

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Силин Яков Петрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 09.09.2021 14:45:14
Уникальный идентификатор документа:
24f866be2aca16484036a8cbb3c509a9531e605f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «Уральский государственный экономический университет»

Одобрена
на заседании кафедры

16.12.2019 г.
протокол № 5
Зав. кафедрой Чугунова О.В.

Утверждена
Советом по учебно-методическим вопросам
и качеству образования



15 января 2020 г.
протокол № 5
Председатель

(Handwritten signature)
Карх Д.А.
(подпись)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Валеология
Направление подготовки	19.03.04 ТЕХНОЛОГИЯ ПРОДУКЦИИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ
Профиль	Технология продукции и организация ресторанного бизнеса
Форма обучения	очная
Год набора	2020
Разработана:	
Доцент, к.т.н.	
Кокорева Лариса Анатольевна	

Екатеринбург
2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	3
3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ	3
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОПОП	3
5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	4
6. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ	4
7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	7
8. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	9
9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	9
10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ОНЛАЙН КУРСОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	10
11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	10

ВВЕДЕНИЕ

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы бакалавриата, разработанной в соответствии с ФГОС ВО

ФГОС ВО	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 19.03.04 ТЕХНОЛОГИЯ ПРОДУКЦИИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 12.11.2015г. №1332)
ПС	

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения учебной дисциплины «Валеология» является формирование компетенций, направленных на владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов оздоровления и самовоспитания для укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Промежуточный контроль	Часов				3.е.
	Всего за семестр	Контактная работа .(по уч.зан.)		Самостоятельная работа в том числе подготовка контрольных и курсовых	
		Всего	Практические занятия, включая курсовое проектирование		
Семестр 5					
Зачет	72	28	28	44	2

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОПОП

В результате освоения ОПОП у выпускника должны быть сформированы компетенции, установленные в соответствии ФГОС ВО.

Общепрофессиональные компетенции (ОПК)

Шифр и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-1 способностью осуществлять поиск, хранение, обработку и анализ информации из различных источников и баз данных, представлять ее в требуемом формате с использованием информационных, компьютерных и сетевых технологий	ИД-1.ОПК-1 Знает основы информационной культуры, компьютерные и сетевые технологии. Умеет осуществлять поиск, хранение, обработку и анализ информации из различных источников и баз данных. Владеет навыками использования полученной информации в требуемом формате в решении задач профессиональной деятельности

Профессиональные компетенции (ПК)

Шифр и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций
научно-исследовательская	
ПК-24 способностью проводить исследования по заданной методике и анализировать результаты экспериментов	ИД-1.ПК-24 Знать: методику проведения экспериментов. Уметь: проводить исследования по заданной методике, анализировать полученные результаты. Владеть навыками (трудовые действия) содержательной интерпретации полученных результатов.

5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Тема	Наименование темы	Всего часов	Контактная работа (по уч.зан.)			Самост. работа	Контроль самостоятельной работы
			Лекции	Лабораторные	Практические занятия		
			Часов				
Семестр 5		72					
Тема 1.	Валеология как новое направление науки о здоровье человека	4			1	3	
Тема 2.	Определение физического состояния здоровья	8			3	5	
Тема 3.	Определение психологического и социального состояния здоровья	7			4	3	
Тема 4.	Питание, как основа здоровья человека. Основы рационального питания	5			2	3	
Тема 5.	Новые функционально значимые продукты питания	11			4	7	
Тема 6.	Режим труда и отдыха. Нормы физиологических потребностей	7			2	5	
Тема 7.	Правила составления новых рецептур, сводной таблицы рецептур, технологических и аппаратно-технологических схем	7			4	3	
Тема 8.	Разработка технико-технологических карт на новые блюда. Расчет пищевой ценности.	7			4	3	
Тема 9.	Составление недельного рациона питания с использованием новых продуктов.	7			2	5	
Тема 10.	Современные научные теории и концепции питания. Нетрадиционное и диетическое питание.	9			2	7	

6. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ

Раздел/Тема	Вид оценочного средства	Описание оценочного средства	Критерии оценивания
Текущий контроль (Приложение 4)			

Новые функционально значимые продукты питания	Тест №1 (Приложение 4)	Количество вопросов – 10. По 1-баллу за каждый верный ответ	до 10 баллов
Современные научные теории и концепции питания. Нетрадиционное и диетическое питание.	Тест №2 (Приложение 4)	Количество вопросов – 10 по 1 баллу за каждый верный ответ	до 10 баллов
Режим труда и отдыха. Нормы физиологических потребностей	Презентация (Приложение 4)	Понимание вопроса, аргументированность ответа, авторская позиция	до 10 баллов
Составление недельного рациона питания с использованием новых продуктов.	Презентация (Приложение 4)	Понимание вопроса, аргументированность ответа, авторская позиция	до 10 баллов
Темы 1...10	Проблемная дискуссия (Приложение 4)	Оценивается полнота и достоверность изложения материала, использование дополнительных источников информации по данной теме, умение грамотно, четко, структурировано излагать свои мысли, выслушать товарищей, сделать выводы по вопросу	до 10 баллов
Промежуточный контроль (Приложение 5)			
5 семестр (За)	Экзаменационные билеты (Приложение 5)	2 теоретических вопроса. Теоретические знания: понимание сущности вопроса, умение логично изложить теоретическое содержание, владение терминологией дисциплины 1 практический вопрос (задача). Оценивается правильное понимание и грамотное формулирование проблемы, применение понятийного аппарата в обоснование выбора метода и собственно решения, правильность интерпретации результата	до 50 баллов

ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Показатель оценки освоения ОПОП формируется на основе объединения текущей и промежуточной аттестации обучающегося.

Показатель рейтинга по каждой дисциплине выражается в процентах, который показывает уровень подготовки студента.

Текущая аттестация. Используется 100-балльная система оценивания. Оценка работы студента в течении семестра осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки учебных достижений в процессе обучения по данной дисциплине.

В рабочих программах дисциплин и практик закреплены виды текущей аттестации, планируемые результаты контрольных мероприятий и критерии оценки учебных достижений.

В течение семестра преподавателем проводится не менее 3-х контрольных мероприятий, по оценке деятельности студента. Если посещения занятий по дисциплине включены в рейтинг, то данный показатель составляет не более 20% от максимального количества баллов по дисциплине.

Промежуточная аттестация. Используется 5-балльная система оценивания. Оценка работы студента по окончании дисциплины (части дисциплины) осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки достижений студента в процессе обучения по данной дисциплине. Промежуточная аттестация также проводится по окончании формирования компетенций.

Порядок перевода рейтинга, предусмотренных системой оценивания, по дисциплине, в пятибалльную систему.

Высокий уровень – 100% - 70% - отлично, хорошо.

Средний уровень – 69% - 50% - удовлетворительно.

Показатель оценки	По 5-балльной системе	Характеристика показателя
100% - 85%	отлично	обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на высоком уровне
84% - 70%	хорошо	обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов. Могут быть допущены недочеты, исправленные студентом самостоятельно в процессе работы (ответа и т.д.)
69% - 50%	удовлетворительно	обладают общими теоретическими знаниями, умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на среднем уровне. Допускаются ошибки, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.
49 % и менее	неудовлетворительно	обладают не полным объемом общих теоретическими знаниями, не умеют самостоятельно применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов. Не сформированы умения и навыки для решения
100% - 50%	зачтено	характеристика показателя соответствует «отлично», «хорошо», «удовлетворительно»
49 % и менее	не зачтено	характеристика показателя соответствует «неудовлетворительно»

7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.2 Содержание практических занятий и лабораторных работ

