

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИЭС

Н.З. Солодилова

(подпись)

29.06.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

(48369) Основы персонализированного и функционального питания

Направление подготовки (специальность): **41.03.01 Зарубежное регионоведение**

Направленность: **профиль «Международные отношения»**

Уровень высшего образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная;**

Кафедра, обеспечивающая преподавание дисциплины: **Кафедра специальной химической технологии (СХТ);**

Трудоемкость дисциплины: **4 з.е. (144час)**

Уфа 2023

Рабочую программу дисциплины разработал(и):

_____ Профессор, д-р хим. наук Зайнуллин Р.А.

Рецензент

_____ Гареев В.Ф., канд. хим. наук, доцент

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Кафедра специальной химической технологии (СХТ);, обеспечивающей преподавание дисциплины 24.04.2023, протокол №10.

Заведующий кафедрой

Кафедра специальной химической технологии (СХТ)_____ И.В. Миронова

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой МОИВ_____ С.Д. Галиуллина

Год приема 2023 г.

Рабочая программа зарегистрирована 08.06.2023 № 6 в ОПЛА и внесена в электронную базу данных

1. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины, предшествующие изучению данной дисциплины (исходя из формирования этапов по компетенциям): Агент торговый (курс рабочей профессии);Администратор (курс рабочей профессии);Администрирование компьютерных сетей;Академия молодежного туризма: экскурсионная деятельность;Бармен (курс рабочей профессии);Бизнес-платформы и бизнес-архитектура экосистем бизнеса;Введение в восточную философию;Горничная (курс рабочей профессии);Деловой этикет;Информационные технологии закупочной деятельности (курс рабочей профессии);История: 5 подходов к историческому развитию;Комплексная (расширенная) аналитика экосистемы данных в бизнесе;Конституционное право России. Общая часть;Креативные индустрии и глобальные тренды современности;Лидерство и командообразование;Менеджер по рекламе (курс рабочей профессии);Методы программирования и распределенные информационные системы: базовый уровень;Основы дизайна;Основы критического мышления;Основы мехатроники и робототехники ;Основы наук о Земле;Официант (курс рабочей профессии);Предпринимательство в креативных индустриях;Проектные мастерские "Общественные проекты";Психодиагностика;Религия и мир;Современные концепции права природопользования;Современные экономические концепции;Социальные медиа;Традиционная философия Восточной Азии;Тревел-блоггинг – журналистика путешествий;Управление экосистемами бизнеса;Финансовая грамотность;Школа "Путеводитель предпринимателя";Школа «Цифровое государство: шаг в будущее»;Школа антикоррупционной деятельности;Школа навыков цифровых коммуникаций;Экология;Этика цифрового общества;Этикет на все случаи жизни

Дисциплины, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее (исходя из формирования этапов по компетенциям): Активные процессы в современном русском языке;Базовые навыки 21 века;Бизнес-аналитика;Большие данные с точки зрения права: введение в проблематику;Брендинг и фирменный стиль;Внешнеэкономические связи Российской Федерации в глобальной экономике;Гражданское право;Законодательное и общественное регулирование цифровой сферы;Инвестиционная грамотность;Искусственный интеллект;Искусство убеждать;Комплаенс-контроль в деятельности хозяйствующих субъектов;Конкурентоспособность бизнеса: международный бенчмаркинг;Конкурентоспособность территории и бизнеса;Конституционное право России: особенная часть;Корпоративное право;Культура сервиса для персонала, работающего в контактных зонах;Макроэкономика;Мобильные приложения и программирование устройств;Налоговое и правовое обеспечение "зеленой" экономики;Научно-исследовательская работа (по теме выпускной квалификационной работы);Национальные интересы России в глобальном мире;Онлайн-технологии в обучении;Оценка и прогнозирование устойчивого развития бизнеса;ПРОкачай ЭКОлайф;Практика устного и письменного перевода;Противодействие финансовому мошенничеству и управление индивидуальным риском;Профессиональные проектные мастерские;Психология коммуникации;Публичные выступления и презентация;Разработка и оптимизация интерфейса цифровых сервисов;Сетевое администрирование: от теории к практике;Создание медиа-контента;Социокультурные аспекты социальной робототехники;Специалист по многофункциональным графическим редакторам;Технологии маркетплейс;Удивительная Арктика;Управление вкусовыми ощущениями человека;Управление и документационное обеспечение разработки цифровых сервисов;Успешная карьера: от ограничений к возможностям;Цифровые решения для персонализированного питания;Экология: от клеток к Гее;Экономика "зеленых" инноваций;Этика коммуникаций цифровой среды

