоби діагностики успішності навчання

Методи навчання, які використовуються у процесі проведення занять, а також самостійних робіт за ОК:

Лекційні заняття: Словесні методи: розповідь, пояснення, бесіда, дискусія; Наочні: ілюстрація, спостереження, демонстрація; відео-матеріали (відео-фільми), пояснювально-демонстративний метод.

Лабораторні заняття: аналіз конкретних продуктів, об'єктів; обговорення, питання; дискусії, захист, оформлення протоколу, виконання ситуаційно-розрахункових задач, інтерактивні методи навчання (робота в малих групах).

Самостійна робота: робота з навчально-методичними матеріалами, конспектування.

8. Інформаційні ресурси

Базові (основні):

1. Опорний конспект лекцій з курсу "Гігієна і санітарія": для студентів, які навчаються за ступенем вищої освіти "бакалавр" спец. 241 "Готельно-ресторанна справа" усіх форм навчання / Укладачі: О. О. Килименчук. Одеса : ОНАХТ, 2022. 113 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.17358801>.

2. Сервіс та організація ресторанного господарства в закладах індустрії гостинності: навч. посіб. / Т. Є. Лебеденко, Т. П. Новічкова, А. В. Єгорова та ін. Одеса: Маджента, 2021. 683 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/libraryw/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1685135>

3. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт з дисципліни "Гігієна і санітарія": для студентів спец. 241 "Готельно-ресторанна справа" ступеня бакалавр усіх форм навчання / Укладачі: Л. В. Капрельянц, О. О. Килименчук, Л. Г. Пожиткова та ін. Одеса : ОНАХТ, 2022. 62 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1735593>

4. Методичні вказівки до самостійної роботи з дисципліни "Гігієна і санітарія": для студентів спец. 241 "Готельно-ресторанна справа" ступеня "бакалавр" усіх форм навчання / Укладачі: Л. В. Капрельянц, О. О. Килименчук, М. І. Охотська та ін. Одеса : ОНАХТ, 2022. 30 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentView?docid=OdONAHT.1735516&field=0>

5. Конспект лекцій з курсу «Організація ресторанного господарства» Частина 1 для студентів, які навчаються за спеціальністю 241 «Готельно-ресторанна справа» СВО «бакалавр» денної та заочної форми навчання / Укладачі: Лебеденко Т. Є., Новічкова Т. П., Коркач Г. В. Одеса: ОНАХТ, 2021. 129 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/libraryw/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1738237>

6. Конспект лекцій з курсу «Організація ресторанного господарства» Частина 2 для студентів, які навчаються за спеціальністю 241 «Готельно-ресторанна справа» СВО «бакалавр» денної та заочної форми навчання / Укладачі: Новічкова Т. П., Нікітчина Т. І., Новічков В. К. та ін. Одеса: ОНАХТ, 2021. 136 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/libraryw/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1738360>

Додаткові:

1. Організація готельно-ресторанної справи: навч. посіб. / В. Я. Брич, І. О. Банєва, М. Ю. Барна та ін. Київ : Ліра-К, 2021. 484 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHNT.1736956>
2. Архіпов В. В. Організація ресторанного господарства: навч. посіб. 3-тє вид. Київ : ЦУЛ, 2021. 280 с. URL: <https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHNT.1835186>
3. Онопрієнко О. В., Онопрієнко О. М. Основи фізіології та гігієни харчування: навч. посіб. Черкаси : ЧДТУ, 2021. 138 с. URL: <https://elib.chdtu.edu.ua/e-books/4289>

9. Політика освітнього компоненту

Політика всіх освітніх компонент в ОНТУ є уніфікованою та визначена з урахуванням законодавства України, [Корпоративному кодексу ОНТУ](#), [Кодексу академічної доброчесності ОНТУ](#), [Положення про організацію освітнього процесу ОНТУ](#), [Положення про порядок перезарахування результатів навчання \(навчальних дисциплін\) в ОНТУ](#), [вимог ISO 9001:2015](#) та [роботодавців](#).

Викладач

ПІДПИСАНО

Олена КИЛИМЕНЧУК

Розглянуто та затверджено на засіданні кафедри харчової хімії, експертизи та біотехнологій

Протокол від «21» серпня 2023 р. № 1

Завідувач кафедри

ПІДПИСАНО

Антоніна КАПУСТЯН

ПОГОДЖЕНО:

Гарант ОП «Готельно-ресторанна справа»
професор кафедри ГРБ

ПІДПИСАНО

Тетяна ЛЕБЕДЕНКО