

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ И. Т. ТРУБИЛИНА»**

**ФАКУЛЬТЕТ ПЕРЕРАБАТЫВАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета  
перерабатывающих  
технологий, доцент

А.В. Степовой

«18» апреля 2022 г.



**Рабочая программа дисциплины**

**Основные принципы организации  
здорового питания населения РФ**

Направление подготовки  
**35.03.07 Технология производства и переработки  
сельскохозяйственной продукции**

Направленность подготовки  
**«Технология хранения и переработки  
сельскохозяйственной продукции»**

Уровень высшего образования  
**Бакалавриат**

Форма обучения  
**очная, заочная**

**Краснодар  
2022**

Рабочая программа дисциплины «Основные принципы организации здорового питания населения РФ» разработана на основе ФГОС ВО 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ 17.07.2017 г. № 669

Автор:

канд. техн. наук, доцент



Е.А. Красноселова

Рабочая программа обсуждена и рекомендована к утверждению решением кафедры технологии хранения и переработки растениеводческой продукции, протокол № 8 от 04.04.2022 г.

Заведующий кафедрой,

канд. техн. наук., доцент



И.В. Соболев

Рабочая программа одобрена на заседании методической комиссии факультета перерабатывающих технологий, протокол № 8 от 15.04.2022 г.

Председатель

методической комиссии

д-р техн. наук., профессор



Е.В. Щербакова

Руководитель основной профессиональной образовательной программы

канд. техн. наук, доцент



Т.В. Орлова

## 1 Цель и задачи освоения дисциплины

**Целью** освоения дисциплины «Основные принципы организации здорового питания населения РФ» является формирование комплекса знаний об организационных, научных и методических основах физиологии питания и основных факторах, влияющих на пищевой статус человека.

### Задачи дисциплины

– привить навыки способности оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания.

– научить проводить оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных решений в технологии продуктов здорового питания.

– дать знания в проведении оптимизации и корректировке технологических решений производства продуктов питания.

– привить умения в проведении улучшения качества продуктов здорового питания.

## 2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

ПК-7 – Способен оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания.

В результате изучения дисциплины «Основные принципы организации здорового питания населения РФ» обучающийся готовится к освоению трудовых функций и выполнению трудовых действий на основании анализа требований к профессиональным компетенциям, предъявляемых к выпускникам на рынке труда.

## 3 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

«Основные принципы организации здорового питания населения РФ» является дисциплиной вариативной части ОПОП ВО подготовки обучающихся по направлению 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции, направленность «Технология хранения и переработки сельскохозяйственной продукции перерабатывающих технологий».

## 4 Объем дисциплины (72 часа, 2 зачетных единицы)

Виды учебной работы	Объем, часов	
	Очная	Заочная
<b>Контактная работа</b>	31	9
в том числе:		
— аудиторная по видам учебных занятий	30	8
— лекции	16	2
— практические	14	6
— внеаудиторная	1	1

Виды учебной работы	Объем, часов	
	Очная	Заочная
— зачет	1	1
<b>Самостоятельная работа</b> в том числе:	41	63
— прочие виды самостоятельной работы	41	63
Итого по дисциплине	72	72
в том числе в форме практической подготовки	-	-

## 5 Содержание дисциплины

По итогам изучаемой дисциплины обучающиеся сдают зачет.

Дисциплина изучается на 3 курсе, в 5 семестре по очной форме обучения и 3 курсе, в 5 семестре по заочной форме обучения.

### Содержание и структура дисциплины по очной форме обучения

№ п / п	Тема. Основные вопросы	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						
				Лекции	в том числе в форме практической подготовки	Практические занятия	в том числе в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки	Самостоятельная работа
1, 2	<b>Введение</b> <b>Питание – один из важнейших факторов, определяющий здоровье человека</b> 1 Характеристика пищевого статуса населения РФ. 2 Основные направления государственной политики в области здорового питания населения России. 3 Основы физиологии питания. 4 Культурные традиции народов и типы питания. 5 Религия и питание. Изучение документа «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ» Сравнительный анализ питания в мировых религиях	ПК-7	5	4	-	6	-	-	-	5