Блок: Блок 1. Дисциплины (модули);

Обязательная или часть, формируемая участниками образовательных отношений (в том числе элективные дисциплины): Часть, формируемая участниками образовательных отношений;

Форма обучения: очная

Семестр, в котором преподается дисциплина	Трудоемкость дисциплины				Вид промежу- точной аттестации
	Зачет- ные едини- цы	Часы			
		Общая	В том числе		
			контакт- ная	СРО	
5	4	144	46	98	зачет;
ИТОГО:	4	144	46	98	

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

№ пп.	Формируемые компетенции	Шифр/ индекс компетен- ции
1	Способность генерировать новые идеи для решения задач цифровой экономики в сфере профессиональных интересов	ПК-1-БРА-22-4

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Шифр компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Шифр результата обучения	Результат обучения
ПК-1-БРА-22	ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	З(ПК-1-БРА-22)	Знать: принципы здорового образа жизни и правильного питания
		У(ПК-1-БРА-22)	Уметь: формировать оптимальный рацион питания
		В(ПК-1-БРА-22)	Владеть: навыками расчета калорийности и питательности пищевого рациона

3. Структура дисциплины**3.1. Виды учебной работы и трудоемкость (всего и по семестрам, в часах)**

Форма обучения: очная

Вид учебной работы	Всего и по семестрам , часы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Контактная работа, всего в том числе:	46					46							
лекции (всего)	20					20							
-в т.ч. лекции on-line курс	0												
практические занятия (ПЗ)	24					24							
-в т.ч. практические занятия on-line курс	0												
лабораторные работы (ЛР)	0												
контролируемая самостоятельная работа (защита курсового проекта, курсовой работы и др. работ (при наличии))	0												
-в т.ч. лабораторные работы on-line курс	0												
иная контактная работа (сдача зачета, экзамена, консультации)	2					2							
проектная деятельность (ПД)	0												
Самостоятельная работа обучающихся (СРО), всего в том числе: (указать конкретный вид СРО)	98					98							
выполнение и подготовка к защите курсового проекта или курсовой работы	0												
выполнение и подготовка к защите РГР работы, реферата, патентных исследований, аналитических исследований и т.п	0												
изучение учебного материала, вынесенного на самостоятельную проработку	51					51							
подготовка к лабораторным и/или практическим занятиям	40					40							
подготовка к сдаче зачета, экзамена	7					7							
иные виды работ обучающегося (при наличии)	0												
освоение on-line курса	0												
самостоятельная проектная деятельность (СПД)	0												
ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ	144					144							

4. Содержание дисциплины

4.1. Темы (разделы) дисциплины и виды занятий (в часах)

Форма обучения: очная

(раздела)Номер темы	Название темы (раздела)	Семестр	Трудоемкость, часы					Шифр результата обучения
			Л	ПЗ	ЛР	СРО	Всего	
1	Основы физиологии пищеварения	5	10	12		49	71	З(ПК-1-БРА-22) У(ПК-1-БРА-22) В(ПК-1-БРА-22)
2	Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	5	10	12		49	71	З(ПК-1-БРА-22) У(ПК-1-БРА-22) В(ПК-1-БРА-22)
ИТОГО:			20	24		98	142	

4.2. Содержание лекционного курса

№ пп.	Номер раздела	Название темы	Трудоемкость, часы		
			очная	очно-заочная	заочная
1	1-Основы физиологии пищеварения	Основы физиологии человека Первая тема дисциплины направлена на получение у обучающихся представления о базовых понятиях дисциплины, определении места дисциплины в структуре образовательной программы, планируемых результаты освоения дисциплины, возможных рисках освоения дисциплины, знакомит обучающихся с формами	4		

		текущего и промежуточного контроля..Также при изучении темы рассматриваются основные вопросы в области основ физиологии человека: единство нервной и гуморальной систем, роль нервной системы в регуляции процессов пищеварения. строение и функции пищеварительной системы и ее нейрогуморальная регуляция. Функции органов ротовой полости, глотки и пищевода, желудка, тонкого и толстого кишечника. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Процессы и типы пищеварения. Формирование чувства аппетита и голода. Также уделяется внимание функциям дыхательной и сердечно-сосудистой систем и их взаимосвязи с характером питания.			
2	1-Основы физиологии пищеварения	Физиологическая роль компонентов пищи В рамках темы рассматривается роль пищевых нутриентов в питании человека, нормы их потребления в соответствии с действующими рекомендациями. Особое внимание стоит уделить роли белков в организме. В рамках этого вопроса рассматривается	6		

