

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Институт Пищевых производств
Кафедра ТК и ПБ**

СОГЛАСОВАНО:
Директор ЦПССЗ Шанина Е.В.
«30» июня 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор Пыжикова Н.И.
«30» июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ
НАСЕЛЕНИЯ
ФГОС СПО

по специальности **19.02.12 «Технология продуктов питания животного происхождения»**

Курс 2

Семестр 3

Форма обучения: очная

Квалификация выпускника: *техник-технолог*

Срок освоения ОПОП 3 г 6 м

Красноярск, 2023

Составители: Геращенко К.А., старший преподаватель

Программа обсуждена на заседании кафедры протокол №10 29.06.2023 г.

Заведующий выпускающей кафедрой по специальности 19.02.12 Технология продуктов питания животного происхождения

Величко Н.А., д.т.н., профессор

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.06 Концептуальные основы здорового питания населения

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.06 Концептуальные основы здорового питания населения является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 19.02.12 Технология продуктов питания животного происхождения.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии компетенций ОК 2, ОК 4, ПК 2.3

1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Цель дисциплины: формирование у студентов представления об основных принципах здорового питания, роли работников пищевой промышленности в формировании пищевых привычек населения и организации здорового питания.

Задачи:

- закрепление в сознании студентов необходимости в обеспечении здоровым питанием всех групп населения;
- освоение студентами теоретических знаний, приобретение умений и навыков в области науки о здоровом питании для профилактики хронических неинфекционных заболеваний населения;
- создание у обучающихся целостной системы знаний, умений и навыков по внедрению принципов здорового питания в практическую деятельность.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- проводить органолептическую оценку качества и безопасности продовольственных продуктов и сырья;
- осуществлять подбор продуктов для сбалансированного питания;
- правильно составлять суточный рацион питания для различных групп населения;
- внедрять принципы здорового питания в практическую деятельность;
- применять полученные навыки для профилактики хронических заболеваний населения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- основные принципы рационального питания, специальные формы организации питания, лечебно-профилактическое питание, лечебно-профилактические свойства продуктов;
- основные группы питательных веществ, суточную потребность в питательных веществах различных групп населения;
- энергетическую ценность пищи и энергетический обмен;
- пищевую ценность продуктов питания;
- физиологические основы составления пищевых рационов;
- профилактическое и лечебное питание;
- виды щажения желудочно-кишечного тракта в диетическом питании;
- способы специальной технической обработки продуктов при организации диетического питания,
- гигиеническую оценку процессов кулинарной обработки пищи;
- особенности технологии и режима питания в пожилом и преклонном возрасте;
- детское питание, питание студентов, особенности технологии блюд для детей раннего детского и дошкольного возраста;
- организацию питания людей при стихийных бедствиях;
- различие питание мужчин и женщин; правильный и рациональный выбор продуктов

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 02	Уо 02.01 определять задачи для поиска информации Уо 02.02 определять необходимые источники информации Уо 02.03 планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию	Зо 02.02 приемы структурирования информации Зо 02.03 формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации
ОК 04	Уо 04.01 организовывать работу коллектива и команды Уо 04.02 взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	Зо 04.01 психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности
ПК 2.3	У 2.3.01 Определять лабораторным путем качество сырья, полуфабрикатов и готовой продукции в процессе производства продуктов питания из мясного сырья; У 2.3.02 Определять лабораторным путем безопасность сы-рья, полуфабрикатов и готовой продукции в процессе производства продуктов питания из мясного сырья;	З 2.3.01 Способы и методы определения лабораторным путем качество сырья, полуфабрикатов и готовой продукции в процессе производства продуктов питания из мясного сырья; З 2.3.02 Способы и методы определения лабораторным путем безопасность сырья, полуфабрикатов и готовой продукции в процессе производства продуктов питания из мясного сырья;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	114
в т.ч. в форме практической подготовки	
в том числе:	
теоретическое обучение	32
практические занятия	64
самостоятельная работа	4
консультации	2
Промежуточная аттестация в форме экзамена	12

