МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Арктический государственный агротехнологический университет»

Кафедра Пищевых технологий и индустрии питания

Регистрационный номер
05-2/ТПООП(б).64

Основы здорового питания

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Закреплена за кафедрой **Пищевых технологий и индустрии питания**

Учебный план b190304_22_1_ТОП.plx.plx
19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость/зет **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 28
самостоятельная работа 44
часов на контроль 4

Виды контроля на курсах:
зачеты 5

Распределение часов дисциплины по курсам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**5 (3.1)**		Итого	
Недель	15			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	44	44	44	44
Итого	72	72	72	72

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания (приказ Минобрнауки России от 17.08.2020 г. № 1047)

Составлена на основании учебного плана:
19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

утвержденного учёным советом вуза от 22.04.2021 протокол № 56.

Разработчик (и) РПД:

PhD, проф, Степанов Константин Максимович _____

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры
Пищевых технологий и индустрии питания

Протокол от 18 04 2022 г. № 5011

Зав. кафедрой разработчика Гоголева П.А.

Зав. профилирующей кафедры

_____/Гоголева П.А./

Протокол заседания кафедры от 18 04 2022 г. № 5011

Председатель МК факультета

_____ Иванова Н.Д.

Протокол заседания МК факультета от 16 05 2022 г. № 5

Декан _____/Сидоров А.А./

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
__15.06__ 2023 г. №8

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры
Пищевых технологий и индустрии питания

Протокол от __22.05__ 2023 г. № 110
Зав. кафедрой Гоголева П.А.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
__18 июня__ 2024 г. №6

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры
Пищевых технологий и индустрии питания

Протокол от __10 июня__ 2024 г. № 16
Зав. кафедрой Гоголева П.А.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
__ _____ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры
Пищевых технологий и индустрии питания

Протокол от __ _____ 2025 г. № __
Зав. кафедрой Гоголева П.А.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель МК
__ _____ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры
Пищевых технологий и индустрии питания

Протокол от __ _____ 2026 г. № __
Зав. кафедрой Гоголева П.А.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель освоения дисциплины: формирование у студентов системных знаний в области науки о здоровом питании, для создания прогрессивных технологий выработки продуктов с заданным составом и свойствами.

Задачи дисциплины:

- изучить и проанализировать международный опыт в формировании политики, плана действий и стратегий в области здорового и безопасного питания;
- изучить и проанализировать историю формирования политики здорового и безопасного питания в России;
- научиться формировать основные приоритеты в области улучшения питания и управления рисками, связанными с нерациональным питанием;
- научиться формулировать основные задачи, этапы, принципы, направления и механизмы реализации Концепции (политики, программы) на Федеральном и региональном уровне.

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Формируемые компетенции:

ИД-3.УК-7: Способен применять основные принципы здорового питания для профессиональной деятельности

Знать:

основные принципы здорового питания для профессиональной деятельности

Уметь:

применять основные принципы здорового питания для профессиональной деятельности

Владеть:

основными принципами здорового питания для профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

2.1	**Знать:**
2.1.1	международный опыт в формировании политики, плана действий и стратегий в области здорового и безопасного
2.2	**Уметь:**
2.2.1	формировать основные приоритеты в области улучшения питания и управления рисками, связанными с
2.3	**Владеть:**
2.3.1	формулировать основные задачи, этапы, принципы, направления и механизмы реализации Концепции (политики,

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:	ФТД
3.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
3.1.1	Кухни народов мира
3.1.2	Физико-химические изменения в продуктах при кулинарной обработке
3.1.3	Физиология питания
3.1.4	Основы технологии пищевых производств
3.1.5	Технология национальных мясных и молочных продуктов
3.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
3.2.1	Технология и организация диетического питания
3.2.2	Технология и организация дошкольного и школьного питания
3.2.3	Технология функциональных продуктов питания
3.2.4	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Распределение часов дисциплины по курсам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**5 (3.1)**		Итого	
Курс	15			
Вид занятий	УП	РП		
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	44	44	44	44
Итого	72	72	72	72

Общая трудоемкость дисциплины (з.е.) **2 ЗЕТ**

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр / Курс**	**Часов**	**Компетенции**	**Литература**	**в том числе часы по практической подготовке (при наличии в учебном плане)**
	Раздел 1.					
1.1	Общая нутрициология. Теоретические основы нутрициологии. Физиолого-биохимические аспекты действия нутриентов /Лек/	2	2	ИД-3.УК-7	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3	
1.2	Состав пищевого сырья и продуктов питания /Лек/	2	2	ИД-3.УК-7	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3	
1.3	Физиология пищеварения /Пр/	2	2	ИД-3.УК-7	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3	
1.4	Пищевая и биологическая ценность продуктов растительного и животного происхождения /Пр/	2	2	ИД-3.УК-7	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3	