		биологическая ценность белков и методы ее определения, нормирование уровня белков в рационах. Последствия недостаточного и избыточного потребления белков. При изучении роли углеводов в организме необходимо рассмотреть классификацию углеводов пищевого назначения, рекомендуемые уровни углеводов, заменители сахара. При изучении роли липидов в организме рассматривается биологическая эффективность пищевых липидов, классификация ненасыщенных жирных кислот, рекомендуемые нормы липидов. Также стоит обратить внимание на источники полноценных липидов и условия их сохранения при хранении и кулинарной обработке. В рамках темы необходимо также рассмотреть роль водо- и жирорастворимых витаминов в организме. Особое внимание стоит уделить классификации витаминов, характеристике причин гипо- и авитаминозов. Рекомендации по сохранению витаминов в пищевых продуктах и блюдах. Роль минеральных элемен-			
--	--	--	--	--	--

		тов в организме. Классификация минеральных веществ по их влиянию на организм. Факторы, влияющие на биодоступность микроэлементов. Связь водного и минерального обмена. Питьевой режим и формирование чувства жажды у человека.			
3	2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	Энергетические затраты организма и методы их определения В рамках темы рассматривается взаимосвязь между метаболизмом организма человека и внешней средой. Также изучаются следующие вопросы: основной обмен; ассимиляция и диссимиляция; пути измерения энерготрат; потребности организма в энергии. Особое внимание стоит уделить факторам, влияющим на обмен энергии в организме человека. Разделение видов профессиональной деятельности по затрате энергии. Нормирование физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. Регуляция массы тела. Ожирение и его последствия для организма.	4		
4	2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	Основы рационального питания В рамках темы стоит уделить	6		

		внимание основным положениям теории адекватного питания, принципам рационального питания. Также рассматриваются правила режима рационального питания, принципы составления сбалансированного меню, рекомендации по рациональным приемам кулинарной обработки блюд.			
	-	ИТОГО:	20		

4.4. Перечень практических занятий

Номер раздела	№ ПЗ	Тема практического занятия	Трудоемкость, часы		
			очная	очно-заочная	заочная
1-Основы физиологии пищеварения	1	Строение и функции пищеварительной системы человека Со структурой и последовательностью занятий студент знакомится на первом занятии. Обучающиеся также знакомятся с основными требованиями преподавателя по выполнению учебного плана, с графиком прохождения практических занятий и основными формами отчетности по выполненным работам. По каждому прак-	6		

		тическому занятию оформляется отчет, на основании которого проводится защита работы (цель – оценка уровня освоения учебного материала). Результаты защиты учитываются при промежуточной аттестации по дисциплине. При подготовке к практическому занятию обучающийся предварительно должен повторить теоретические знания, полученные на лекции по данной теме, а также самостоятельно изучить специальную литературу, рекомендованную преподавателем. 1. Составьте список основных определений с объяснением по изученной теме. 2. Зарисуйте строение пищеварительной системы человека. 3. Опишите биохимические процессы, происходящие в пище в процессе прохождения ее по пищеварительному тракту.			
1-Основы физиологии пищеварения	2	Моделирование белковой композиции пищевых продуктов и блюд 1. В соответствии с заданием преподавателя (приложе-	6		

		ние В) рассчитайте аминокислотные scores пищевых продуктов. Полученные данные оформите в виде таблицы. 2. Проведите моделирование белковых смесей по следующему алгоритму: - постройте на оси X процентное содержание продуктов в выбранной смеси. Для первого продукта отметить его долю на некотором расстоянии от 0 в 36 порядке возрастания с интервалом 10 %. Для второго продукта вести отсчет в обратном порядке, приняв за 0 точку 100%. соответствующую шкале первого продукта (рис. П.В.2). - отметьте численные значения аминокислотного score в процентах для первого и второго продукта. - соедините два значения для каждой из незаменимых аминокислот. - отметьте оптимальное соотношение двух белков, при котором белковая смесь имеет максимальную биологическую ценность. Определяется самой высокой точкой на ниж-			
--	--	--	--	--	--

		нем контуре диаграммы, который находится под линией, соответствующей величине АК скоры 100 %. Ориентироваться на верхний контур диаграммы нецелесообразно ввиду того, что чрезмерный избыток некоторых аминокислот в пищевых белках приводит к понижению их биологической ценности. 3. Сделайте вывод о проделанной работе.			
2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	3	Значение белков в питании человека Для выполнения практических занятий необходимо, в соответствии с вариантом преподавателя, выбрать предложенное меню и проводить расчеты в соответствии с заданиями практических занятий	6		
2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	4	Расчет биологической ценности сырья и пищевых продуктов 1. Ознакомьтесь с общими сведениями о биологической ценности продуктов питания (составить конспект). 2. Ознакомьтесь с расчетами численных показателей биологической ценности пищевых продуктов и	6		

		выписать формулы для их вычисления. 3. Выполните расчет аминокислотного сора и определите лимитирующую аминокислоту в сравнении со шкалой ФАО/ВОЗ (2013) или другим эталоном белка (для мужчин, женщин или детей), зная содержание незаменимых аминокислот в 100 г белка исследуемого пищевого продукта. Номер варианта определить по ведомости. Данные оформить по форме таблицы			
-		ИТОГО:	24		

4.5. Виды СРО

Номер раздела	Вид СРО	Трудоемкость, часы		
		очная	очно-заочная	заочная
1-Основы физиологии пищеварения	подготовка к сдаче зачета, экзамена	3		
1-Основы физиологии пищеварения	подготовка к лабораторным и/или практическим занятиям	20		
1-Основы физиологии пищеварения	изучение учебного материала, вынесенного на самостоятельную проработку	26		
2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	подготовка к сдаче зачета, экзамена	4		
2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	подготовка к ла-	20		

логии	бораторным и/или практическим занятиям			
2-Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	изучение учебного материала, вынесенного на самостоятельную проработку	25		
-	ИТОГО:	98		

Темы для самостоятельной работы обучающихся

Раздел 1. Основы физиологии пищеварения

Нервная и гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности. Значение пищеварения в жизнедеятельности организма. Общие закономерности процессов пищеварения. Строение пищеварительной системы. Пищеварение в ротовой полости. Физиологическое значение слюны. Влияние аромата и вкуса продуктов на их переваривание. Пищеварение в желудке. Ферменты желудочного сока. Значение соляной кислоты в процессе пищеварения.

Влияние продуктов и способов приготовления пищи на секреторную функцию желудка. Моторная функция желудка.

Секреторная функция тонкой кишки. Полостное и мембранное пищеварение.

Раздел 2. Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии

Всасывание в тонкой кишке. Секреторная функция толстой кишки. Роль поджелудочной железы. Ферменты сока поджелудочной железы. Особенности строения печени. Обмен пищевых веществ в печени. Функции желчи. Влияние пищи на процессы желчеотделения. Регуляция работы пищеварительной системы. Пищевой центр.

Понятие об аппетите и факторы, влияющие на его возникновение. Усвояемость пищи, факторы, влияющие на степень усвояемости. Усвоение белков и жиров из продуктов животного и растительного происхождения.

Неблагоприятное действие на органы пищеварения нарушений характера питания и вредных привычек.

5. Формы текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации

Перечень оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине приведен Фонде оценочных средств (приложение Б).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Учебно-методическое обеспечение

Сведения об обеспеченности дисциплины основной, дополнительной и учебно-методической литературой приведены в формах № 1-УЛ и № 2-УЛ (приложение А).

6.2. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, рекомендуемых для освоения дисциплины

Названия современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, рекомендуемых для освоения дисциплины	Ссылки на официальные сайты
Архив журнала «Микробиология»	http://naukarus.com/j/mikrobiolo

