

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является изучение принципов формирования основ рационального питания, а также вопросы профилактики и лечения патологических состояний.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 19.04.02 Продукты питания из растительного сырья, профиль подготовки Технологии продуктов питания из растительного сырья для рынка специализированного питания, дисциплина «Основы рационального питания» относится к обязательной части блока Б1.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами, практиками: «Методология науки о питании», «Ресурсный потенциал растительного сырья», «ХАССП-система управления безопасностью пищевых продуктов», «Физиологические и функциональные ингредиенты для пищевых технологий», Технологическая практика.

Дисциплина «Основы рационального питания» является базовой для изучения следующих дисциплин, практик: «Высокотехнологичное оборудование для пищевой промышленности», «Конструирование продуктов питания с заданными свойствами и составом», «Технологии продуктов из растительного сырья для рынка специализированного питания», Производственная практика: НИР, Преддипломная практика.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Дисциплина «Основы рационального питания» направлена на формирование у студентов профессиональных компетенций представленных в табл. 1.

Таблица 1

Требования к результатам освоения дисциплины

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций	Студент должен:		
				знать	уметь	владеет
2	ПК-3	Способен свободно владеть фундаментальными разделами техники и технологии производства продуктов питания из растительного сырья, необходимы для решения	ПК - 3.2 Оценивает ресурсный потенциал растительного сырья на основе принципов рационального питания для решения научно-исследовательских и научно-производстве	стандарты, технические условия на используемые материалы; правила приемки сырья, материалов, полуфабрикатов и готовой продукции; методики контроля характеристик сырья,	Оценивать влияние качества материалов, сырья, полуфабрикатов на качество готовой продукции; выбирать методы и средства контроля характери	контролем поступающих материалов, сырья, полуфабрикатов на соответствие требованиям норм

		научно-исследовательских и научно-производственных задач в отрасли	нных задач в отрасли	материалов, готовой продукции и статистической обработки результатов измерений	стик поступающих материалов, сырья, полуфабрикатов; определяют соответствие характеристик поступающих материалов, сырья, полуфабрикатов нормативным, технологическим документам	тивно й документации
--	--	--	----------------------	--	---	----------------------

4. Объём, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часов.

Таблица 2

Объем дисциплины

	Количество часов										
	Всего	в т.ч. по семестрам									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа – всего, в т.ч.	42,1			42,1							
<i>аудиторная работа:</i>	42			42							
лекции	14			14							
лабораторные	14			14							
практические	14			14							
<i>промежуточная аттестация</i>	0,1			0,1							
<i>контроль</i>											
Самостоятельная работа	65,9			65,9							
Форма итогового контроля	зач.			зач.							
Курсовой проект (работа)	-		-	-							

Таблица 2

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия Содержание	Неделя семестра	Контактная работа	Самостоятельная работа	Контроль знаний

			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов	Количество часов	Вид	Форма
1	2	3	4	5	6	7	8	9
3 семестр								
1.	Эколого-медицинские аспекты питания современного человека		Л	В	2	-	ТК	КЛ
2.	Особенности питания детей первого года жизни		ЛЗ	Т	2	6	ТК	УО
3.	Физиология питания. Система пищеварения: строение и функции		ПЗ	Т	2	10	ТК	УО
4.	Основные компоненты пищи		Л	В	4		ТК	КЛ
5.	Особенности питания детей от 1 до 17 лет		ЛЗ	Т	4	8	ТК	УО
6.	Рациональное питание и физиологические основы его организации		ПЗ	Т	4	10	ТК	УО
7.	Пищеварение		Л	В	2		ТК	КЛ
8.	Особенности питания студентов, людей умственного труда, спортсменов, лиц пожилого возраста		ЛЗ	КС	4	8	ТК	УО
9.	Значение жиров в питании здорового и больного человека		ПЗ	Т	4	9	ТК	УО
10.	Виды питания		Л	В	4		ТК	КЛ
11.	Особенности питания рабочих, занятых на производствах с вредными условиями труда		ЛЗ	Т	2	8	ТК	УО
12.	Значение жиров в питании здорового и больного человека		ПЗ	Т	4	6,9	ТК	УО
13.	Рациональное питание		Л	В	4		ТК	КЛ
14.	Выходной контроль						ВыхК	З
15.	Итого:				42	65,9	0,1	

Примечание:

Условные обозначения:

Виды аудиторной работы: ЛЗ – лабораторные занятия.

Формы проведения занятий: Т – занятие, проводимое в традиционной форме, КС-круглый стол.

Виды контроля: ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ВыхК – выходной контроль.

Форма контроля: УО – устный опрос, Д – доклад, З – зачет.

5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Основы рационального питания» проводится по видам учебной работы: лекции, лабораторные, практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентного подхода в рамках направления подготовки 19.04.02 Продукты питания из растительного сырья, профиль «Технологии продуктов питания из растительного сырья для рынка специализированного

питания» предусматривает использование в учебном процессе активных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Лекционные занятия проводятся в поточной аудитории с применением мультимедийного проектора в виде учебной презентации. Основные моменты лекционных занятий конспектируются. Отдельные темы предлагаются для самостоятельного изучения с обязательным составлением конспекта (контролируется).

Целью лабораторных занятий является выработка практических навыков с основными понятиями и задачами основ рационального питания человека.

Для достижения этих целей используются как традиционные формы работы – решение задач, выполнение лабораторных работ и т.п., так и интерактивный метод - групповая работа, анализ конкретных ситуаций.

Решение задач позволяет обучиться навыкам работы с нормативной документацией. В процессе решения задач обучающийся сталкивается с ситуацией вызова и достижения, данный методический прием способствует в определенной мере повышению у обучающихся мотивации как непосредственно к учебе, так и к деятельности вообще.

Метод анализа конкретной ситуации в наибольшей степени соответствует задачам высшего образования. Он более, чем другие методы, способствует развитию у обучающихся изобретательности, умения решать проблемы с учетом конкретных условий и при наличии фактической информации.

Групповая работа при анализе конкретной ситуации развивает способности проведения анализа и диагностики проблем. С помощью метода анализа конкретной ситуации у обучающихся развиваются такие квалификационные качества, как умение четко формулировать и высказывать свою позицию, умение коммуницировать, дискутировать, воспринимать и оценивать информацию, поступающую в вербальной форме. Практические занятия проводятся в специальных аудиториях, оборудованных необходимыми наглядными материалами.

Самостоятельная работа охватывает проработку обучающимися отдельных вопросов теоретического курса, выполнения домашних работ, включающих решение задач, анализ конкретных ситуаций.

Самостоятельная работа осуществляется в индивидуальном и групповом формате. Самостоятельная работа выполняется обучающимися на основе учебно-методических материалов дисциплины (приложение 2). Самостоятельно изучаемые вопросы курса включаются в экзаменационные вопросы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или количество экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется ли при изучении разделов
	Основы рационального питания : учебное пособие для вузов / Р. С. Омаров, О. В. Сычева, С. Н. Шлыков. —	Омаров, Р. С.	Санкт-Петербург : Лань, 2021.	Все разделы

	Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 76 с. — ISBN 978-5-8114-7037-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/165808 (дата обращения: 03.11.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.			
1	Практикум по технологии отрасли (технология хлебобулочных изделий) https://e.lanbook.com/book/93006	Пономарева Е.И., Лукина С.И., Алехина Н.Н., Малютина Т.Н.	СПб.: Лань, 2017	1-2
2	Функциональные пищевые ингредиенты и добавки в производстве кондитерских изделий: учеб пособие 8 экз.	Г.О. Магомедов, А.Я. Олейникова, И.В. Плотникова [и др.].	СПб.: ГИОРД, 2015.	1-2
3	Скобельская, З. Г. Технология кондитерских изделий. Расчет рецептур : учебное пособие для вузов / З. Г. Скобельская. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 84 с. — ISBN 978-5-8114-5287-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/146620	З. Г. Скобельская.	Санкт-Петербург : Лань, 2020	все разделы

б) дополнительная литература (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или количество экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов
1	Практикум по технологии кондитерских изделий 3экз	Олейникова А.Я	СПб.: ГИОРД.- 2015	1-2
2	Гигиенические основы питания и экспертизы продовольственных товаров 7 экз	В.М. Позняковский	Новосибирск: НГУ, 2017	1

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- Федеральное агентство по техническому регулированию - <http://www.gost.ru>
- 1. Электронная библиотека СГАУ - <http://library.sgau.ru>
- 2. ГИОРД. - www.giord.ru
- 3. НЕБ - <http://elibrary.ru> (подписка на профильные журналы)

г) периодические издания

- Хлебопечение России.
- Вопросы питания.
- Пищевая промышленность.
- Хранение и переработка сельхозсырья.

д) информационные справочные системы и профессиональные базы данных

1. Поисковая система Yandex режим доступа <http://www.yandex.ru>.
2. Поисковая система Google режим доступа <http://www.google.ru>.
2. «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru>.
3. Elibrary.ru <http://elibrary.ru>.
4. «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>.
5. ЭБС «Юрайт» <http://www.biblio-jnline.ru>.

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

К информационным технологиям, используемым при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, относятся:

- персональные компьютеры, посредством которых осуществляется доступ к информационным ресурсам и оформляются результаты самостоятельной работы;
- проекторы и экраны для демонстраций слайдов мультимедийных лекций;
- активное использование средств коммуникаций (электронная почта, тематические сообщества в социальных сетях и т.п.)

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для выполнения лабораторных работ имеется лаборатория №217, оснащенная комплектом обучающего оборудования.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся аудитория №332, оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

8. Оценочные материалы

Фонд оценочных средств, сформированный для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся по дисциплине: «Основы рационального питания» разработан на основании следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры».

Оценочные материалы представлены в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включают в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
 - методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы представлен в приложении 2 к рабочей программе по дисциплине «Основы рационального питания».

10. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Основы рационального питания»

Методические указания по изучению дисциплины «Основы рационального питания» включают в себя:

1. Краткий курс лекций / Сост. В.А. Буховец// Саратов: ФБГОУ ВО «Саратовский ГАУ», 2021, 59 с.
2. Буховец, В.А. Методические указания к лабораторным занятиям для студентов 2 курса по направлению подготовки 19.04.02 «Продукты питания из растительного сырья» по дисциплине «Основы рационального питания», 2021.-50, с.
3. Буховец, В.А. Методические указания к практическим занятиям для студентов 2 курса по направлению подготовки 19.04.02 «Продукты питания из растительного сырья» по дисциплине «Основы рационального питания», 2021.-50, с.

Рассмотрено и утверждено на заседании
кафедры «Технологии продуктов питания»
« 18 » мая 2021 г. (протокол №9)