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 06 Концептуальные основы здорового питания населения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код ПК, ОК, формирование которых способствует элемент программы
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Тема 1. Значение питания в жизни человека	Содержание теоретического материала	4	ОК2 ОК 4
	1. История и эволюция питания человека 2. Питание, пища, пищевые вещества 3. Основные понятия нутрициологии.		
Тема 2. Классические теории питания	Содержание теоретического материала	4	ОК2 ОК 4
	1. Античная теория. 2. Теория сбалансированного питания. 3. Теория адекватного питания. 4. Законы и концепции рационального питания		
	Самостоятельная работа обучающихся Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение нормативных материалов; решение задач и упражнений по образцу; решение ситуационных производственных задач; подготовка сообщений	1	
Тема 3. Альтернативные теории питания	Содержание теоретического материала	4	ОК 2 ОК 4 ПК 2.3
	1. Вегетарианство. 2. Лечебное голодание. 3. Раздельное питание.		
	Тематика практических работ		
	1. Расчёт энергетической ценности продуктов и блюд. 2. Определение среднесуточной потребности разных групп людей в энергии	16	
	Самостоятельная работа обучающихся Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение	1	

	<i>нормативных материалов; решение задач и упражнений по образцу; решение ситуационных производственных (профессиональных задач); подготовка сообщений</i>			
Тема 4. Пищевые вещества, их роль в питании	Содержание теоретического материала	4	ОК 2 ОК 4 ПК 2.3	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные пищевые вещества: белки, жиры, углеводы. 2. Витамины и профилактика витаминной недостаточности. 3. Минеральные вещества и биоэлементы. 			
	Самостоятельная работа обучающихся <i>Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение нормативных материалов; решение задач и упражнений по образцу; решение ситуационных производственных (профессиональных задач); подготовка сообщений</i>	1		
Тема 5. Пищевая ценность продуктов питания	Содержание теоретического материала	6	ОК 2 ОК 4 ПК 2.3	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Молоко и молочные продукты. 2. Мясные продукты и заменители мяса. 3. Продукты из зерна. 4. Овощи и фрукты. 5. Морепродукты. 6. Жиры, масла, сахар и сладости. 			
	Тематика практических работ			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка качества молока, сливок, сыров по стандарту. 2. Оценка качества рыбных консервов по органолептическим показателям тары, содержимого и герметичности. Расшифровка маркировки, указанной на упаковке. 3. Органолептическая оценка качества мяса. 4. Ознакомление с ассортиментом пряностей и оценка качества по стандарту. 5. Определение вида и категории яиц по органолептическим показателям. Ознакомление с дефектами яиц. Установление допустимых и недопустимых дефектов. 6. Ознакомление с ассортиментом и оценка качества пищевого жира по стандарту 			4 4 4 4 4
	Самостоятельная работа обучающихся <i>Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение нормативных материалов; решение задач и упражнений по образцу; решение ситуационных производственных (профессиональных задач); подготовка</i>			1

	<i>сообщений</i>		
Тема 6. <i>Гигиеническая оценка процессов кулинарной обработки пищи</i>	Тематика практических работ	8	<i>ОК 2 ОК 4 ПК 2.3</i>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изменение пищевой ценности продуктов при тепловой обработке. 2. Особенности технологии диетических блюд, обусловленные требованиями лечебного питания. 		
Тема 7. <i>Современные принципы и технологии здорового питания</i>	Содержание теоретического материала	4	<i>ОК 2 ОК 4 ПК 2.3</i>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Научно обоснованные принципы здорового питания. 2. Правила здорового питания отдельного человека. 3. Комбинация продуктов – основа структуры здорового питания. 4. Правила составления меню. 		
	Тематика практических работ		
	1. Составление сбалансированного меню. Нормы и принципы.	6	
Тема 8. <i>Особенности питания в различные периоды жизни человека</i>	Содержание теоретического материала	6	<i>ОК 2 ОК 4 ПК 2.3</i>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Питание детей и подростков. 2. Проблемы питания лиц старшего возраста. 3. Питание беременных женщин и кормящих матерей. 		
Тема 9. <i>Пища как источник токсических и биологически активных веществ</i>	Тематика практических работ	16	<i>ОК 2 ОК 4 ПК 2.3</i>
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Классификация вредных веществ пищи. 2. Природные компоненты пищи, оказывающие неблагоприятное действие. 3. Загрязнители пищевых продуктов. 4. Методы идентификации и выявления фальсифицированных продуктов 		
Консультация		2	
Промежуточная аттестация в форме экзамена		12	
Всего:		114	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Для качественного обеспечения дисциплины используются специализированные аудитории: лекционная аудитория (3-07); лаборатории ТК и ПБ (3-16, 3-12, 3-08, 3-18), лекционная аудитория оснащена проекционной техникой и экраном. В лаборатории имеется специализированное оборудование для технологических процессов (тепловое, холодильное, технологическое), нормативная документация и справочная литература.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе

3.2.1. Основные источники

1. Мезенова, О.Я. Гомеостаз и питание: учебное пособие / О.Я. Мезенова. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург: Лань, 2019. — 224 с.
2. Технология и организация производства специальных видов питания в сфере агропромышленного комплекса (функциональные продукты питания): учебно-методическое пособие / О.Ю. Мишина, В.В. Чернышков, А.С. Венецианский, Е.А. Кузнецова. — Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2018. — 76 с.
3. Магомедов, М.Г. Производство плодоовощных консервов и продуктов здорового питания: учебник / М.Г. Магомедов. — Санкт-Петербург : Лань, 2015. — 560 с.
4. Позняковский, В.М. Физиология питания: учебник / В.М. Позняковский, Т.М. Дроздова, П.Е. Влощинский. — 4-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург: Лань, 2018. — 432 с.
5. Дунченко, Н.И. Управление качеством продукции. Пищевая промышленность. Для бакалавров: учебник / Н.И. Дунченко, В.С. Янковская. — Санкт-Петербург: Лань, 2018. — 304 с.
6. Венецианский, А.С. Технология производства функциональных продуктов питания: учебно-методическое пособие / А.С. Венецианский, О.Ю. Мишина. — Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2014. — 80 с.
7. Организация питания детей и подростков : учебное пособие / М.Н. Куткина, Е.П. Линич, Н.В. Барсукова, А.А. Смоленцева. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2018. — 320 с.
8. Функциональное питание. Практикум: учебно-методическое пособие / составители Э.Э. Сафонова, В.В. Быченкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 136 с.
9. Харенко, Е.Н. Технология функциональных продуктов для геродиетического питания: учебное пособие / Е.Н. Харенко, Н.Н. Яричевская, С.Б. Юдина. — Санкт-Петербург: Лань, 2019. — 204 с.

3.2.3 Дополнительная литература

1. Харенко, Е.Н. Технология продуктов спортивного питания: учебное пособие / Е.Н. Харенко, С.Б. Юдина, Н.Н. Яричевская. — Санкт-Петербург: Лань, 2018. — 104 с.
2. Рациональное питание. Теория и практика: учебное пособие / авторы-составители Ю.В. Шокина. — Санкт-Петербург: Лань, 2019. — 140 с. 11
3. Антипова, Л. В. Технология производства полуфабрикатов и быстрозамороженных блюд: учебник для вузов / Л. В. Антипова, И. А. Глотова, И. А. Рогов. - М.: Колос, 2001. - 376 с.
4. Боравский, В. А. Энциклопедия по переработке мяса в фермерских хозяйствах и на малых предприятиях / В. А. Боравский. - М.: СОЛОН-Пресс, 2002. - 576 с.
5. Боровков, М.Ф. Ветеринарно-санитарная экспертиза с основами технологии и стандартизации продуктов животноводства / М.Ф. Боровков, В.П. Фролов, С.А. Серко, СПб.: Издательство «Лань», 2010. — 480 с.
6. Позняковский, В. М. Экспертиза мяса птицы, яиц и продуктов их переработки. Качество и безопасность: учеб. пособие для вузов / В. М. Позняковский, О. А. Рязанова, К. Я. Мотовилов; ред. В. М. Позняковский. - Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2005. - 214 с.

7. Позняковский, В. М. Экспертиза мяса и мясопродуктов. Качество и безопасность : учебное пособие / В. М. Позняковский. -5-е изд., стер.4-му. -Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2009.-526 с.
8. Серегин, И.Г. Лабораторные методы в ветеринарно-санитарной экспертизе пищевого сырья и готовых продуктов / И.Г. Серегин, Б.В. Уша. СПб.: Издательство «РАПП», 2008. – 408 с.
9. Хлебников, В. И. Экспертиза мяса и мясных продуктов: учеб. пособие для вузов / В. И. Хлебников, И. А. Жебелева, В. И. Криштафович. - М.: Дашков и К, 2004. - 112 с.

3.2.4. Методические указания, рекомендации и другие материалы к занятиям

1. Федорова, Е.Г. Концептуальные основы здорового питания людей и основные требования к продуктам питания : методические указания / Е. Г. Федорова ; М-во сел. хоз-ва Рос. Федерации, Краснояр. гос. аграр. ун-т. - Красноярск: КрасГАУ, 2013. - 66 с.

3.3. Программное обеспечение

1. Windows Russian Upgrade Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008 15;
2. Office 2007 Russian OpenLicensePack Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008;
3. Офисный пакет LibreOffice 6.2.1 - Бесплатно распространяемое ПО;
4. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандартный Russian Edition на 1000 пользователей на 2 года (Educational License) Лицензия 1800-191210-144044- 563-2513 с 10.12.2019 до 17.12.2021;
5. Информационно-аналитическая система «Статистика» www.ias-stat.ru
6. Информационно-аналитическая система Росстат <https://rosstat.gov.ru/>
7. Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах - Лицензионный договор №158 от 03.04.2019 «Антиплагиат ВУЗ»;
8. Moodle 3.5.6a (система дистанционного образования) - Бесплатно распространяемое ПО;
9. Библиотечная система «Ирбис 64» (web версия) - Договор сотрудничества.
10. Яндекс (Браузер / Диск) - Бесплатно распространяемое ПО.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<ul style="list-style-type: none"> - основные принципы рационального питания, специальные формы организации питания, - основные группы питательных веществ, суточную потребность в питательных веществах различных групп населения; - энергетическую ценность пищи и энергетический обмен; - пищевую ценность продуктов питания; - физиологические основы составления пищевых рационов; - профилактическое и лечебное питание; - виды щажения желудочно-кишечного тракта в диетическом питании; -способы специальной технической обработки продуктов при организации диетического питания, 	<p>Текущий контроль при проведении:</p> <ul style="list-style-type: none"> -письменного/устного опроса; -тестирования; -оценки результатов внеаудиторной (самостоятельной) работы (докладов, рефератов, теоретической части проектов, учебных исследований и т.д.) <p>Промежуточная аттестация в форме экзамена</p>

<p>-гигиеническую оценку процессов кулинарной обработки пищи:</p> <ul style="list-style-type: none"> -особенности технологии и режима питания в пожилом и преклонном возрасте; -детское питание, питание студентов, особенности технологии блюд для детей раннего детского и дошкольного возраста; - организацию питания людей при стихийных бедствиях; - различие питание мужчин и женщин; <p>правильный и рациональный выбор продуктов.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> -проводить органолептическую оценку качества и безопасности продовольственных продуктов и сырья; -осуществлять подбор продуктов для сбалансированного питания; -правильно составлять суточный рацион питания для различных групп населения; -внедрять принципы здорового питания в практическую деятельность; -применять полученные навыки для профилактики хронических заболеваний населения. 	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - защита отчетов по практическим/ лабораторным занятиям; - оценка заданий для внеаудиторной (самостоятельной) работы <p>- экспертная оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий в процессе практических/лабораторных занятий</p> <p>Промежуточная аттестация в форме экзамена</p>