	giya
Архив журнала «Санитария и гигиена»	http://www.medlit.ru/journal/289
База данных ИК, УФ, ЯМР и масс-спектров	http://sdb.sdb.aist.go.jp/sdb/cgi-bin/cre_index.cgi
База тестовых заданий по биологии	http://biouroki.ru/
Базы ВИНТИ (периодические издания, книги, фирменные издания, материалы конференций, тезисы, патенты, нормативные документы, депонированные научные работы)	http://www.viniti.ru/bnd.html
Библиотека по естественным наукам РАН	http://benran.ru/
Виртуальная лаборатория по химии, биологии	virtulab.net
Все о добавках и пищевых продуктах	http://dobavkam.net/
ГОСТ ISO/TS 11133-1-2014 Микробиология пищевых продуктов и кормов для животных. Руководящие указания по приготовлению и производству питательных сред. Часть 1. Общие руководящие указания по обеспечению качества приготовления питательных сред в лаборатории	https://standartgost.ru/g/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_ISO/TS_11133-1-2014
ГОСТ 18963-73 Вода питьевая. Методы санитарно-бактериологического анализа	https://standartgost.ru/g/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_18963-73
ГОСТ 31904-2012 Продукты пищевые. Методы отбора проб для микробиологических испытаний	https://standartgost.ru/g/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_31904-2012
Государственная публичная научно-техническая библиотека России	https://www.gpntb.ru/
Журнал «Рынок БАД»	www.farosplus.ru
Журнал «Фарманалитик»	www.fb.ru
Информационная сеть «ТехЭксперт»	http://www.cntd.ru/
Информационная справочная система	www.Ximia.org.ru
Информационная справочная система	www.studegts.chemport.ru
Информационная справочная система	www.XuMuK.ru
Информационная справочная система	www.Ruhim.ru
Информационно-правовой портал Гарант.ру	http://www.garant.ru/
Консультант-плюс	http://www.consultant.ru/
Международная выставка пищевых ингредиентов Ingredients Russia	www.ingred.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

7.1. Перечень специальных аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр., используемых при реализации дисциплины с перечнем основного оборудования

№ пп.	Номер помеще- ния	Оснащенность помещения (перечень основного оборудо- вания)	Наименование поме- щения
1	12-302	Компьютер в комп.(1);МФУ Kyocera(1);Шкаф(ы) для хранения	Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудован
2	13-402	Компьютер в комп.(1);МФУ HP Laser Jet M1120(1);Настольный ла- бораторный набор по изучению основных гидравлических процес- сов(1);Стол письменный(4);Стол, стулья	Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций
3	13-404	Стол, стулья	Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации – укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения.
4	13-404	Стол, стулья	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа – укомплектована специализированной (учебной) мебелью, техническими средствами обучения.
5	13-404	Учебно-наглядные пособия по дисциплине,набор демонстрационного оборудования; Столы, стулья;	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа – укомплектована специализированной (учебной) мебелью, набором демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями, обеспечивающими тематические иллюстрации, соответствующие рабочим учебным программам дисциплин (модулей).
6	13-404	Доступ к электронной информационно-образовательной среде (Корпоративная информационная система УГНТУ); Доступ в интернет;	Помещение для самостоятельной работы – укомплектовано специализированной (учебной) мебелью, оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.

7.2. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, используемых в учебном процессе при освоении дисциплины

№ пп.	Наименование ПО	Лицензионная чистота (реквизиты лицензии,свидетельства о гос. регистрации и т.п., срок действия)
----------	-----------------	---

8. Организация обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по данной образовательной программе, разрабатывается индивидуальная программа освоения дисциплины с учетом особенностей их психофизического развития, их индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

Приложение А

Форма № УЛ-1

СВЕДЕНИЯ

об обеспеченности дисциплины основной и дополнительной учебной литературой

Наименование дисциплины: (48369)(48369)Основы персонализированного и функционального питанияНаправление подготовки (специальность): 41.03.01 Зарубежное регионоведениеНаправленность: профиль«Международные отношения»Форма обучения: очная;Кафедра, обеспечивающая преподавание дисциплины: Кафедра специальной химической технологии (СХТ);

Тип	Назначение учебных изданий	Семестр			Библиографическое описание	Кол-во экз.	Адрес нахождения электронного	Кoeffициент
		очная	очно-заочная	заочная				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Основная литература	Для выполнения СРО;Для выполнения практических занятий;Для изучения теории;	5			Терещук, Л. В. Пищевая химия : учебное пособие : [16+] / Л. В. Терещук, К. В. Старовойтова ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2020. – 126 с. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600346	1	https://biblioclub.ru	1.00

Дополнительная литература	Для выполнения СРО; Для выполнения практических занятий; Для изучения теории;	5			Позняковский, В. М. Гигиенические основы питания: качество и безопасность пищевых продуктов : учебник / В. М. Позняковский. – 5-е изд., испр. и доп. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2007. – 456 с. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57348	1	https://biblioclub.ru	1.00
Дополнительная литература	Для выполнения СРО; Для выполнения практических занятий;	5			Теплов, В. И. Физиология питания : учебное пособие : [16+] / В. И. Теплов, В. Е. Боряев. – 6-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 456 с. - https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684229	1	https://biblioclub.ru	1.00
Примечание – Графы 1-5,8 заполняются кафедрой, графы 7 и 9 - библиотекой								

Составил:

_____ Профессор, д-р хим. наук Зайнуллин Р.А.

Год приема 2023 г.

СВЕДЕНИЯ**об обеспеченности дисциплины учебно-методическими изданиями**Наименование дисциплины: (48369)(48369)Основы персонализированного и функционального питанияНаправление подготовки (специальность): 41.03.01 Зарубежное регионоведениеНаправленность профиль«Международные отношения»Форма обучения очная;Кафедра, обеспечивающая преподавание дисциплины: Кафедра специальной химической технологии (СХТ);

Назначение учебных изданий	Семестр			Библиографическое описание	Кол-во экз.		Адрес нахождения электронного	Коэффициент
	очная	очно-заочная	заочная		Всего	в том числе		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Для выполнения СРО;Для выполнения практических занятий;Для изучения теории;	5			Функциональные продукты и биотехнологические основы восстановительной медицины : методические указания к лабораторным работам и практическим занятиям / УГНТУ, ИЭС, каф. СХТ ; сост. Р. А. Зайнуллин. - Уфа : УГНТУ, 2018. - 1270 Кб. - http://bibl.rusoil.net/base_docs/UGNTU/IES/Zainullin7.pdf	1	0	http://bibl.rusoil.net	1.00
Примечание – Графы 1-5,8 заполняются кафедрой, графы 6,7 и 9 - библиотекой								

Составил:

Профессор, д-р хим. наук Зайнуллин Р.А.

Год приема 2023 г.

Приложение Б

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ИЭС

_____ Н.З. Солодилова
29.06.2023

**Фонд оценочных средств по текущей успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине
(48369) Основы персонализированного и функционального питания**

Направление подготовки (специальность): 41.03.01 Зарубежное регионоведение

Направленность: профиль «Международные отношения»

Уровень высшего образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Кафедра, обеспечивающая преподавание дисциплины: Кафедра специальной химической технологии (СХТ);

Трудоемкость дисциплины: 4 з.е. (144час)

Уфа 2023

ФОС по текущей успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разработал (и):

Профессор, д-р хим. наук Зайнуллин Р.А.

Рецензент

Гареев В.Ф., канд. хим. наук, доцент

ФОС по текущей успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине рассмотрен и одобрен на заседании кафедры Кафедра специальной химической технологии (СХТ);, обеспечивающей преподавание дисциплины 24.04.2023, протокол №10.

Заведующий кафедрой Кафедра специальной химической технологии (СХТ); _____ И.В. Миронова

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой МОИВ _____ С.Д. Галиуллина

Год приема 2023 г.

ФОС по текущей успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине
зарегистрирован 08.06.2023 № 6 в отделе МСОП и внесен в электронную базу данных

1. Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Шифр результата обучения	Результат обучения	Индикатор достижения компетенций	Показатели достижения результатов освоения компетенций	Вид оценочного средства
1	Основы физиологии пищеварения	В(ПК-1-БРА-22)	принципы здорового образа жизни и правильного питания	ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	методами изучения рациона питания	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	методами оценки рациона питания	Письменный и устный опрос
		З(ПК-1-БРА-22)		ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	современное состояние науки о питании	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	приоритеты на мировом рынке продовольствия	Письменный и устный опрос
		У(ПК-1-БРА-22)		ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	рассчитывать питательную ценность рациона	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в фор-	корректировать рацион	Письмен-

				мировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	питания	ный и устный опрос
7	Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии	В(ПК-1-БРА-22)		ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	методами изучения рациона питания	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	методами оценки рациона питания	Письменный и устный опрос
		З(ПК-1-БРА-22)		ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	современное состояние науки о питании	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики	приоритеты на мировом рынке продовольствия	Письменный и устный опрос
		У(ПК-1-БРА-22)		ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду	рассчитывать питательную ценность рациона	Письменный и устный опрос
				ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной	корректировать рацион питания	Письменный и устный

				сферы в рамках развития цифровой экономики		опрос
--	--	--	--	--	--	-------

2. Перечень оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине

п/п	Вид оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде	Шкала оценки
1	2	3	4	5
1	Письменный и устный опрос	Оценочное средство для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации. Позволяет выявить и восполнить пробелы в знаниях; повторить, закрепить, систематизировать материал; оценить знания, умения, теоретические и практические навыки; определить уровень сформированных у студентов компетенций по дисциплине (модулю)	Совокупность вопросов, заданий, упражнений, тестов для выполнения контрольных работ, домашних заданий, РГР и иных учебных работ. Комплект билетов для текущей и промежуточной аттестации	оценка <i>«отлично»</i> выставляется обучающемуся, если всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, предусмотренного программой; усвоившему основную и знакомому с дополнительной литературой по программе; умеющему творчески и осознанно выполнять задания, предусмотренные программой; усвоившему взаимосвязь основных понятий и умеющему применять их к анализу и решению практических задач оценка <i>«хорошо»</i> выставляется обучающемуся, если полное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены оценка <i>«удовлетворительно»</i> выставляется обучающемуся, если значительное понимание проблемы, все требования, предъявляемые к заданию выполнены оценка <i>«неудовлетворительно»</i> выставляется обучающемуся, если демонстрирует небольшое понимание проблемы, многие требования, предъявляемые к заданию не выполнены <i>«зачтено»</i> выставляется обучающемуся, если полнота знаний основного материала, аргументированность, убежденность, умение использовать ответы на вопросы для более полного раскрытия содержания вопроса <i>«незачтено»</i> выставляется обучающемуся, если пробелы в знании основного материала, предусмотренного программой, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий; не выполнившему отдельные задания, предусмотренные формами текущего контроля

Приложение В

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»

Письменный и устный опрос.

Перечень вопросов (задач, заданий, тем, комплекта тестовых заданий):

1. Основы лечебного питания. Характеристика диеты для больных язвенной болезнью: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
2. Основы лечебного питания. Характеристика диеты при заболеваниях желудка с пониженной секрецией: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
3. Основы лечебного питания. Характеристика диеты при заболеваниях печени: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
4. Основы лечебного питания. Питание при заболеваниях толстого кишечника, характеристика диеты: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
5. Основы лечебного питания. Характеристика диеты при заболевании почек: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
6. Основы лечебного питания. Характеристика диеты при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (атеросклероз, гипертоническая болезнь): цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
7. Основы лечебного питания. Характеристика питания при ожирении. Причины развития ожирения.
8. Основы лечебного питания. Характеристика диеты при диабете 2-го типа: цель назначения, общая характеристика, пищевая ценность, режим питания, рекомендуемые и запрещенные продукты и блюда.
9. Влияние характера питания на течение различных заболеваний. Диетическое питание как составная часть комплексного лечения больного человека.
10. Научные принципы и задачи построения лечебных диет. Особенности режима питания. Значение в лечебном питании отдельных пищевых веществ и продуктов питания, роль методов технологической обработки продуктов.

Вопрос 1. Характеристика диеты для больных язвенной болезнью

Ответ. Питание больных язвенной болезнью должно быть полноценным, содержать достаточное количество основных пищевых веществ, минеральных веществ, витаминов. Оно должно назначаться с учетом состояния больного, характера патологического процесса, наличия осложнений, сопутствующих заболеваний. Лечебное питание должно регулировать секреторную функцию желудка, моторную деятельность его, улучшать регенерацию тканей.

Общие принципы лечебного питания при язвенной болезни. Противоязвенная диета предусматривает механическое, химическое и термическое щажение слизистой оболочки желудка. Дробный прием пищи каждые 3-4 часа небольшими порциями (не более 2-3 блюд).. Достаточное количество пластического материала (белков) в пище. Снижение суточного потребления поваренной соли и сахара.

Вопрос 2. Характеристика диеты при заболеваниях печени.

Ответ. Диета при заболеваниях печени и желчевыводящих путей должна способствовать восстановлению функционального состояния самой печени, нормализации процессов желчеобразования и желчевыделения, а также восстановлению нарушенного обмена веществ во всем организме.

Пища должна быть легко усвояемой и вкусной, т.к. при заболеваниях печени, как правило, страдает аппетит. Рацион отличается от обычного повышенным содержанием легко усвояемого белка, клетчатки, витаминов и минеральных веществ – с одной стороны, и ограничением жиров, особенно животного происхождения, и продуктов, усиливающих выделение пищеварительных соков, – с другой. Этим условиям соответствует диета № 5 по Певзнеру. Основу диеты составляет регулярное 5-6 разовое питание каждые 3-4 ч.

Разрешается

молоко и разнообразные молочные продукты;
отварное и тушеное мясо (говядина, телятина, курица);
отварная свежая нежирная рыба (судак, треска, навага, окунь, ледяная рыба);
овощи, овощные блюда, фрукты, квашенная капуста;
супы овощные, крупяные, молочные;
крупяные и мучные изделия;
мед, варенье, пастила, мармелад.

Ограничивается

сливочное масло – не более 50-70 гр. для взрослых и 30-40 гр. для детей;
яйца – не более 2-3 раз в неделю, в виде омлета;
сыр в небольшом количестве не острый;
колбаса докторская, диетическая, столовая;
икра лососевых и осетровых рыб, сельдь;
помидоры.

Запрещается

алкогольные напитки;
все виды жареных, копченых и маринованных продуктов;
свинина, баранина, мясо гуся, утки;
печень, мозги;
острые приправы, такие как хрен, перец, горчица, уксус;
лук, бобовые;
кондитерские изделия с большим количеством жира (торты, пирожные);
шоколад, шоколадные конфеты, какао, кофе;
орехи;
мороженое;
томатный сок.

Вопрос 3. Характеристика диеты при диабете 2-го типа.

Ответ. Питание при сахарном диабете 2-типа является важной составляющей лечения. Согласно международным рекомендациям, диета и физические нагрузки при 2-ом типе диабета должны применяться как лечение первостепенной важности. Диета и физические нагрузки являются либо самостоятельным методом лечения, либо используются в сочетании с сахароснижающими препаратами. Основной целью лечения является достижение нормального уровня сахара крови. Углеводы являются единственными из питательных веществ, которые непосредственно повышают сахар крови, но это не основание для их резкого ограничения. Во-первых, углеводов в питании любого человека, в том числе и больного диабетом, должно быть достаточно (не менее 50% от общей калорийности), так как они являются источником энергии для организма. Во-вторых, разные углеводы по-разному влияют на сахар крови. Есть углеводы, которые усваиваются очень легко (они так и называются — легкоусваиваемые), потому что состоят из небольших молекул и быстро всасываются в пищеварительном тракте. Они сразу и очень сильно повышают уровень сахара в крови. Именно из таких углеводов состоят сахар,

мед, много их содержится во фруктовых соках, пиве (оно богато солодовым сахаром или мальтозой). Другой вид углеводов (их называют трудно усваиваемыми или крахмалами) обладает меньшим сахароповышающим действием. Представители таких продуктов: хлеб, крупы, макаронные изделия, картофель, кукуруза. Молекула крахмала крупная, и чтобы ее усвоить, организму приходится потрудиться. Поэтому образующийся в результате расщепления крахмала сахар (глюкоза) усваивается относительно медленно, в меньшей степени повышая уровень сахара крови. Усвоение крахмала облегчает (и таким образом способствует подъему уровня сахара в крови) кулинарная обработка: всякое измельчение, длительное термическое воздействие. Значит, сильное повышение сахара при потреблении крахмалов можно предотвратить, применяя определенные методы обработки и приготовления пищи. Например, картофель правильнее готовить не в виде пюре, а отваривать его целиком в кожуре. Каши лучше не варить слишком долго. Предпочтительно готовить их рассыпчатыми, и из крупного недробленого зерна (гречневая, рис). Препятствует повышению сахара крови обогащение пищи растительными волокнами. Поэтому хлеб лучше покупать зерновой или отрубной, а не из муки тонкого помола. Фрукты употреблять в натуральном виде, а не в виде соков.

Аннотация к рабочей программе дисциплины (48369) Основы персонализированного и функционального питания

Направление подготовки (специальность): 41.03.01 Зарубежное регионоведение

Направленность: профиль «Международные отношения»

Уровень высшего образования: бакалавриат

Форма обучения: очная;

Кафедра, обеспечивающая преподавание дисциплины: Кафедра специальной химической технологии (СХТ);

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины

ПК-1-БРА-22 Способность генерировать новые идеи для решения задач цифровой экономики в сфере профессиональных интересов:

- ПК-1.1 Анализирует глобальные тенденции развития общества и оценивает их влияние на профессиональную среду
- ПК-1.2 Участвует в формировании идей для развития профессиональной сферы в рамках развития цифровой экономики

Результат обучения

Знать:

ПК-1-БРА-22-4 принципы здорового образа жизни и правильного питания

Уметь:

ПК-1-БРА-22-4 формировать оптимальный рацион питания

Владеть:

ПК-1-БРА-22-4 навыками расчета калорийности и питательности пищевого рациона

Краткая характеристика дисциплины

Основы физиологии пищеварения; Пищевая ценность продуктов питания и основы диетологии ;

Трудоёмкость (з.е. / часы)

4 з.е. (144час)

Вид промежуточной аттестации

зачет;

Разработчик(и):

Профессор, д-р хим. наук Зайнуллин Р.А.

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой МОИВ _____ С.Д. Галиуллина