№ П / П	Тема. Основные вопросы	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						
				Лекции	в том числе в форме практической подготовки	Практические занятия	в том числе в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки	Самостоятельная работа
3	<b>Классические теории питания</b> 1 Теория сбалансированного питания. 2 Теория адекватного питания. 3 Основные законы рационального питания. 4 Концепция персонализированного питания	ПК-7	5	2	-	-	-	-	-	4
4	<b>Альтернативные теории питания.</b> 1 Вегетарианство. 2 Лечебное голодание. 3 Теория питания предков. 4 Теория раздельного питания. 5 Теория главного пищевого фактора. 6 Концепция индексов пищевой ценности. 7 Концепция «живой» энергии. 8 Концепция «мнимых» лекарств. 9 Концепция абсолютизации оптимальности	ПК-7	5	2	-	-	-	-	-	4
5 - 8	<b>Особенности и основные принципы рационального питания современного человека.</b> 1 Классификация основных пищевых веществ 2 Белки и их роль в питании 3 Классификация липидов 4 Функции липидов в организме человека 5 Классификация углеводов 6 Углеводы и пищевой статус 7 Функции витаминов в питании человека и их классификация 8 Жирорастворимые витамины 9 Водорастворимые витамины 10 Витаминоподобные вещества 11 Классификация минеральных веществ 12 Макроэлементы 13 Микроэлементы 14 Физиологическая роль воды 15 Влияние основных социальных токсикантов на качество жизни Составление рационов	ПК-7	5	8	-	4	-	-	-	10

№ П / П	Тема. Основные вопросы	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						
				Лекции	в том числе в форме практической подготовки	Практические занятия	в том числе в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки	Самостоятельная работа
	питания для различных групп населения по индивидуальным заданиям. Определение энергетической ценности готовых к употреблению блюд с учетом коэффициентов усвояемости и потерь при тепловой кулинарной обработке									
9	<b>Особенности питания различных групп населения.</b> Принципы организации питания для различных групп населения. Детское питание. Геронтологическое питание. Лечебно-профилактическое питание. Лечебное питание. Основные принципы диетологии. Специализированное питание. Основы здорового питания для лиц, испытывающих повышенные физические нагрузки. Основные принципы радиозащитного питания	ПК-7	5	-	-	4	-	-	-	18
	<b>Итого</b>			16		14				41

## Содержание и структура дисциплины по заочной форме обучения

№ П / П	Тема. Основные вопросы	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						
				Лекции	в том числе в форме практической подготовки	Практические занятия	в том числе в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки	Самостоятельная работа
1	<p><b>Введение</b>  <b>Питание – один из важнейших факторов, определяющий здоровье человека</b>                      1 Характеристика пищевого статуса населения РФ. 2 Основные направления государственной политики в области здорового питания населения России. 3 Основы физиологии питания. Культурные традиции народов и типы питания. 4 Религия и питание.                      Изучение документа «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ»                      Сравнительный анализ питания в мировых религиях</p> <p><b>Классические теории питания</b>                      1 Теория сбалансированного питания. 2 Теория адекватного питания. 3 Основные законы рационального питания. 4 Концепция персонализированного питания</p> <p><b>Альтернативные теории питания.</b>                      1 Вегетарианство. 2 Лечебное голодание. 3 Теория питания предков. 4 Теория раздельного питания. 5 Теория главного пищевого фактора. 6 Концепция индексов пищевой ценности. 7 Концепция «живой» энергии. 8</p>	ПК-7	5	2	-	6	-	-	-	63





№ П / П	Тема. Основные вопросы	Формируемые компетенции	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						
				Лекции	в том числе в форме практической подготовки	Практические занятия	в том числе в форме практической подготовки	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки	Самостоятельная работа
	ское питание. Геронтологическое питание. Лечебно-профилактическое питание. Лечебное питание. Основные принципы диетологии. Специализированное питание. Основы здорового питания для лиц испытывающих повышенные физические нагрузки. Основные принципы радиозащитного питания									
Итого				2		6				63

## 6 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Методические указания (для самостоятельной работы)

1. Донченко Л.В. Основные принципы организации здорового питания населения Российской Федерации: учеб пособие / Л.В. Донченко, Е.А. Красноселова. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 91 с  
[https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe\\_posobie\\_Osnovy\\_pitanija\\_2\\_425047\\_v1\\_.PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe_posobie_Osnovy_pitanija_2_425047_v1_.PDF)
2. Красноселова Е.А. Основные принципы организации здорового питания населения РФ: практикум / Е.А. Красноселова, Л.В. Донченко. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 76 с. [https://edu.kubsau.ru/file.php/116/praktikum\\_zdorovoe\\_pitanie\\_2.1\\_438794\\_v1\\_.PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/116/praktikum_zdorovoe_pitanie_2.1_438794_v1_.PDF)

## 7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

### 7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО

Номер семестра*	Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетенций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО
	ПК-7 Способен оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания
4	Учебная практика, в том числе технологическая