1.5	1. Функциональные продукты питания: определение, виды, предназначение. 2. Особенности применения и разновидности обогащенных продуктов питания. 3. Специализированные продукты питания, их предназначение. 4. Профилактические, лечебные и лечебно-профилактические продукты. 5. Биологически активные добавки к пище (БАД), их классификация. 6. Нутрицевтики и	2	60	ИД-3.УК-7	Л1.1, Л1.2, Л2.1, Л2.2, Л2.3	

6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Фонд оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации прилагается к рабочей программе дисциплины в приложении №1.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Трубина И. А., Скорбина Е. А.	Технология производства функциональных пищевых продуктов: учебное пособие	Ставрополь: СтГАУ, 2020
Л1.2	Донченко Л. В., Сокол Н. В., Щербакова Е. В., Кочетов В. К., Соболь И. В., Родионова Л. Я.	Технология функциональных продуктов питания: Учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2021

7.1.2. Дополнительная литература

Л2.1	Трухачев В. И., Стародубцева Г. П., Сычева О. В., Любая С. И., Сурхаев Г. А.	От проростка до функционального продукта здорового питания: монография	Санкт-Петербург: Лань, 2020
Л2.2	Тармаева И. Ю., Белых А. И.	Изучение и оценка лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях: учебно-методическое пособие	Иркутск: ИГМУ, 2016
Л2.3	Омаров Р. С., Сычева О. В., Шлыков С. Н.	Основы рационального питания	Санкт-Петербург: Лань, 2021

7.3. Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

7.3.1	Windows Vista TM Home Basic K OEMAct
7.3.2	Adobe Reader
7.3.3	MathCad (бесплатная версия)

7.4. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7.4.1	Кодексы и законы РФ - Правовая справочно-консультационная система
7.4.2	Федеральный портал "Российское образование"
7.4.3	Информационно-правовой портал «Гарант» компании
7.4.4	Справочно-правовая система Консультант Плюс, версия Проф

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ
(перечень учебных помещений, оснащенных оборудованием и техническими средствами обучения)

Ауд. №2.116 Учебнаяаудитория. Учебнаянаучно-исследовательскаялаборатория (дистиллятorListonA1104, термостатсуховоздушныйТС-1/80 СПЧ, стерилизаторпаровойВК-75-61, центрифугаListonC 2204, центрифугаMLWT-54, центрифугаWirowkaMPW-2e, микроскопLevenhuk, фильтрАквафорК2,К3,К7, лабораторныевесыAcomJW-1, холодильникParacelsPozis, ламинарныйшкафNeotericLamsystems, шкафсушильныйКС-65, вытяжнойшкаф, шкафыдляхраненияlаб. посуды 3 шт., столылаб. – 5 шт.)

Ауд. №2.311 Учебная аудитория.
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (мультимедийное оборудование: HPPavilionSlimlineAthlonDualCore 2.1GHz/RAM1GB/GeForce 7300LE/DVD-

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Теоретическая часть дисциплины «Основы здорового питания» раскрывается на лекционных занятиях, так как лекция является основной формой обучения, где преподавателем даются основные понятия дисциплины.
Последовательность изложения материала на лекционных занятиях, направлена на формирование у студентов ориентировочной основы для последующего усвоения материала при самостоятельной работе.
На практических занятиях в ходе дискуссий, при обсуждении рефератов и на занятиях с применением методов активного обучения студенты учатся анализировать и прогнозировать развитие пищевой науки, раскрывают ее научные и социальные проблемы.
Практические занятия курса проводятся по всем разделам учебной программы. Практические работы направлены на формирование у студентов навыков самостоятельной исследовательской работы. В ходе практических занятий студент выполняет комплекс заданий, позволяющий закрепить лекционный материал по изучаемой теме, получить основные навыки в области построения рационов питания для различных групп населения с учетом их физиологических особенностей.

10. ПРИЛОЖЕНИЕ

10.1.Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).
10.2.Методические рекомендации (указания) по выполнению лабораторных (практических) работ.
10.3.Методические рекомендации (указания) по выполнению контрольных работ.
10.4.Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентов.