

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

### «Основы рационального питания»

#### Цели преподавания дисциплины

Целью изучения дисциплины «Основы рационального питания» является формирование у обучающихся базовых знаний о ключевых принципах рационального питания и их применении на различных предприятиях общественного питания.

#### Задачи изучения дисциплины:

- изучение различных источниками информации для осуществления проектной деятельности и формирования гостиничного продукта в соответствии с требованиями потребителя;
- овладение методикой поиска различных источниками информации для осуществления проектной деятельности и формирования гостиничного продукта в соответствии с требованиями потребителя;
- формирование навыков организации и выполнения проектов в гостиничной деятельности.

#### Индикаторы компетенций, формируемые в результате освоения дисциплины

- УК-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.
- УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.
- УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
- ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.
- ПК-6.1 Применяет специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах.

#### Разделы дисциплины

Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов. Требования к пищевому рациону. Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы.

Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Зарубежный опыт общественного питания. Продукты ГМО.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Юго-Западный государственный университет

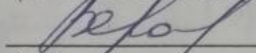
УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

лингвистики и межкультурной

коммуникации

(наименование ф-та полностью)

 О.Л. Ворошилова

(подпись, инициалы, фамилия)

« 29 » августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы рационального питания

(наименование дисциплины)

ОПОП ВО

43.03.03 Гостиничное дело

шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация) «Ресторанная деятельность»

наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения

очная

(очная, очно-заочная, заочная)

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС-3++ – бакалавриат (специалитет, магистратура) по направлению подготовки 43.03.03 Гостиничное дело на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.).

Рабочая программа дисциплины обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе для обучения студентов по ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность» на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса

История № 1 от 29.08.2019  
(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

(подпись)

Разработчик(и) программы \_\_\_\_\_ Соловьянова М.В.

(подпись(и))

Директор научной библиотеки \_\_\_\_\_ Макаровская В.Г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИКС, протокол № 1 от 31.08.2020  
(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИКС, протокол № 1 от 30.08.2021  
(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИКС, протокол № 1, от 29.08.2022  
(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол № 9 «25» 06 2021 на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «30» 08 2023 г. протокол № 1.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол № 9 «25» 06 2021 на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «30» 08 2024 г. протокол № 1.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

# 1 Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

## 1.1 Цель преподавания дисциплины

Изучение учебного курса «Основы рационального питания» ставит своей целью формирование у обучающихся базовых знаний о ключевых принципах рационального питания и их применении на различных предприятиях общественного питания

## 1.2 Задачи дисциплины

Основными задачами изучения дисциплины являются:

- выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма;
- планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;
- соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности;
- определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам;
- применять специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах;
- применять специализированные программы, используемые на предприятиях питания.

## 1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1.3 – Результаты обучения по дисциплине

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
УК-7	Способен под-	УК-7.1 Выбирает здо-	<b>Знать:</b> здоровьесбе-

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
	<p>держивать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>	<p>регающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p><b>Уметь:</b> применять . здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p><b>Владеть:</b> навыками применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>

		<p>УК-7.2Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p><b>Знать:</b> рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p><b>Уметь:</b> использовать рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p><b>Владеть:</b> методами планирования рабочего и свободного времени</p>
--	--	---	---



ПК-5	Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гостинично-ресторанных услуг	ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ работаным на предприятии регламентам и стандартам -	<p><b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Уметь :</b> использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>
------	--	--	---

		<p>УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Уметь :</b> использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>
--	--	---	---

ПК-5	Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гостинично-ресторанных услуг	ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам	<p><b>Знать:</b> способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p> <p><b>Уметь:</b> определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p>
ПК-6	Способен к применению прикладных методов исследовательской деятельности в области формирования и продвижения гостинично-ресторанного продукта	ПК-6.1 Применяет специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах	<p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p><b>Уметь:</b> использовать специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах</p>

		<p>ПК-6.4 Применяет специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p>	<p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, используемые на предприятиях питания аниями потребителя.</p> <p><b>Владеть:</b> методами анализа программ, используемых на предприятиях питания.</p>
--	--	--	---

ПК-7	Способен к применению инновационных технологий в гостинично-ресторанной деятельности и новых форм обслуживания потребителей	ПК-7.1 Обладает навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе	<p><b>Знать:</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Уметь:</b> использовать навыки межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p>
------	---	--	--

## **2 Указание места дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Основы рационального питания» входит в обязательную часть блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы – программы бакалавриата 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) «Ресторанная деятельность». Дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре.

**3 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 4 зачетные единицы (З.Е.) 144 академических часов.

Таблица 3 - Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов
Общая трудоемкость дисциплины	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	36
в том числе:	
лекции	18
лабораторные занятия	18
практические занятия	-
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	35,9
Контроль (подготовка к экзамену)	0
Контактная работа по промежуточной аттестации (всего-АттКР)	0,1
в том числе:	
зачет	0,1
зачет с оценкой	не предусмотрен
курсовая работа (проект)	не предусмотрена
экзамен (включая консультацию перед экзаменом)	не предусмотрен

**4 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1 Содержание дисциплины**

Таблица 4.1.1–Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1.	Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	
2.	Теоретические основы современных систем и концепций питания.	Понятие диеты, концепции, теории и системы питания. Исторические предпосылки и современные тенденции обращения людей к тем или иным системам питания. Взаимозависимость уровня экономического и социального развития общества и питания. Культура пита-

		ния. Вопросы питания в трудах древних: Гиппократ, Авиценна, Пифагор, Диоскорид, Гален
3.	Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	Основные положения теорий сбалансированного и адекватного питания. Создатели теорий сбалансированного и адекватного питания Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
4.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	Основные положения концепций рационального, оптимального и функционального питания. Создатели концепций рационального, оптимального и функционального питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
5.	Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	Основные понятия, причины и виды вегетарианства, десять аргументов в пользу вегетарианства. Критика вегетарианства. Вегетарианство и религия. Современные последователи вегетарианцев: флекситарианцы, фриганисты и др. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
6.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.	Основные положения концепции отдельного питания. Последователи и противники об этой теории. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
7.	Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	Основные положения концепций безуглеводного и белкового питания. Создатели концепций безуглеводного и белкового питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
8.	Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	Основные положения концепции дифференцированного питания. Питание по группе крови: гемо-код, гемо-тест, ДНК-код. Создатели концепций дифференцированного питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.
9.	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	Питание, как фактор снижения неблагоприятных воздействий внешней среды. Преимущества и недостатки различных диет и проблемы, связанные с ними. Роль предприятий питания в

Таблица 4.1.2 – Содержание дисциплины и его методическое обеспечение

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности			Учебно-методические материалы	Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра)	Компетенции
		лек., час	аб.	№ № Пр.			
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	2	1	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 2	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
2.	Теоретические основы современных систем и концепций питания.	2	2	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 4	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
3.	Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	2	3	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 6	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
4.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	2	4	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т, Р,КЗ 8	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
5.	Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	2	5	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 10	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
6.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.	2	6	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 12	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
7.	Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	2	7	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 14	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7



8.	Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	2	8	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ  16	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
9.	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	2	9	-	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т, Р,КЗ  18	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7

С - собеседование

Т-тестирование

Р-реферат

КЗ-кейс-задача

## 4.2. Лабораторные работы и (или) практические занятия

### 4.2.1. лабораторные занятия

Таблица 4.2.1 –лабораторные занятия

№	Наименование практического занятия	Объем, час.
1.	Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	2
2.	Теоретические основы современных систем и концепций питания.	2
3.	Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	2
4.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	2
5.	Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	2
6.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.	2
7.	Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	2
8.	Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	2
9.	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	2
Итого		18

### 4.3 Самостоятельная работа студентов (СРС)

Таблица 4.3 – Самостоятельная работа студентов

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины	Срок выполнения	Время, затрачиваемое на выполнение СРС, час.
1	2	3	4
1.	Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	1-2 неделя	4
2.	Теоретические основы современных систем и концепций питания.	2-3 неделя	4
3.	Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	3-4 неделя	4
4.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	4-5 неделя	4
5.	Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	5-6 неделя	4
6.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.	6-7 неделя	4
7.	Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	7-8 неделя	4
8.	Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	9-10 неделя	4
9.	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	11-12 неделя	3,9
Итого			35,9

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

Студенты могут при самостоятельном изучении отдельных тем и вопросов дисциплин пользоваться учебно-наглядными пособиями, учебным оборудованием и методическими разработками кафедры в рабочее время, установленное Правилами внутреннего распорядка работников.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по данной дисциплине организуется:

*библиотекой университета:*

- библиотечный фонд укомплектован учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с УП и данной РПД;
- имеется доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

*кафедрой:*

- путем обеспечения доступности всего необходимого учебно-методического и справочного материала;
- путем предоставления сведений о наличии учебно-методической литературы, современных программных средств.
- путем разработки:
  - методических рекомендаций, пособий по организации самостоятельной работы студентов;
  - тем рефератов;
  - вопросов к зачету;
  - методических указаний к выполнению практических работ и т.д.

*типографией университета:*

- помощь авторам в подготовке и издании научной, учебной и методической литературы;
- удовлетворение потребности в тиражировании научной, учебной и методической литературы.

## 6 Образовательные технологии

Реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций обучающихся.

Таблица 6.1 — Интерактивные образовательные технологии, используемые при проведении аудиторных занятий

№	Наименование раздела (темы лекции, практического или лабораторного занятия)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Объем, час
1	2	3	4
1.	Основы рационального питания	Проблемная лекция	2

	ния. Концепция сбалансированного питания.		
2.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	Практическое занятие с компьютерной презентацией докладов студентов	2
Итого			4

Содержание дисциплины обладает значительным воспитательным потенциалом, поскольку в нем аккумулирован исторический и современный социокультурный и научный опыт человечества. Реализация воспитательного потенциала дисциплины осуществляется в рамках единого образовательного и воспитательного процесса и способствует непрерывному развитию личности каждого обучающегося. Дисциплина вносит значимый вклад в формирование общей и профессиональной культуры обучающихся. Содержание дисциплины способствует духовно-нравственному, гражданскому, патриотическому, правовому, экономическому, профессионально-трудовому, культурно-творческому, экологическому воспитанию обучающихся.

Реализация воспитательного потенциала дисциплины подразумевает:

- целенаправленный отбор преподавателем и включение в лекционный материал, материал для практических занятий содержания, демонстрирующего обучающимся образцы настоящего научного подвижничества создателей и представителей данной отрасли науки, высокого профессионализма ученых, их ответственности за результаты и последствия деятельности для природы, человека и общества;
- применение технологий, форм и методов преподавания дисциплины, имеющих высокий воспитательный эффект за счет создания условий для взаимодействия обучающихся с преподавателем, другими обучающимися, представителями работодателей (командная работа, деловые игры, разбор конкретных ситуаций);
- личный пример преподавателя, демонстрацию им в образовательной деятельности и общении с обучающимися за рамками образовательного процесса высокой общей и профессиональной культуры.

Реализация воспитательного потенциала дисциплины на учебных занятиях направлена на поддержание в университете единой развивающей образовательной и воспитательной среды. Реализация воспитательного потенциала дисциплины в ходе самостоятельной работы обучающихся способствует развитию в них целеустремленности, инициативности, креативности, ответственности за результаты своей работы – качеств, необходимых для успешной социализации и профессионального становления.

**7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

**Таблица 7.1 – Этапы формирования компетенций**

Код и наименование компетенции	Этапы формирования компетенций и дисциплины (модули) и практики, при изучении/ прохождении которых формируется данная компетенция		
	начальный	основной	завершающий
1	2	3	4
УК-7Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт	Учебная исследовательская практика	Основы рационального питания Современные системы и концепции питания Производственная преддипломная практика
	Базовые физкультурно-спортивные виды Новые физкультурно-спортивные виды Прикладная физическая культура Практическая физическая культура для специальной группы Адаптивная физическая культура		
ПК-5 Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гости-	Бухгалтерский учет в ресторане Экономика предприятий питания		Основы рационального питания Современные системы и концепции питания Производственная практика (научно-исследовательская работа)

<p>нично-ресторанных услуг</p>			<p>Производственная преддипломная практика</p>
<p>ПК-6 Способен к применению прикладных методов исследовательской деятельности в области формирования и продвижения гостинично-ресторанного продукта</p>	<p>Техника и организация ресторанного сервиса          Основы рационального питания          Современные системы и концепции питания          Производственная практика (научно-исследовательская работа)          Производственная преддипломная практика</p>		
<p>ПК-7 Способен к применению инновационных технологий в гостинично-ресторанной деятельности и новых форм обслуживания потребителей</p>	<p>Документирование управленческой деятельности</p>	<p>Деловая культура в ресторанном бизнесе          Мировое гостиничное хозяйство</p>	<p>.. Основы рационального питания          Современные системы и концепции питания.          Производственная практика (научно-исследовательская работа)          Производственная преддипломная практика          Выполнение и защита выпускной квалификационной работы          Техника и организация ресторанного сервиса</p>

--	--	--	--

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

Таблица 7.2 – Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций, закрепленные за дисциплиной)	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень (хорошо)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
УК-7/ за- вершающ ий	УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	<b>Знать:</b> здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Делает ошибки. <b>Уметь:</b> использовать методы применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Делает ошибки. <b>Владеть:</b> навы-	<b>Знать:</b> современные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Допускается подсказка преподавателя. <b>Уметь:</b> -находить современные различные здоровьесберегающих технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом	<b>Знать:</b> инновационные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма <b>Уметь:</b> находить инновационные различные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма <b>Владеть:</b>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
		ками применения здоровьесберегающих техно технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Делает ошибки.	физиологических особенностей организма. Допускается подсказка преподавателя. <b>Владеть:</b> -современными навыками применения здоровьесберегающих техно технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Допускается подсказка преподавателя.	инновационными навыками применения здоровьесберегающих техно технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма
	УК-7.2Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной	<b>Знать:</b> основы рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Делает ошибки. <b>Уметь:</b> исполь-	<b>Знать:</b> нормы рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Допускается подсказка	<b>Знать:</b> законодательные основы РФ рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения



Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	нагрузки и обеспечения работоспособности	<p>звать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Делает ошибки.</p> <p><b>.Владеть:</b> навыками использования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Делает ошибки.</p>	<p>преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать нормы рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>.Владеть:</b> навыками использования нормами рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Допускается подсказка преподавателя.</p>	<p><b>Уметь:</b> использовать законодательств о РФ рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения</p> <p><b>.Владеть:</b> навыками использования законодательств а РФ рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>
	УК-7.3Соблюдает и пропаганди-	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различ-	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различ-	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различ-

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций ( <i>индикаторы достижения компетенций</i> ),	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	рует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	ных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Делает ошибки. <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Делает ошибки. <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Делает ошибки.	ных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Допускается подсказка преподавателя. <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Допускается подсказка преподавателя. <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Допускается подсказка преподавателя.	ных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности
ПК-5/завершающий	ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия	<b>Знать</b> : способы оценки соответствия качества выполняемых	<b>Знать</b> : современные способы оценки соответствия ка-	<b>Знать</b> : инновационные способы оценки соответствия ка-

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
ПК-6/завершающий	<p>качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p> <p>-</p> <p>ПК-6.1 Применяет специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p>	<p>работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.</p> <p><b>Уметь:</b> определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ.</p> <p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Де-</p>	<p>качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> определять современные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ.</p> <p><b>Знать:</b> инновационные специализированные программы, используемые в гостиничных</p>	<p>качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.</p> <p><b>Уметь:</b> определять инновационные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ.</p> <p><b>Знать:</b> инновационные специализированные программы, используемые в гостиничных</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций ( <i>индикаторы достижения компетенций</i> ),	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	<p>...</p> <p>ПК-6.4 Применяет специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p>	<p>делает ошибки.  <b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Делает ошибки.  <b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах. Делает ошибки.</p> <p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые на предприятиях питания. Делает ошибки.  <b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, ис-</p>	<p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.  <b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы, используемые в гостиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.  <b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.</p>	<p>комплексах питания <b>Уметь:</b> анализировать специализированные инновационные программы, используемые в гостиничных комплексах <b>Владеть:</b> навыками использования инновационных специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах</p> <p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые на предприятиях питания  <b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы на предприятиях</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций ( <i>индикаторы достижения компетенций</i> ),	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
ПК-7/завершающий	ПК-7.1 Обладает навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе	<p>пользуемые на предприятиях питания. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемые на предприятиях питания. Делает ошибки.</p> <p><b>Знать:</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать навыки межличностного и делового общения, переговоров, конфликто-</p>	<p>вателя.</p> <p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы, используемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p>	<p>питания</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемые на предприятиях питания</p> <p><b>Знать:</b> инновационными методами межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Уметь:</b> использовать инновационные методы межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
		<p>логии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p>	<p><b>Знать:</b> современными навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать современные методы межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b></p>	<p>совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> инновационными методами межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
			современными межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка преподавателя.	