Номер семестра*	Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетенций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО
5	<b>Основные принципы организации здорового питания населения РФ</b>
5	Технология функциональных продуктов питания
5	Технология специализированных мясных продуктов
5	Биотехнология функциональных продуктов питания
8	Преддипломная практика
8	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

\* номер семестра соответствует этапу формирования компетенции

## 7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкалы оценивания

Планируемые результаты освоения компетенции	Уровень освоения				Оценочное средство
	неудовлетворительно (минимальный не достигнут)	удовлетворительно (минимальный пороговый)	хорошо (средний)	отлично (высокий)	
<b>ПК-7 Способен оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания</b>					
ПК-7.1. Проводит оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных решений в технологии продуктов здорового питания	Уровень знаний ниже минимальных требований, имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения, имели место грубые ошибки, не продемонстрированы базовые навыки проводить оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных решений в технологии продуктов здорового питания	Минимально допустимый уровень знаний, допущено много негрубых ошибок. Продемонстрированы основные умения, решены типовые задачи. Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами проводить оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных решений в технологии продуктов здорового питания	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, допущено несколько негрубых ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач проводить оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных решений в технологии продуктов здорового питания	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач проводить оптимизацию и коррекцию рецептурно-компонентных реше-	Тестирование, рефераты, доклады (презентации), коллоквиумы, контрольная работа, защита практических работ

Планируемые результаты освоения компетенции	Уровень освоения				Оценочное средство
	неудовлетворительно (минимальный не достигнут)	удовлетворительно (минимальный пороговый)	хорошо (средний)	отлично (высокий)	
				ний в технологии продуктов здорового питания	
ПК-7.2. Проводит оптимизацию и корректировку технологических решений производства продуктов питания	Уровень знаний ниже минимальных требований, имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения, имели место грубые ошибки, не продемонстрированы базовые навыки проводить оптимизацию и корректировку технологических решений производства продуктов питания	Минимально допустимый уровень знаний, допущено много негрубых ошибок. Продемонстрированы основные умения, решены типовые задачи. Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами проводить оптимизацию и корректировку технологических решений производства продуктов питания	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, допущено несколько негрубых ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач проводить оптимизацию и корректировку технологических решений производства продуктов питания	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач проводить оптимизацию и корректировку технологических решений производства продуктов питания	Тестирование, рефераты, защита практических работ, зачет
ПК-7.3 Проводит улучшение качества продуктов здорового питания	Уровень знаний ниже минимальных требований, имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстриро-	Минимально допустимый уровень знаний, допущено много негрубых ошибок. Продемонстрированы основные умения, решены типовые задачи. Имеется минимальный	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, допущено несколько негрубых ошибок. Продемонстрированы все основные уме-	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Продемонстрированы все основ-	Тестирование, защита практических работ, рефераты, доклады (презентации)

Планируемые результаты освоения компетенции	Уровень освоения				Оценочное средство
	неудовлетворительно (минимальный не достигнут)	удовлетворительно (минимальный пороговый)	хорошо (средний)	отлично (высокий)	
	ваны основные умения, имели место грубые ошибки, не продемонстрированы базовые навыки проводить улучшение качества продуктов здорового питания	набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами проводить улучшение качества продуктов здорового питания	ния, решены все основные задачи с негрубыми ошибками, продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач проводить улучшение качества продуктов здорового питания	ные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач проводить улучшение качества продуктов здорового питания	зачет

### **7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП ВО**

#### **Текущий контроль**

ПК-7 – Способен оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания

#### **Практические работы**

Практическая работа 1-2. Изучение документа «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ»

Практическая работа 3. Сравнительный анализ питания в мировых религиях

Практическая работа 4. Составление рационов питания для различных групп населения по индивидуальным заданиям.

Практическая работа 5. Определение энергетической ценности готовых к употреблению блюд с учетом коэффициентов усвояемости и потерь при тепловой кулинарной обработке

Практическая работа 6. Основы здорового питания для лиц, испытывающих повышенные физические нагрузки.

Практическая работа 7. Основные принципы радиозащитного питания

#### **Пример задания на тестирование**

1. Пищевая ценность продукта это *совокупность свойств пищевого продукта;*

**\*интегральный показатель, оценивающий в пищевых продуктах содержание углеводов, белков, витаминов, макро- и микронутриентов;**  
*совокупность свойств пищевого продукта, при наличии которых удовлетворяются физиологические потребности человека в необходимых веществах и энергии.*

2. Пищевой статус подразделяется на:

- #обычный
- #оптимальный
- #избыточный
- #недостаточный
- нормальный

3. Функции ротовой полости в процессе пищеварения

*расщепление белков, жиров, углеводов*

**\*механическая переработка и начальное расщепление крахмала**

*переваривание жиров*

4. Сопоставьте типы хозяйства в зависимости от зоны обитания человека и типу питания:

- Первый тип=белковый
- Второй тип=углеводный
- Третий тип=смешанный

5. При беременности и грудном вскармливании потребность в энергии:

- + увеличивается в среднем на 15 и 25 % соответственно
- уменьшается в среднем на 15 и 25 % соответственно
- увеличивается в среднем на 25 и 15 % соответственно
- уменьшается в среднем на 25 и 15 % соответственно

## **Темы рефератов**

1. Концепция государственной политики в области здорового питания населения России. Основная цель. Направления государственной политики.
2. Пристеночное или мембранное и полостное пищеварение.
3. Влияние бактерий-сапрофитов на процесс пищеварения человека.
4. Особенности питания в различных религиях
5. Концепции дифференцированного направленного (целевого) и индивидуально-го питания. Основные положения. Достоинства и недостатки концепций.
6. Концепции альтернативного питания – индексов пищевой ценности, «живой энергии», «мнимых лекарств», абсолютизации оптимальности.
7. Основные функции белков, жиров, углеводов в человеческом организме.
8. Содержание белка, жира, углеводов в пищевых продуктах.
9. Основные пищевые источники витаминов.
10. Витаминоподобные вещества.
11. Основные пищевые источники минеральных веществ.
12. Основные социальные токсиканты – наркотики, алкоголь и курение.
13. Краткая характеристика радиопротекторов и направления их применения.
14. Повышение иммунитета и детоксикация организма человека
15. Рациональное питание детей раннего возраста (1–3 года)
16. Рациональное питание детей дошкольного возраста (3–6 лет).
17. Рациональное питание детей школьного возраста.
18. Особенности питания людей зрелого (50–60 лет) возраста.
19. Особенности питания людей пожилого (61–74 года) возраста.

20. Особенности питания людей преклонного (75–89 лет) возраста и долгожителей (90 лет и старше).
21. Принципы разработки диетического питания для людей с различными заболеваниями.
22. Питание в экстремальных условиях. Особенности питания в районах Крайнего Севера и тайги, высокогорья, пустыни и жаркого климата.
23. Классические теории питания.
24. Альтернативные теории питания.
25. Религия и питание.

### **Темы докладов (презентаций)**

1. Особенности питания в христианстве (православие)
2. Особенности питания в христианстве (католицизм)
3. Особенности питания в христианстве (лютеранство)
4. Особенности питания в исламе
5. Сходство и различие в питании суннитов и шиитов
6. Особенности питания в Буддизме
7. Особенности питания у мусульман
8. Особенности соблюдения постов в Христианстве
9. Сравнение питания между всеми конфессиями христианства
10. Сравнение питания между иудаизмом и буддизмом
11. Особенности питания в иудаизме
12. Разделение питания в Японии по вероисповеданию
13. Особенности питания в индуизме
14. Разделение питания в Индии по религиозному признаку.

### **Вопросы на коллоквиумы**

1. Что такое пищевой статус человека и его виды?
2. Что такое «индекс массы тела» – ВМІ? Классификация ожирения человека по индексу ВМІ.
3. К чему могут привести последствия нарушения пищевого статуса человека?
4. Какова цель и основные задачи государственной политики в области здорового питания?
5. Что изучает нутрициология?
6. Какова система пищеварения человеческого организма?
7. Как осуществляется биохимическая обработка пищи в организме?
8. Какова роль микроорганизмов в пищеварении человека?
9. Как влияет христианство на структуру питания?
10. Как влияет католицизм на структуру питания?
11. Особенности структуры питания у людей, следующих иудаизму. Охарактеризуйте понятие «кошерные продукты».
12. Как влияет ислам на структуру питания? Что представляют собой халяльные продукты?
13. Как влияет буддизм на культурные традиции народов и структуру питания?
14. Каковы основные факторы классификации типов питания?
15. В чем различия между теорией сбалансированного питания и теорией адекватного питания?
16. Каковы основные достоинства и недостатки теории сбалансированного питания?
17. Каковы основные положения теории адекватного питания?
18. Каковы основные законы рационального питания?
19. Перечислите опасности недостатка и избытка некоторых питательных веществ

20. В чем сущность концепции персонализированного питания?
21. Какова нормативно-законодательная база определения адекватного суточного уровня потребления питательных веществ в России?
22. Какие теории питания относят к альтернативным?
23. Сравните разновидности теории питания «вегетарианство».
24. Охарактеризуйте теорию «лечебное голодание».
25. В чем сущность теории питания предков?
26. Каковы достоинства и недостатки теории раздельного питания?
27. В чем сущность теории главного пищевого фактора?
28. Сравните концепцию индексов пищевой ценности с концепцией «живой» энергии.
29. Сравните концепцию «мнимых» лекарств с концепцией абсолютизации оптимальности.
30. Какие соединения являются основными пищевыми веществами?
31. Каковы основные функции белков в человеческом организме?
32. Каковы основные функции липидов в человеческом организме?
33. Каковы основные функции углеводов в человеческом организме?
34. Как определяют биологическую ценность пищевой продукции и что это такое?
35. Каковы основные опасности избытка или недостатка белка для человеческого организма?
36. В чем физиологическое значение полиненасыщенных жирных кислот?
37. На какие группы по пищевой ценности разделяют углеводы?
38. В чем заключается опасность недостатка или избытка углеводов для человеческого организма?
39. Какова роль пищевых волокон в профилактике нарушений обмена веществ?
40. Потенциальная токсичность избытка каких витаминов особенно опасна?
41. Избыток каких водорастворимых витаминов опасен для человеческого организма?
42. Назовите пути профилактики недостаточности витаминов?
43. Какие соединения относят к витаминоподобным веществам?
44. Какова роль минеральных веществ в питании человека?
45. Какова роль воды как пищевого вещества?
46. Какие факторы влияют на снижение пищевой ценности продуктов питания?
47. В чем опасность социальных токсикантов для человеческого организма?
48. Какое значение приобретает правильный пищевой рацион для курильщика?
49. Какие физиологические нарушения человеческого организма могут вызвать кофеинсодержащие и алкогольные напитки?
50. На чем основываются принципы организации питания для различных групп населения?
51. Опишите основные принципы здорового питания для детей.
52. В чем состоит особенность геронтологического питания?
53. На каких принципах построено лечебно-профилактическое питание?
54. Какие принципы положены в основу диетологии?
55. Какое питание можно отнести к специализированному? Дайте характеристику.

## **Пример контрольной работы для заочников**

### **Вариант 1**

1. Какова система пищеварения человеческого организма?
2. Какова нормативно-законодательная база определения адекватного суточного уровня потребления питательных веществ в России?

### **Промежуточный контроль:**

*Компетенция: ПК-7 Способен оптимизировать и корректировать рецептурно-компонентные и технологические решения и улучшать качество продуктов здорового питания.*

## **Вопросы к зачету**

1. Что такое пищевой статус человека и его виды?
2. Что такое «индекс массы тела» – ВМІ? Классификация ожирения человека по индексу ВМІ.
3. К чему могут привести последствия нарушения пищевого статуса человека?
4. Какова цель и основные задачи государственной политики в области здорового питания?
5. Что изучает нутрициология?
6. Какова система пищеварения человеческого организма?
7. Как осуществляется биохимическая обработка пищи в организме?
8. Какова роль микроорганизмов в пищеварении человека?
9. Как влияет христианство на структуру питания?
10. Как влияет католицизм на структуру питания?
11. Особенности структуры питания у людей, следующих иудаизму. Охарактеризуйте понятие «кошерные продукты».
12. Как влияет ислам на структуру питания? Что представляют собой халяльные продукты?
13. Как влияет буддизм на культурные традиции народов и структуру питания?
14. Каковы основные факторы классификации типов питания?
15. В чем различия между теорией сбалансированного питания и теорией адекватного питания?
16. Каковы основные достоинства и недостатки теории сбалансированного питания?
17. Каковы основные положения теории адекватного питания?
18. Каковы основные законы рационального питания?
19. Перечислите опасности недостатка и избытка некоторых питательных веществ
20. В чем сущность концепции персонализированного питания?
21. Какова нормативно-законодательная база определения адекватного суточного уровня потребления питательных веществ в России?
22. Какие теории питания относят к альтернативным?
23. Сравните разновидности теории питания «вегетарианство».
24. Охарактеризуйте теорию «лечебное голодание».
25. В чем сущность теории питания предков?
26. Каковы достоинства и недостатки теории раздельного питания?
27. В чем сущность теории главного пищевого фактора?
28. Сравните концепцию индексов пищевой ценности с концепцией «живой» энергии.
29. Сравните концепцию «мнимых» лекарств с концепцией абсолютизации оптимальности.
30. Какие соединения являются основными пищевыми веществами?
31. Каковы основные функции белков в человеческом организме?
32. Каковы основные функции липидов в человеческом организме?
33. Каковы основные функции углеводов в человеческом организме?
34. Как определяют биологическую ценность пищевой продукции и что это такое?
35. Каковы основные опасности избытка или недостатка белка для человеческого организма?
36. В чем физиологическое значение полиненасыщенных жирных кислот?
37. На какие группы по пищевой ценности разделяют углеводы?



38. В чем заключается опасность недостатка или избытка углеводов для человеческого организма?
39. Какова роль пищевых волокон в профилактике нарушений обмена веществ?
40. Потенциальная токсичность избытка каких витаминов особенно опасна?
41. Избыток каких водорастворимых витаминов опасен для человеческого организма?
42. Назовите пути профилактики недостаточности витаминов?
43. Какие соединения относят к витаминоподобным веществам?
44. Какова роль минеральных веществ в питании человека?
45. Какова роль воды как пищевого вещества?
46. Какие факторы влияют на снижение пищевой ценности продуктов питания?
47. В чем опасность социальных токсикантов для человеческого организма?
48. Какое значение приобретает правильный пищевой рацион для курильщика?
49. Какие физиологические нарушения человеческого организма могут вызвать кофеинсодержащие и алкогольные напитки?
50. На чем основываются принципы организации питания для различных групп населения?
51. Опишите основные принципы здорового питания для детей.
52. В чем состоит особенность геронтологического питания?
53. На каких принципах построено лечебно-профилактическое питание?
54. Какие принципы положены в основу диетологии?
55. Какое питание можно отнести к специализированному? Дайте характеристику.

### **Задания (практические задания, тесты для проведения зачета)**

1. Защитить реферат
2. Положительные промежуточные тестирования
3. Защищенные практические работы

## **7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков характеризующих этапы формирования компетенций**

Контроль освоения дисциплины «Основные принципы организации здорового питания населения РФ» проводится в соответствии с Положением системы менеджмента качества КубГАУ 2.5.1 «Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся».

### **Критерии оценивания уровня защиты практической работы при устном опросе:**

Оценка **«отлично»** ставится, если студент: 1) полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по литературе, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

Оценка **«хорошо»** ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно

глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала,

допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «**неудовлетворительно**» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

#### **Критерии оценки тестирования**

Оценка «**отлично**» выставляется при условии правильного ответа студента не менее чем 85 % тестовых заданий;

Оценка «**хорошо**» выставляется при условии правильного ответа студента не менее чем 70 % тестовых заданий;

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется при условии правильного ответа студента не менее 51 %;

Оценка «**неудовлетворительно**» выставляется при условии правильного ответа студента менее чем на 50 % тестовых заданий.

**Критериями оценки реферата** являются: новизна текста, обоснованность выбора источников литературы, степень раскрытия сущности вопроса, соблюдения требований к оформлению.

Оценка «**отлично**» ставится, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.

Оценка «**хорошо**» – основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении.

Оценка «**удовлетворительно**» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.

Оценка «**неудовлетворительно**» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы или реферат не представлен вовсе.

**Доклад-презентация** – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы.

Количество и вес критериев оценки доклада зависят от того, является ли доклад единственным объектом оценивания или он представляет собой только его часть.

#### **Критерии оценки доклада:**

**Оценка «отлично»** ставится при условии:

- работа выполнялась самостоятельно;
- материал подобран в достаточном количестве с использованием разных источников;

- работа оформлена с соблюдением всех требований для оформления презентации;
- материал должен быть на высоком и доступном уровне.

**Оценка «хорошо»** ставится при условии:

- работа выполнялась самостоятельно;
- материал подобран в достаточном количестве с использованием разных источни-

ков;

– работа оформлена с незначительными отклонениями от требований для оформления презентаций;

– материал должен быть хорошо подготовленным.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится при условии:

– работа выполнялась с помощью преподавателя;

– материал подобран в достаточном количестве;

– работа оформлена с отклонениями от требований для оформления презентаций;

– материал должен соответствовать критериям удовлетворительно.

### **Критерии оценки коллоквиума**

Оценка «**отлично**» – выставляется обучающемуся, давшему подробные развернутые ответы на поставленные вопросы.

Оценка «**хорошо**» – выставляется обучающемуся, давшему полные ответы на поставленные вопросы с небольшими неточностями, которые может устранить с помощью дополнительных вопросов преподавателя.

Оценка «**удовлетворительно**» – выставляется обучающемуся, имеющему неполные знания фундаментальных понятий и неспособному логически верно их представить.

Оценка «**неудовлетворительно**» – выставляется обучающемуся, не владеющему большей частью основных поставленных вопросов, не способному сориентироваться даже при помощи наводящих вопросов преподавателя.

### **Критерии оценки контрольной работы**

Оценка «**отлично**» «**зачтено**» – выставляется обучающемуся, давшему подробные развернутые ответы на поставленные вопросы.

Оценка «**хорошо**» «**зачтено**» – выставляется обучающемуся, давшему полные ответы на поставленные вопросы с небольшими неточностями, которые может устранить с помощью дополнительных вопросов преподавателя.

Оценка «**удовлетворительно**» «**зачтено**» – выставляется обучающемуся, имеющему неполные знания фундаментальных понятий и неспособному логически верно их представить.

Оценка «**неудовлетворительно**» «**не зачтено**» – выставляется обучающемуся, не владеющему большей частью основных поставленных вопросов, не способному сориентироваться даже при помощи наводящих вопросов преподавателя.

### **Критерии оценки на зачете:**

Оценка «**зачтено**» должна соответствовать параметром любой из положительных оценок («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»), а «**не зачтено**» – параметрам оценки «неудовлетворительно».

Оценка «**отлично**» выставляется студенту, который обладает всесторонними, систематизированными и глубокими знаниями материала учебной программы, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные учебной программой, усвоил основную и ознакомился с дополнительной литературой.

Оценка «**хорошо**» выставляется студенту, обнаружившему полное знание материала учебной программы, успешно выполняющему предусмотренные учебной программой задания, усвоившему материал основной литературы, рекомендованной учебной программой.

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется студенту, который показал знание основного материала учебной программы в объеме, достаточном и необходимым для дальнейшей учебы и предстоящей работы, справился с выполнением заданий, предусмотренных учебной программой, знаком с основной литературой, рекомендованной учебной программой.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, не знающему основной части материала учебной программы, допускающему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных учебной программой заданий, неуверенно с большими затруднениями выполняющему практические работы.

## 8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### Основная учебная литература:

1. Донченко Л.В. Основные принципы организации здорового питания населения Российской Федерации: учеб пособие / Л.В. Донченко, Е.А. Красноселова. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 91 с  
[https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe\\_posobie\\_Osnovy\\_pitanija\\_2\\_425047\\_v1\\_.PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe_posobie_Osnovy_pitanija_2_425047_v1_.PDF)
2. Дроздова, Т. М. Физиология питания [Электронный ресурс] : учебник / Т. М. Дроздова, П. Е. Влощинский, В. М. Позняковский. – Электрон. текстовые данные. – Саратов : Вузовское образование, 2014. – 351 с. – 2227-8397. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/4145.html>
3. Позняковский В.М. Гигиенические основы питания, качество и безопасность пищевых продуктов [Электронный ресурс]: учебник/ Позняковский В.М.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2014.— 453 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/4175.html> — ЭБС «IPRbooks»

### Дополнительная учебная литература:

1. Ляпин В.А. Гигиеническая оценка питания [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Ляпин В.А., Соломка Т.Н., Коваленко Е.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012.— 126 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64949.html>— ЭБС «IPRbooks»
2. Гигиенические требования к питанию населения : учебное пособие / Н. А. Лесцова, И. Л. Карпенко, Л. А. Бархатова [и др.] ; под редакцией В. М. Боев. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2012. — 90 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/21801.html>
3. Пищевая химия : учебник / А.П. Нечаев, С.Е. Траубенберг, А.А. Кочеткова, В.В. Колпакова. — 6-е изд. — Санкт-Петербург : ГИОРД, 2015. — 672 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/69876>

## 9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

### – Перечень ЭБС

№	Наименование	Тематика	Ссылка
1.	Znanium.com	Универсальная	<a href="https://znanium.com/">https://znanium.com/</a>
2.	IPRbook	Универсальная	<a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>
3.	Издательство «Лань»	Универсальная	<a href="http://e.lanbook.com/">http://e.lanbook.com/</a>
4.	Образовательный портал КубГАУ	Универсальная	<a href="https://edu.kubsau.ru/">https://edu.kubsau.ru/</a>

## 10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Донченко Л.В. Основные принципы организации здорового питания населения Российской Федерации: учеб пособие / Л.В. Донченко, Е.А. Красноселова. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 91 с  
[https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe\\_posobie\\_Osnovy\\_pitanija\\_2\\_425047\\_v1\\_.PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/116/Uchebnoe_posobie_Osnovy_pitanija_2_425047_v1_.PDF)

2. Красноселова Е.А. Основные принципы организации здорового питания населения РФ: практикум / Е.А. Красноселова, Л.В. Донченко. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 76 с. [https://edu.kubsau.ru/file.php/116/praktikum\\_zdorovoe\\_pitanie\\_2.1\\_438794\\_v1\\_.PDF](https://edu.kubsau.ru/file.php/116/praktikum_zdorovoe_pitanie_2.1_438794_v1_.PDF)

## **11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине позволяют: обеспечить взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет»; фиксировать ход образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации по дисциплине и результатов освоения образовательной программы; организовать процесс образования путем визуализации изучаемой информации посредством использования презентаций, учебных фильмов; контролировать результаты обучения на основе компьютерного тестирования.

### **11.1 Перечень лицензионного программного обеспечения**

№	Наименование	Краткое описание
1	Microsoft Windows	Операционная система
2	Microsoft Office (включает Word, Excel, PowerPoint)	Пакет офисных приложений
3	Система тестирования INDIGO	Тестирование

### **11.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

№	Наименование	Тематика	Электронный адрес
1	Научная электронная библиотека eLibrary	Универсальная	<a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a>

### **11.3 Доступ к сети Интернет**

Доступ к сети Интернет, доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

## **12 Материально-техническое обеспечение для обучения по дисциплине**

Планируемые помещения для проведения всех видов учебной деятельности

№ П/ П	Наименование учебных пред-метов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
1	2	3	4
1	Основные принципы организации здорового питания населения Российской Федерации	<p>Помещение №536 ГУК, посадочных мест — 40; площадь — 52,9кв.м; учебная аудитория для проведения учебных занятий. технические средства обучения (экран — 1 шт.); специализированная мебель (учебная доска, учебная мебель).</p> <p>Помещение №522 ГУК, посадочных мест — 12; площадь — 72,1кв.м; Лаборатория "Качества функциональных и специализированных продуктов (кафедры технологии хранения и переработки растениеводческой продукции). холодильник — 1 шт.; лабораторное оборудование (оборудование лабораторное — 17 шт.; автоклав — 1 шт.; шкаф лабораторный — 2 шт.; весы — 4 шт.; анализатор — 1 шт.; иономер — 1 шт.; дистиллятор — 1 шт.; стол лабораторный — 5 шт.; стенд лабораторный — 2 шт.; насос — 1 шт.; гомогенизатор — 2 шт.); технические средства обучения (компьютер персональный — 1 шт.); Доступ к сети «Интернет»; Доступ в электронную образовательную среду университета; программное обеспечение: Windows, Office специализированная мебель(учебная доска, учебная мебель).</p> <p>Помещение №523 ГУК, посадочных мест — 12; площадь — 70,6кв.м; Лаборатория "Качества плодоовощного сырья и продуктов его переработки" (кафедры технологии хранения и переработки растениеводческой продукции). лабораторное оборудование (оборудование лабораторное — 14 шт.; шкаф лабораторный — 3 шт.; весы — 4 шт.; печь — 1 шт.; стол лабораторный — 3 шт.; набор лабораторный — 1 шт.; стенд лабораторный — 1 шт.; насос — 1 шт.;</p>	350044, Краснодарский край, г. Краснодар, ул. им. Калинина, 13

		<p>гомогенизатор — 2 шт.;</p> <p>мешалка — 2 шт.;</p> <p>термостат — 1 шт.);</p> <p>специализированная мебель (учебная доска, учебная мебель).</p> <p>Помещение №541 ГУК, площадь — 36,5 кв.м; помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.</p> <p>кондиционер — 1 шт.;</p> <p>холодильник — 1 шт.;</p> <p>лабораторное оборудование (оборудование лабораторное — 3 шт.);</p> <p>технические средства обучения (принтер — 1 шт.;</p> <p>монитор — 3 шт.;</p> <p>компьютер персональный — 5 шт.).</p> <p>Доступ к сети «Интернет»;</p> <p>Доступ в электронную образовательную среду университета;</p> <p>программное обеспечение: Windows, Office</p> <p>Помещение № 623 ГУК, посадочных мест — 30; площадь — 31,8 м<sup>2</sup>. Помещение для самостоятельной работы обучающихся.</p> <p>лабораторное оборудование (плеер — 1 шт.;</p> <p>стол лабораторный — 1 шт.);</p> <p>технические средства обучения (ноутбук — 1 шт.;</p> <p>принтер — 3 шт.;</p> <p>мфу — 1 шт.;</p> <p>экран — 1 шт.;</p> <p>проектор — 2 шт.;</p> <p>сетевое оборудование — 2 шт.;</p> <p>сканер — 1 шт.;</p> <p>видео/фото камера — 1 шт.;</p> <p>ибп — 1 шт.;</p> <p>компьютер персональный — 2 шт.);</p> <p>доступ к сети «Интернет»;</p> <p>доступ в электронную информационно-образовательную среду университета;</p> <p>специализированная мебель(учебная мебель).</p>	
--	--	--	--