**7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

Таблица 7.3 - Паспорт комплекта оценочных средств для текущего контроля успеваемости

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или её части)	Технология формирования	Оценочные средства		Описание шкал оценивания
				наименование	№№ заданий	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Введение в дисциплину . Цели,	УК 7 ПК-5 ПК-6	Лекция, практическое занятия №1,	С,Т,Р,КЗ 2	1-4	согласно таб. 7.1

	задачи дисциплины.	ПК-7	СРС			
2.	Теоретические основы современных систем и концепций питания.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 2, СРС	С,Т,Р,КЗ 4	5-6	согласно таб. 7.1
3.	Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 3, СРС	С,Т,Р,КЗ 6	7-11	согласно таб. 7.1
4.	Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 4, СРС	С,Т, Р,КЗ 8	12-13	согласно таб. 7.1
5.	Характеристика и источники основных нутриентов. Требования к пищевому рациону.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 5, СРС	С,Т,Р,КЗ 10	14-17	согласно таб. 7.1
6.	Гигиенические принципы режима и организа-	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 6, СРС	С,Т,Р,КЗ 12	18-29	согласно таб. 7.1



	ции питания в индустрии гостеприимства.					
7.	Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 7, СРС	С,Т,Р,КЗ  14	30-35	согласно таб. 7.1
8.	Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 8, СРС	С,Т,Р,КЗ  16	36-53	согласно таб. 7.1
9.	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7	Лекция, практическое занятия № 9, СРС	С,Т,Р,КЗ  18	54-60	согласно таб. 7.1

**Примеры типовых контрольных заданий для проведения  
текущего контроля успеваемости  
по теме № 2 «Теоретические основы современных систем и концепций питания.  
Античная теория питания.»**

**Вопросы в тестовой форме**

**1. Выбрать правильный ответ:**

**1. Пищевая ценность белка зависит от содержания:**

А) в нём заменимых аминокислот

Б) в нём незаменимых аминокислот

В) и сбалансированности в нём незаменимых аминокислот

Г)и сбалансированности в нём заменимых аминокислот

### **Контрольные вопросы для собеседования**

1. Какие категории трудящихся (работников) имеют право на бесплатное получение лечебно-профилактического питания?
2. Каковы основные направления контроля за организацией лечебно-профилактического питания? 3. К каким последствиям приводит дефицит минеральных компонентов в пище?
4. К каким последствиям приводит избыток минеральных компонентов в пище?
5. В каком виде витаминные препараты дополнительно выдаются в рационах лечебно-профилактического питания?

### **Темы рефератов:**

1. Значение для здоровья человека принципов организации его питания.
2. Значение белковых компонентов пищи для организма человека.
3. Значение жировых компонентов пищи для организма человека.
4. Основные источники белковых компонентов пищи для лечебно-профилактического и диетического питания.
5. Основные источники жировых компонентов пищи для лечебно-профилактического и диетического питания.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения текущего контроля представлены в УММ по дисциплины.

### Типовые задания для промежуточной аттестации

*Промежуточная аттестация* по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет проводится в форме тестирования (бланкового).

Для тестирования используются контрольно-измерительные материалы (КИМ) – задания в тестовой форме, составляющие банк тестовых заданий (БТЗ) по дисциплине, утвержденный в установленном в университете порядке.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины, указанные в разделе 4 настоящей программы.

Все темы дисциплины отражены в КИМ в равных долях (%). БТЗ включает в себя не менее 100 заданий и постоянно пополняется.

Для проверки знаний используются вопросы и задания в различных формах:

- закрытой (с выбором одного или нескольких правильных ответов),
- открытой (необходимо вписать правильный ответ),
- на установление правильной последовательности,
- на установление соответствия.

Умения, навыки и компетенция проверяются с помощью задач (ситуационных, кейсового характера) и различного вида конструкторов. Все задачи являются многоходовыми, указывающими на уровень сформированности компетенций. Часть

умений, навыков и компетенции прямо не отражена в формулировках задач, но может быть проявлена обучающимися при их решении.

В каждый вариант КИМ включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат КИМ позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

### **Примеры типовых заданий для проведения Промежуточной аттестации обучающихся**

#### **Задания в закрытой форме:**

**Какие жиры из перечисленных ниже имеют самую низкую усвояемость организмом человека?**

- А) свиной жир
- Б) говяжий жир
- В) рыбий жир
- Г) оливковое масло

#### **Задания в открытой форме:**

\_\_\_\_\_ обеспечивает наш организм питательными веществами, которые требуются ему для выработки энергии, образования тканей и поддержания их жизнедеятельности.

#### **Задание на установление правильной последовательности:**

**Перечислите в возрастающей последовательности овощи и фрукты по содержанию в них аскорбиновой кислоты:**

- А. Груши
- Б. Апельсины
- В. Яблоки
- Г. Черная смородина
- Д. Укроп

1[ ] → 2[ ] → 3 [ ] → 4[ ] → 5 [ ]

#### **Задание на установление соответствия:**

**Соотнесите названия видов основного суточного приема пищи с их описанием:**

Виды основного суточного приема пищи	Описание видов
1.Завтрак	А)Включает наряду с бутербродом напиток либо свежие фрукты
2.Второй завтрак (полдник)	Б)Целесообразно начинать с салата, затем основное энергоёмкое блюдо,затем тонизирующий напиток
3.Обед	В)Включает легко перевариваемые блюда из рыбы, молочных продуктов, яиц,а также напитки,не возбуждающий нервную систему
4.Ужин	Г)Состоит из блюд,содержание которых может обеспечить компенсацию энергозатрат,произведённых во время трудовой деятельности

**Компетентностно-ориентированная задача:**

*Задание. Прочитать текст и ответить на поставленные вопросы.*

В настоящее время проблема алиментарных и алиментарно-обусловленных заболеваний довольно таки серьезно оценивается во многих странах мира. Последствия несоблюдения гигиенических требований при организации питания очень разнообразны. Специалисты медицинского профиля, работающие и в профилактической, и в клинической отраслях, вынуждены сталкиваться с вопросами выявления, лечения, профилактики алиментарных и алиментарно-обусловленных заболеваний.

1. Дайте определение “алиментарное заболевание”.
2. Что является главным фактором алиментарных заболеваний?
3. Перечислите алиментарные заболевания по типу избыточности питания.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в УММ по дисциплине.

**7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, регулируются следующими нормативными актами университета:

- Положение П 02.016–2015 «О балльно-рейтинговой системе оценки качества освоения образовательных программ»;
- методические указания, используемые в образовательном процессе, указанные в списке литературы.

Для *текущего контроля* по дисциплине в рамках действующей в университете балльно-рейтинговой системы применяется следующий порядок начисления баллов:

**Таблица 7.4 – Порядок начисления баллов в рамках БРС**

Форма контроля	Минимальный балл		Максимальный балл	
	балл	примечание	балл	примечание
Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	1	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	2	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Теоретические основы современных систем и концепций питания.	1	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	2	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.	1	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	2	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.	1	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	2	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	2	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	4	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.	2	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	4	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы	2	Материал усвоен, доля правильных ответов менее	4	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%

		50%		
Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.	2	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	4	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	2	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	4	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
СРС	4	Выполнил, доля правильных ответов менее 50%	8	Выполнил, доля правильных ответов более 50%
Итого	24		48	
Посещаемость	0		16	
Экзамен	0		36	
Итого	24		100	

Для промежуточной аттестации обучающегося, проводимой в виде тестирования, используется следующая методика оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности. В каждом варианте КИМ – 16 заданий (15 вопросов и одна задача).

Каждый верный ответ оценивается следующим образом:

- задание в закрытой форме – 2 балла,
- задание в открытой форме – 2 балла,
- задание на установление правильной последовательности – 2 балла,
- задание на установление соответствия – 2 балла,
- решение компетентностно - ориентированной задачи – 6 баллов.

Максимальное количество баллов за тестирование – 36 баллов.

## **8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **8.1 Основная литература**

1. Васюкова, А.Т. Технология кулинарной продукции за рубежом : [Электронный ресурс] : учебник / А.Т. Васюкова, В.Ф. Пучкова, Н.И. Мячикова. - М. : Дашков и Ко, 2017. - 368 с. - (Учебные издания для бакалавров). - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230056> (Дата обращения 08.09.2020).

2. Трухачев, А. В. Туризм. Введение в туризм [Электронный ресурс] : учебник / А. В. Трухачев, И. Таранова. - Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2013. - 396 с. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233099>

## **8.2.Дополнительная литература**

3.Волков, Ю. Ф. Гостиничный и туристский бизнес [Текст] : учебное пособие / Ю. Ф. Волков. - 2-е изд. - Ростов н/Д. : Феникс, 2009. - 637 с.

4. Гостиничный бизнес и индустрия размещения туристов [Текст]: учебное пособие / И. С. Барчуков [и др.]. - 3-е изд., перераб. - Москва :КноРус, 2014. - 168 с.

5.Коротеева, Н. Н. История гостиничного дела [Текст] : учебное пособие : [для студентов, обуч. по направ. подготовки 43.03.02 "Туризм" и 43.03.03 "Гостиничное дело"] / Н. Н. Коротеева ; Юго-Зап. гос. ун-т, Кафедра истории и социально-культурного сервиса. - Курск : ЮЗГУ, 2016. - 111 с.

6. Рябова, И.А. Словарь международных туристских терминов[Электронный ресурс] / И.А. Рябова, Д.К. Исмаев, С.Н. Путилина. — Москва : Издательство Книгодел, 2005. — 466 с. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=63594> (Дата обращения 08.09.2020).

7. Петрова, Т.В. Особенности регулирования делового туризма в регионе: концепция развития делового туризма на основе использования потенциала дестинации :[Электронный ресурс] :монография / Т.В. Петрова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 165 с. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278051> (Дата обращения 08.09.2020).

## **. 8.3 Перечень методических указаний**

1. Культура питания народов мира [Электронный ресурс] : методические рекомендации по изучению дисциплины для студентов по направлениям подготовки 43.03.02 «Туризм» и 43.03.03 «Гостиничное дело» / ЮЗГУ ; сост. Л.А. Ломова. - Электрон.текстовые дан. (291 КБ). - Курск : ЮЗГУ, 2017. - 17 с. - Библиогр.: с. 17.

2. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для студентов всех направлений и форм обучения / Юго-Зап. гос. ун-т; сост. Н.Е. Горюшкина (Электрон. текстовые дан. (762 КБ). – Курск: ЮЗГУ, 2015. – 41 с.

#### **8.4 Другие учебно-методические материалы**

Карты, схемы, планы, отражающие наиболее известные исторические события.

#### **9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

- университетская библиотека ONLINE — <http://biblioclub.ru> (договор № 76 от 25.08.2015 г. на период с 10.09.2015 г. по 09.09.2016 г.)
- научная электронная библиотека — <http://elibrary.ru> (лицензионное соглашение № 919 от 2 февраля 2012 г. (бессрочное))

#### **10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное усвоение учебной дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее изучения путем планомерной работы. Основными видами аудиторной работы при изучении дисциплины являются лекции и практические занятия.

Обучающийся должен активно участвовать в выполнении видов практических работ, определенных для данной дисциплины. В этой связи при проработке лекционного материала обучающиеся должны иметь в виду, что в лекциях раскрываются наиболее значимые вопросы учебного материала. Остальные осваиваются в ходе других видов занятий и самостоятельной работы над учебным материалом.

Следует иметь в виду, что все разделы и темы дисциплины представлены в дидактически проработанной последовательности, что предусматривает логическую стройность курса и продуманную систему освоения обучающимися учебного материала, поэтому нельзя приступать к изучению последующих тем (разделов), не усвоив предыдущих. В ходе лекционных занятий студент должен конспектировать учебный материал, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины завершают практические занятия. Они предназначены для расширения и углубления знаний по учебной дисциплине, формирования умений и компетенций, предусмотренных стандартом.

Практическому занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материала, полученного на лекциях, и материалов, изложенных в основной литературе и, желательно, в дополнительной литературе,



используемой для расширения объема знаний по теме (разделу), в Интернет-ресурсах.

По согласованию с преподавателем или по его заданию студенты готовят рефераты, презентации, доклады по отдельным темам дисциплины.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает по результатам тестирования, собеседования, устных и письменных ответов на контрольные вопросы по темам практических работ, уровню подготовки рефератов, презентаций, докладов.

Преподаватель на первых занятиях объясняет студентам, какие формы обучения следует использовать при самостоятельном изучении дисциплины: конспектирование учебной литературы и лекции, составление словарей понятий и терминов и т. п.

В процессе обучения преподаватели используют активные формы работы со студентами: чтение лекций, привлечение студентов к творческому процессу на лекциях, контроль путем отработки студентами пропущенных лекции, участие в групповых и индивидуальных консультациях (собеседовании). Эти формы способствуют выработке у студентов умения работать с учебником и литературой. Изучение литературы составляет значительную часть самостоятельной работы студента. Это большой труд, требующий усилий и желания студента. В самом начале работы над книгой важно определить цель и направление этой работы. Прочитанное следует закрепить в памяти. Одним из приемов закрепления освоенного материала является конспектирование, без которого немислима серьезная работа над литературой. Систематическое конспектирование помогает научиться правильно, кратко и четко излагать своими словами прочитанный материал.

Самостоятельную работу следует начинать с первых занятий. От занятия к занятию нужно регулярно прочитывать конспект лекций, знакомиться с соответствующими разделами учебника, читать и конспектировать литературу по каждой теме дисциплины. Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю по вопросам дисциплины с целью освоения и закрепления компетенции, закреплённой за дисциплиной.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины» –закрепить теоретические знания, полученные в процессе лекционных занятий, а также сформировать практические навыки поиска исторической информации.

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

Libreofficeоперационная система Windows  
Антивирус Касперского (или ESETNOD)

## **12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Стандартно оборудованная аудитория.

Комплект мультимедийного оборудования 1: ноутбук ASUS X50VL PMDT2330/14/1024/Мб/160Gb; проектор inFocusIN24+, экран, аудиокolonки.

Комплект мультимедийного оборудования 2: ноутбук HP 250 Gb 15,6" (HD i5-7200U/4Gb/DVD); проектор Benq MV533, экран, аудиокolonки.

## **13 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

*Для лиц с нарушением слуха* возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

*Для лиц с нарушением зрения* допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

*Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата,* на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее ме-

сто, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).

**14 Лист дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу дисциплины**

Номер изменения	Номера страниц				Всего страниц	Дата	Основание для изменения и подпись лица, проводившего изменения
	измененных	замененных	аннулированных	новых			

--	--	--	--	--	--	--	--

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Юго-Западный государственный университет

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

лингвистики и межкультурной  
коммуникации

(наименование ф-та полностью)

О.Л. Ворошилова  
(подпись, инициалы, фамилия)

« 29 » августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы рационального питания

(наименование дисциплины)

ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело  
шифр и наименование направления подготовки (специальности)

направленность (профиль, специализация) «Ресторанная деятельность»  
наименование направленности (профиля, специализации)

форма обучения заочная  
(очная, очно-заочная, заочная)

Курск – 2019

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС-3++ – бакалавриат (специалитет, магистратура) по направлению подготовки 43.03.03 Гостиничное дело на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.).

Рабочая программа дисциплины обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе для обучения студентов по ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность» на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса

протокол № 7 от 29.08.2019

(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

(подпись)

Разработчик(и) программы \_\_\_\_\_ Соловьянова М.В.

(подпись(и))

Директор научной библиотеки \_\_\_\_\_ Макаровская В.Г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИИСК, протокол № 1 от 31.08.2020

(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИИСК, протокол № 1 от 30.08.2021

(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль) «Ресторанная деятельность», одобренного ученым советом университета (протокол № 7 от «29» 03 2019 г.), на заседании кафедры

ИИСК, протокол № 1 от 29.08.2022

(наименование, протокол №, дата)

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

(подпись)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол № 9 «25» 06 2021 на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «30» 08 2023 г. протокол № 1.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол № 9 «25» 06 2021 на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «30» 08 2024 г. протокол № 1.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 43.03.03 «Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) Ресторанная деятельность», Одобрено Ученым советом университета протокол №    «  » \_\_\_\_\_ 20   на заседании кафедры истории и социально-культурного сервиса «  » \_\_\_\_\_ 20   г. протокол № \_\_\_\_\_.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Горюшкина Н.Е.



# 1 Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

## 1.1 Цель преподавания дисциплины

Изучение учебного курса «Основы рационального питания» ставит своей целью формирование у обучающихся базовых знаний о ключевых принципах рационального питания и их применении на различных предприятиях общественного питания

## 1.2 Задачи дисциплины

Основными задачами изучения дисциплины являются:

- выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма;
- планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности;
- соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности;
- определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам;
- применять специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах;
- применять специализированные программы, используемые на предприятиях питания.

## 1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 1.3 – Результаты обучения по дисциплине

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
УК-7	Способен поддерживать	УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие	<b>Знать:</b> здоровьесберегающие технологии

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	<p>для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p><b>Уметь:</b> применять . здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p><b>Владеть:</b> навыками применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>

		<p>УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>	<p><b>Знать:</b> рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p><b>Уметь:</b> использовать рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p><b>Владеть:</b> методами планирования рабочего и свободного времени</p>
--	--	--	---

ПК-5	Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гостинично-ресторанных услуг	<p>ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам -</p> <p>ПК-6.1 Применяет специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p>	<p><b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Уметь :</b> использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Знать:</b> способы оценки соответствия качества</p>
------	--	---	---

ПК-6	Способен к применению прикладных методов исследовательской деятельности в	УК-7.3 Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	<p><b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Уметь :</b> использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>
------	---	--	---

области

ПК-5	Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гостинично-ресторанных услуг	ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам	<p><b>Знать:</b> способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p> <p><b>Уметь:</b> определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам</p>
ПК-6	Способен к применению прикладных методов исследовательской деятельности в области формирования и продвижения гостинично-ресторанного продукта	ПК-6.1 Применяет специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах	<p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p><b>Уметь:</b> использовать специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах</p>

		<p>ПК-6.4 Применяет специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p>	<p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p> <p><b>Владеть:</b> методами анализа программ, используемых на предприятиях питания</p>
--	--	--	--

ПК-7	Способен к применению инновационных технологий в гостинично-ресторанной деятельности и новых форм обслуживания потребителей	ПК-7.1 Обладает навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе	<p><b>Знать:</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Уметь:</b> использовать навыки межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p>
------	---	--	--

## **2 Указание места дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Культура питания народов мира» входит в обязательную часть блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы – программы бакалавриата 43.03.03 Гостиничное дело, направленность (профиль, специализация) «Ресторанная деятельность». Дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре.

**3 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 4 зачетные единицы (З.Е.) 144 академических часов.

Таблица 3 - Объем дисциплины



Виды учебной работы	Всего, часов
Общая трудоемкость дисциплины	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (всего)	10
в том числе:	
лекции	4
лабораторные занятия	6
практические занятия	-
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	57,9
Контроль (подготовка к экзамену)	0
Контактная работа по промежуточной аттестации (всего-АттКР)	0,1
в том числе:	
зачет	0,1
зачет с оценкой	не предусмотрен
курсовая работа (проект)	не предусмотрена
экзамен (включая консультацию перед экзаменом)	не предусмотрен

**4 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1 Содержание дисциплины**

Таблица 4.1.1–Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1.	Введение в дисциплину. Цели, задачи дисциплины.	

1.	<p>Теоретические основы современных систем и концепций питания.</p> <p>Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания.</p> <p>Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.</p> <p>Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.</p>	<p>Понятие диеты, концепции, теории и системы питания. Исторические предпосылки и современные тенденции обращения людей к тем или иным системам питания. Взаимозависимость уровня экономического и социального развития общества и питания. Культура питания. Вопросы питания в трудах древних: Гиппократ, Авиценна, Пифагор, Диоскорид, Гален</p> <p>Основные положения теорий сбалансированного и адекватного питания. Создатели теорий сбалансированного и адекватного питания Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.</p> <p>Основные положения концепций рационального, оптимального и функционального питания. Создатели концепций рационального, оптимального и функционального питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.</p> <p>Основные понятия, причины и виды вегетарианства, десять аргументов в пользу вегетарианства. Критика вегетарианства. Вегетарианство и религия. Современные последователи вегетарианцев: флекситарианцы, фриганисты и др. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.</p>
2.	<p>Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства.</p> <p>Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы</p>	<p>Основные положения концепции отдельного питания. Последователи и противники об этой теории. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.</p> <p>Основные положения концепций безуглеводного и белкового питания. Создатели концепций безуглеводного и белкового питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприятиях и организациях питания.</p>
	<p>Меню-раскладка блюд.</p> <p>Основы питьевого режима.</p> <p>Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт органи-</p>	<p>Основные положения концепции дифференцированного питания. Питание по группе крови: гемо-код, гемо-тест, ДНК-код. Создатели концепций дифференцированного питания. Последователи и противники. Положительные стороны и ограничения. Реализуемость в предприя-</p>

	зации питания.	<p>тиях и организациях питания.</p> <p>Питание, как фактор снижения неблагоприятных воздействий внешней среды. Преимущества и недостатки различных диет и проблемы, связанные с ними. Роль предприятий питания в поддержании здоровья нации.</p>
--	----------------	--

Таблица 4.1.2 – Содержание дисциплины и его методическое обеспечение

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности			Учебно-методические материалы	Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра)	Компетенции
		эк., час	аб.	№ № пр.			
1	2	3	4	5	6	7	8
1. 1	<p>Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.</p>	2		1	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 1-9	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7
2.	<p>Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима.</p>	2		2	У-1 У-2 МУ-1 МУ-2	С,Т,Р,КЗ 10-18	УК-7 ПК-5 ПК-6 ПК-7

	Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.						
--	---	--	--	--	--	--	--

С – собеседование

Т-тестирование

Р-реферат

КЗ-кейс-задачи

## 4.2. Лабораторные работы и (или) практические занятия

### 4.2.1. Лабораторные занятия

Таблица 4.2.1 – Практические занятия

№	Наименование практического занятия	Объем, час.
1.	Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основа рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	2
2.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	4
Итого		6

## 4.3 Самостоятельная работа студентов (СРС)

Таблица 4.3 – Самостоятельная работа студентов

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины	Срок выполнения	Время, затрачиваемое на выполнение СРС, час.
1	2	3	4
1.	Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основа рационального питания. Концепция	1-9 неделя	30

	сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.		
2.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	10-18 неделя	27,9
Итого			57,9

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

Студенты могут при самостоятельном изучении отдельных тем и вопросов дисциплин пользоваться учебно-наглядными пособиями, учебным оборудованием и методическими разработками кафедры в рабочее время, установленное Правилами внутреннего распорядка работников.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по данной дисциплине организуется:

*библиотекой университета:*

- библиотечный фонд укомплектован учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с УП и данной РПД;
- имеется доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

*кафедрой:*

- путем обеспечения доступности всего необходимого учебно-методического и справочного материала;
- путем предоставления сведений о наличии учебно-методической литературы, современных программных средств.
- путем разработки:  
методических рекомендаций, пособий по организации самостоятельной работы студентов;

тем рефератов;  
 вопросов к зачету;  
 методических указаний к выполнению практических работ и т.д.  
*типографией университета:*

- помощь авторам в подготовке и издании научной, учебной и методической литературы;
- удовлетворение потребности в тиражировании научной, учебной и методической литературы.

## 6 Образовательные технологии

Реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций обучающихся.

Таблица 6.1 — Интерактивные образовательные технологии, используемые при проведении аудиторных занятий

№	Наименование раздела (темы лекции, практического или лабораторного занятия)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Объем, час
1	2	3	4
1.	Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	Проблемная лекция	2
2.	Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергети-	Практическое занятие с компьютерной презентацией докладов студентов	4

	ческая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.		
Итого			6

Содержание дисциплины обладает значительным воспитательным потенциалом, поскольку в нем аккумулирован исторический и современный социокультурный и научный опыт человечества. Реализация воспитательного потенциала дисциплины осуществляется в рамках единого образовательного и воспитательного процесса и способствует непрерывному развитию личности каждого обучающегося. Дисциплина вносит значимый вклад в формирование общей и профессиональной культуры обучающихся. Содержание дисциплины способствует духовно-нравственному, гражданскому, патриотическому, правовому, экономическому, профессионально-трудовому, культурно-творческому, экологическому воспитанию обучающихся.

Реализация воспитательного потенциала дисциплины подразумевает:

- целенаправленный отбор преподавателем и включение в лекционный материал, материал для практических занятий содержания, демонстрирующего обучающимся образцы настоящего научного подвижничества создателей и представителей данной отрасли науки, высокого профессионализма ученых, их ответственности за результаты и последствия деятельности для природы, человека и общества;
- применение технологий, форм и методов преподавания дисциплины, имеющих высокий воспитательный эффект за счет создания условий для взаимодействия обучающихся с преподавателем, другими обучающимися, представителями работодателей (командная работа, деловые игры, разбор конкретных ситуаций);
- личный пример преподавателя, демонстрацию им в образовательной деятельности и общении с обучающимися за рамками образовательного процесса высокой общей и профессиональной культуры.

Реализация воспитательного потенциала дисциплины на учебных занятиях направлена на поддержание в университете единой развивающей образовательной и воспитательной среды. Реализация воспитательного потенциала дисциплины в ходе самостоятельной работы обучающихся способствует развитию в них целеустремленности, инициативности, креативности, ответственности за результаты своей работы – качеств, необходимых для успешной социализации и профессионального становления.

**7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

Таблица 7.1 – Этапы формирования компетенций

Код и наименование компетенции	Этапы формирования компетенций и дисциплины (модули) и практики, при изучении/ прохождении которых формируется данная компетенция		
	начальный	основной	завершающий
1	2	3	4
УК-7Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Физическая культура и спорт	Учебная исследовательская практика	Основы рационального питания Современные системы и концепции питания Производственная преддипломная практика
	Базовые физкультурно-спортивные виды Новые физкультурно-спортивные виды Прикладная физическая культура Практическая физическая культура для специальной группы Адаптивная физическая культура		
ПК-5 Способен использовать современные научные принципы исследования рынка гости-	Бухгалтерский учет в ресторане Экономика предприятий питания		Основы рационального питания Современные системы и концепции питания Производственная практика (научноисследовательская работа) Производственная преддипломная практика



<p>нично-ресторанных услуг</p>			
<p>ПК-6 Способен к применению прикладных методов исследовательской деятельности в области формирования и продвижения гостинично-ресторанного продукта</p>	<p>Техника и организация ресторанного сервиса          Основы рационального питания          Современные системы и концепции питания          Производственная практика (научно-исследовательская работа)          Производственная преддипломная практика</p>		
<p>ПК-7 Способен к применению инновационных технологий в гостинично-ресторанной деятельности и новых форм обслуживания потребителей</p>	<p>Документирование управленческой деятельности</p>	<p>Деловая культура в ресторанном бизнесе          Мировое гостиничное хозяйство</p>	<p>.. Основы рационального питания          Современные системы и концепции питания.          Производственная практика (научно-исследовательская работа)          Техника и организация ресторанного сервиса          Производственная преддипломная практика</p>

**7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

Таблица 7.2 – Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций, закрепленные за дисциплиной)	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень (хорошо)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
УК-7/ за- вершающ ий	УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	<b>Знать:</b> здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Делает ошибки. <b>Уметь:</b> использовать методы применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Делает ошибки. <b>Владеть:</b> навыками применения здоровьесберегающих техно	<b>Знать:</b> современные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Допускается подсказка преподавателя. <b>Уметь:</b> -находить современные различные здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Допускается	<b>Знать:</b> инновационные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма <b>Уметь:</b> находить инновационные различные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма <b>Владеть:</b> инновационными навыками применения

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
		<p>логии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма Делает ошибки.</p>	<p>подсказка преподавателя. <b>Владеть:</b> современными навыками применения здоровьесберегающих техно технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. Допускается подсказка преподавателя.</p>	<p>здоровьесберегающих техно технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p>
	<p>УК-7.2Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работо-</p>	<p><b>Знать:</b> основы рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения Делает ошибки. <b>Уметь:</b> использовать свое рабочее и свободное время для оптималь-</p>	<p><b>Знать:</b> нормы рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Допускается подсказка преподавателя. <b>Уметь:</b> использовать нормы рабочего и</p>	<p><b>Знать:</b> законодательные основы РФ рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения <b>Уметь:</b> использовать законодательств о РФ рабочего и</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	способности	ного сочетания физической и умственной. Делает ошибки. нагрузки и обеспечения <b>.Владеть:</b> навыками использования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Делает ошибки.	свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения. Допускается подсказка преподавателя. <b>.Владеть:</b> навыками использования нормативами рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. Допускается подсказка преподавателя.	свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения <b>.Владеть:</b> навыками использования законодательства РФ рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
	УК-7.3Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	<b>Знать:</b> нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	сти. Делает ошибки. <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Делает ошибки. <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Делает ошибки.	сти. Допускается подсказка преподавателя. <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Допускается подсказка преподавателя. <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Допускается подсказка преподавателя.	сти <b>Уметь</b> : использовать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности <b>Владеть</b> : навыками использования норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций ( <i>индикаторы достижения компетенций</i> ),	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
ПК-5/завершающий	ПК 5.3 Определяет способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам	<p><b>Знать:</b> способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Делает ошибки.</p> <p><b>Уметь:</b> определять способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ. Делает ошибки.</p>	<p><b>Знать:</b> современные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> определять современные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ.</p>	<p><b>Знать:</b> инновационные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.</p> <p><b>Уметь:</b> определять инновационные способы оценки соответствия качества выполняемых работ разработанным на предприятии регламентам и стандартам.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками определения способов оценки соответствия качества выполняемых работ.</p> <p><b>Знать:</b> инновационные специализированные</p>
ПК-6/завершающий	ПК-6.1 Применяет специализированные программы, исполь-			

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
	<p>зуемые в гостиничных комплексах</p> <p>ПК-6.4 Применяет специализированные программы, используемые на предприятиях питания</p>	<p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Делает ошибки.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах. Делает ошибки.</p> <p><b>Знать:</b> специализированные программы, используемые ис-</p>	<p>емых работ . Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые в гостиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы, используемые в гостиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемых в го-</p>	<p>программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p>питания <b>Уметь:</b> анализировать специализированные инновационные программы, используемые в гостиничных комплексах</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования инновационных специализированных программ, используемых в гостиничных комплексах</p> <p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые на предприятиях</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
ПК-7/завершающий	ПК-7.1 Обладает навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе	<p>пользуемые на предприятиях питания. Делает ошибки.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные программы, используемые на предприятиях питания. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования специализированных программ, используемые на предприятиях питания. Делает ошибки.</p> <p><b>Знать:</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p>	<p>стиничных комплексах. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Знать:</b> современные специализированные программы, используемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы, используемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемые на</p>	<p>питания</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать специализированные современные программы на предприятиях питания</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования современных специализированных программ, используемые на предприятиях питания</p> <p><b>Знать:</b> инновационными методами межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Уметь:</b> использовать инновационные методы межличностного и делового</p>



Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
		<p>ки.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать навыки межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Делает ошибки.</p>	<p>пользуемые на предприятиях питания. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Знать:</b> современными навыками межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка преподавателя.</p> <p><b>Уметь:</b> использовать современные методы межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка</p>	<p>общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p> <p><b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b> инновационными методами межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе</p>

Код компетенции/ этап	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций,	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
			<p>преподавателя.  <b>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</b>  современными межличностного и делового общения, переговоров, конфликтологии, проведения совещаний и собраний в трудовом коллективе. Допускается подсказка преподавателя.</p>	

**7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

Таблица 7.3 - Паспорт комплекта оценочных средств для текущего контроля успеваемости

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или её части)	Технология формирования	Оценочные средства		Описание шкал оценивания
				наименование	№№ заданий	
1	2	3	4	5	6	7

1.	<p>Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям. Характеристика и источники основных нутриентов. Требования к пищевому рациону.</p>	<p>УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7</p>	<p>Лекция, практическое занятия №1, СРС</p>	<p>С,Т,Р,КЗ</p>	<p>1-4</p>	<p>согласно таб. 7.1</p>
2.	<p>Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии го-</p>	<p>УК 7 ПК-5 ПК-6 ПК-7</p>	<p>Лекция, практическое занятия № 2, СРС</p>	<p>С,Т,Р,КЗ</p>	<p>5-6</p>	<p>согласно таб. 7.1</p>

<p>степриимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.</p>						
---	--	--	--	--	--	--

Примеры типовых контрольных заданий для проведения текущего контроля успеваемости по теме «Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания»

### **Вопросы в тестовой форме**

#### **1. Выбрать правильный ответ:**

##### **1. Пищевая ценность белка зависит от содержания:**

- А) в нём заменимых аминокислот
- Б) в нём незаменимых аминокислот
- В) и сбалансированности в нём незаменимых аминокислот
- Г) и сбалансированности в нём заменимых аминокислот

#### **Контрольные вопросы для собеседования**

1. Какие категории трудящихся (работников) имеют право на бесплатное получение лечебно-профилактического питания?

2. Каковы основные направления контроля за организацией лечебно-профилактического питания? 3. К каким последствиям приводит дефицит минеральных компонентов в пище?

4. К каким последствиям приводит избыток минеральных компонентов в пище?

5. В каком виде витаминные препараты дополнительно выдаются в рационах лечебно-профилактического питания?

### **Темы рефератов:**

1. Значение для здоровья человека принципов организации его питания.

2. Значение белковых компонентов пищи для организма человека.

3. Значение жировых компонентов пищи для организма человека.

4. Основные источники белковых компонентов пищи для лечебно-профилактического и диетического питания.

5. Основные источники жировых компонентов пищи для лечебно-профилактического и диетического питания.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения текущего контроля представлены в УММ по дисциплины.

### Типовые задания для промежуточной аттестации

*Промежуточная аттестация* по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет проводится в форме тестирования (бланкового).

Для тестирования используются контрольно-измерительные материалы (КИМ) – задания в тестовой форме, составляющие банк тестовых заданий (БТЗ) по дисциплине, утвержденный в установленном в университете порядке.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины, указанные в разделе 4 настоящей программы.

Все темы дисциплины отражены в КИМ в равных долях (%). БТЗ включает в себя не менее 100 заданий и постоянно пополняется.

Для проверки знаний используются вопросы и задания в различных формах:

- закрытой (с выбором одного или нескольких правильных ответов),
- открытой (необходимо вписать правильный ответ),
- на установление правильной последовательности,
- на установление соответствия.

Умения, навыки и компетенция проверяются с помощью задач (ситуационных, кейсового характера) и различного вида конструкторов. Все задачи являются многоходовыми, указывающими на уровень сформированности компетенций. Часть умений, навыков и компетенции прямо не отражена в формулировках задач, но может быть проявлена обучающимися при их решении.

В каждый вариант КИМ включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат КИМ позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Примеры типовых заданий для проведения  
Промежуточной аттестации обучающихся

**Задания в закрытой форме:**

**Какие жиры из перечисленных ниже имеют самую низкую усвояемость организмом человека?**

- А) свиной жир
- Б) говяжий жир
- В) рыбий жир
- Г) оливковое масло

**Задания в открытой форме:**

\_\_\_\_\_ обеспечивает наш организм питательными веществами, которые требуются ему для выработки энергии, образования тканей и поддержания их жизнедеятельности.

**Задание на установление правильной последовательности:**

**Перечислите в возрастающей последовательности овощи и фрукты по содержанию в них аскорбиновой кислоты:**

- А. Груши
- Б. Апельсины
- В. Яблоки
- Г. Черная смородина
- Д. Укроп

1[ ] → 2[ ] → 3 [ ] → 4[ ] → 5 [ ]

**Задание на установление соответствия:**

**Соотнесите названия видов основного суточного приема пищи с их описанием:**

Виды основного суточного приема пищи	Описание видов
1.Завтрак	А)Включает наряду с бутербродом напиток либо свежие фрукты
2.Второй завтрак (полдник)	Б)Целесообразно начинать с салата, затем основное энергоёмкое блюдо,затем тонизирующий напиток
3.Обед	В)Включает легко перевариваемые блюда из рыбы, молочных продуктов, яиц,а также напитки,не возбуждающий нервную систему
4.Ужин	Г)Состоит из блюд,содержание которых может обеспечить компенсацию энергозатрат,произведённых во время трудовой деятельности

**Компетентностно-ориентированная задача:**

*Задание. Прочитать текст и ответить на поставленные вопросы.*

В настоящее время проблема алиментарных и алиментарно-обусловленных заболеваний довольно таки серьезно оценивается во многих странах мира. Последствия несоблюдения гигиенических требований при организации питания очень разнообразны. Специалисты медицинского профиля, работающие и в профилактической, и в клинической отраслях, вынуждены сталкиваться с вопросами выявления, лечения, профилактики алиментарных и алиментарно-обусловленных заболеваний.

1. Дайте определение “алиментарное заболевание”.
2. Что является главным фактором алиментарных заболеваний?
3. Перечислите алиментарные заболевания по типу избыточности питания.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в УММ по дисциплине.

#### 7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, регулируются следующими нормативными актами университета:

- Положение П 02.016–2015 «О балльно-рейтинговой системе оценки качества освоения образовательных программ»;
- методические указания, используемые в образовательном процессе, указанные в списке литературы.

Для *текущего контроля* по дисциплине в рамках действующей в университете балльно-рейтинговой системы применяется следующий порядок начисления баллов:

Таблица 7.4 – Порядок начисления баллов в рамках БРС

Форма контроля	Минимальный балл		Максимальный балл	
	балл	примечание	балл	примечание
Теоретические основы современных систем и концепций питания. Основы рационального питания. Концепция сбалансированного питания. Особенности обмена веществ и энергии организма. Физиологические нормы потребления. Адекватность возрастным возможностям.- Характеристика и источники основных нутриентов Требования к пищевому рациону.	5	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	10	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
Гигиенические принципы режима и организации питания в индустрии гостеприимства. Химический состав и энергетическая ценность рациона питания. Витамины. Микроэлементы Меню-раскладка блюд. Основы питьевого режима. Здоровый образ жизни и питание. Мировой и отечественный опыт организации питания.	5	Материал усвоен, доля правильных ответов менее 50%	10	Материал усвоен, доля правильных ответов более 50%
СРС	8	Выполнил, доля правильных ответов менее 50%	16	Выполнил, доля правильных ответов более 50%



Итого	18		36	
Посещаемость	-		14	
Экзамен	-		64	
Итого	-		100	

Для промежуточной аттестации обучающегося, проводимой в виде тестирования, используется следующая методика оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности. В каждом варианте КИМ – 16 заданий (15 вопросов и одна задача).

Каждый верный ответ оценивается следующим образом:

- задание в закрытой форме – 2 балла,
- задание в открытой форме – 2 балла,
- задание на установление правильной последовательности – 2 балла,
- задание на установление соответствия – 2 балла,
- решение компетентностно - ориентированной задачи – 6 баллов.

Максимальное количество баллов за тестирование – 36 баллов.

**8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

## 8.1 Основная литература

1. Васюкова, А.Т. Технология кулинарной продукции за рубежом : [Электронный ресурс] : учебник / А.Т. Васюкова, В.Ф. Пучкова, Н.И. Мячикова. - М. : Дашков и Ко, 2017. - 368 с. - (Учебные издания для бакалавров). - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230056> (Дата обращения 08.09.2020).

2. Трухачев, А. В. Туризм. Введение в туризм [Электронный ресурс] : учебник / А. В. Трухачев, И. Таранова. - Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2013. - 396 с. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233099>

## 8.2 Дополнительная литература

3. Волков, Ю. Ф. Гостиничный и туристский бизнес [Текст] : учебное пособие / Ю. Ф. Волков. - 2-е изд. - Ростов н/Д. : Феникс, 2009. - 637 с.

4. Гостиничный бизнес и индустрия размещения туристов [Текст]: учебное пособие / И. С. Барчуков [и др.]. - 3-е изд., перераб. - Москва : КноРус, 2014. - 168 с.

5. Коротеева, Н. Н. История гостиничного дела [Текст] : учебное пособие : [для студентов, обуч. по направ. подготовки 43.03.02 "Туризм" и 43.03.03 "Гостиничное дело"] / Н. Н. Коротеева ; Юго-Зап. гос. ун-т, Кафедра истории и социально-культурного сервиса. - Курск : ЮЗГУ, 2016. - 111 с.

6. Рябова, И.А. Словарь международных туристских терминов [Электронный ресурс] / И.А. Рябова, Д.К. Исмаев, С.Н. Путилина. — Москва : Издательство Книгодел, 2005. — 466 с. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=63594> (Дата обращения 08.09.2020).

7. Петрова, Т.В. Особенности регулирования делового туризма в регионе: концепция развития делового туризма на основе использования потенциала дестинации : [Электронный ресурс] : монография / Т.В. Петрова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 165 с. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278051> (Дата обращения 08.09.2020).

## . 8.3 Перечень методических указаний

1. Культура питания народов мира [Электронный ресурс] : методические рекомендации по изучению дисциплины для студентов по направлениям подготовки

43.03.02 «Туризм» и 43.03.03 «Гостиничное дело» / ЮЗГУ ; сост. Л.А. Ломова. - Электрон.текстовые дан. (291 КБ). - Курск : ЮЗГУ, 2017. - 17 с. - Библиогр.: с. 17.

2. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для студентов всех направлений и форм обучения / Юго-Зап. гос. ун-т; сост. Н.Е. Горюшкина (Электрон. текстовые дан. (762 КБ). – Курск: ЮЗГУ, 2015. – 41 с.

#### **8.4 Другие учебно-методические материалы**

Карты, схемы, планы, отражающие наиболее известные исторические события.

#### **9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

- университетская библиотека ONLINE — <http://biblioclub.ru> (договор № 76 от 25.08.2015 г. на период с 10.09.2015 г. по 09.09.2016 г.)
- научная электронная библиотека — <http://elibrary.ru> (лицензионное соглашение № 919 от 2 февраля 2012 г. (бессрочное))

#### **10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное усвоение учебной дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее изучения путем планомерной работы. Основными видами аудиторной работы при изучении дисциплины являются лекции и практические занятия.

Обучающийся должен активно участвовать в выполнении видов практических работ, определенных для данной дисциплины. В этой связи при проработке лекционного материала обучающиеся должны иметь в виду, что в лекциях раскрываются наиболее значимые вопросы учебного материала. Остальные осваиваются в ходе других видов занятий и самостоятельной работы над учебным материалом.

Следует иметь в виду, что все разделы и темы дисциплины представлены в дидактически проработанной последовательности, что предусматривает логическую стройность курса и продуманную систему освоения обучающимися учебного материала, поэтому нельзя приступать к изучению последующих тем (разделов), не усвоив предыдущих. В ходе лекционных занятий студент должен конспектировать учебный материал, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы,

дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины завершают практические занятия. Они предназначены для расширения и углубления знаний по учебной дисциплине, формирования умений и компетенций, предусмотренных стандартом.

Практическому занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материала, полученного на лекциях, и материалов, изложенных в основной литературе и, желательно, в дополнительной литературе, используемой для расширения объема знаний по теме (разделу), в Интернет-ресурсах.

По согласованию с преподавателем или по его заданию студенты готовят рефераты, презентации, доклады по отдельным темам дисциплины.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает по результатам тестирования, собеседования, устных и письменных ответов на контрольные вопросы по темам практических работ, уровню подготовки рефератов, презентаций, докладов.

Преподаватель на первых занятиях объясняет студентам, какие формы обучения следует использовать при самостоятельном изучении дисциплины «Введение в направление подготовки и планирование профессиональной карьеры»: конспектирование учебной литературы и лекции, составление словарей понятий и терминов и т. п.

В процессе обучения преподаватели используют активные формы работы со студентами: чтение лекций, привлечение студентов к творческому процессу на лекциях, контроль путем отработки студентами пропущенных лекции, участие в групповых и индивидуальных консультациях (собеседовании). Эти формы способствуют выработке у студентов умения работать с учебником и литературой. Изучение литературы составляет значительную часть самостоятельной работы студента. Это большой труд, требующий усилий и желания студента. В самом начале работы над книгой важно определить цель и направление этой работы. Прочитанное следует закрепить в памяти. Одним из приемов закрепления освоенного материала является конспектирование, без которого немислима серьезная работа над литературой. Систематическое конспектирование помогает научиться правильно, кратко и четко излагать своими словами прочитанный материал.

Самостоятельную работу следует начинать с первых занятий. От занятия к занятию нужно регулярно прочитывать конспект лекций, знакомиться с соответствующими разделами учебника, читать и конспектировать литературу по каждой теме дисциплины. Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю по вопросам дисциплины с целью освоения и закрепления компетенции, закрепленной за дисциплиной.

Основная цель самостоятельной работы студента при изучении дисциплины» –закрепить теоретические знания, полученные в процессе лекционных занятий, а также сформировать практические навыки поиска исторической информации.

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

Libreofficeоперационная система Windows  
Антивирус Касперского (или ESETNOD)

### **12Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Стандартно оборудованная аудитория.

Комплект мультимедийного оборудования 1: ноутбук ASUS X50VL PMDT2330/14/1024/Mb/160Gb; проектор inFocusIN24+, экран, аудиокolonки.

Комплект мультимедийного оборудования 2: ноутбук HP 250 Gb 15,6" (HD i5-7200U/4Gb/DVD); проектор Benq MV533, экран, аудиокolonки.

### **13 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

*Для лиц с нарушением слуха* возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

*Для лиц с нарушением зрения* допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении

промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

*Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).*

**14 Лист дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу дисциплины**

Номер изменения	Номера страниц				Всего страниц	Дата	Основание для изменения и подпись лица, проводившего изменения
	измененных	замененных	аннулированных	новых			