<p>Тема 1. Валеология как новое направление науки о здоровье человека Валеология как область научного знания. Предмет и методы валеологии. Понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни». Сущность, факторы, уровни, виды здоровья. Качество-количество здоровья. Здоровье и болезнь. Сущность здорового образа жизни. Его компоненты и их взаимосвязь.</p>
<p>Тема 2. Определение физического состояния здоровья Физическое развитие и здоровье. Наследственность и здоровье. Адаптация и здоровье. Типы телосложений. Понятие о гармоничном телосложении. Оценка функционального состояния организма.</p>
<p>Тема 3. Определение психологического и социального состояния здоровья Различные подходы в понимании психического здоровья и нездоровья. Психические функции: характеристика, диагностика, развитие. Понятие основных психических функций. Поведение, характер. Акцентуации. Самовоспитание, самопознание и саморегуляция.</p>
<p>Тема 4. Питание, как основа здоровья человека. Основы рационального питания Затраты энергии и ее возмещение. Сбалансированность питания первого порядка. Сбалансированность питания второго порядка. Белки, жиры, углеводы в питании человека. Макроэлементы, микроэлементы и витамины в питании человека.</p>
<p>Тема 5. Новые функционально значимые продукты питания Поиск и выбор функционально значимых продуктов питания.</p>
<p>Тема 6. Режим труда и отдыха. Нормы физиологических потребностей Режим питания и отдыха студента. МР 2.3.1.2432-08 Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации</p>
<p>Тема 7. Правила составления новых рецептов, сводной таблицы рецептов, технологических и аппаратно- технологических схем Разработка сводной таблицы рецептов блюд с выбранными продуктами функционального назначения. Составление технологических и аппаратно-технологических схем на данные блюда.</p>
<p>Тема 8. Разработка технико-технологических карт на новые блюда. Расчет пищевой ценности. Правила разработки и составление ТТК на разработанные рецептуры по правилам действующих нормативных документов.</p>
<p>Тема 9. Составление недельного рациона питания с использованием новых продуктов. Составление недельного рациона питания с использованием новых рецептов с учетом режима питания</p>
<p>Тема 10. Современные научные теории и концепции питания. Нетрадиционное и диетическое питание. Основные научные теории и концепции нетрадиционного и диетического питания.</p>

7.3. Содержание самостоятельной работы

<p>Тема 1. Валеология как новое направление науки о здоровье человека Проблемная дискуссия</p>
<p>Тема 2. Определение физического состояния здоровья Проблемная дискуссия</p>
<p>Тема 3. Определение психологического и социального состояния здоровья Проблемная дискуссия</p>
<p>Тема 4. Питание, как основа здоровья человека. Основы рационального питания Проблемная дискуссия</p>
<p>Тема 5. Новые функционально значимые продукты питания Проблемная дискуссия. Разработка и защита презентации</p>
<p>Тема 6. Режим труда и отдыха. Нормы физиологических потребностей Проблемная дискуссия. Тест №1</p>
<p>Тема 7. Правила составления новых рецептов, сводной таблицы рецептов, технологических и аппаратно- технологических схем Проблемная дискуссия</p>
<p>Тема 8. Разработка технико-технологических карт на новые блюда. Расчет пищевой ценности. Проблемная дискуссия</p>

Тема 9. Составление недельного рациона питания с использованием новых продуктов.

Проблемная дискуссия. Тест №2

Тема 10. Современные научные теории и концепции питания. Нетрадиционное и диетическое питание.

Проблемная дискуссия. Разработка и защита презентации по теме занятия.

7.3.1. Примерные вопросы для самостоятельной подготовки к зачету/экзамену
Приложение 1

7.3.2. Практические задания по дисциплине для самостоятельной подготовки к зачету/экзамену
Приложение 2

7.3.3. Перечень курсовых работ
не предусмотрено

7.4. Электронное портфолио обучающегося
Материалы не размещаются

7.5. Методические рекомендации по выполнению контрольной работы
не предусмотрено

7.6 Методические рекомендации по выполнению курсовой работы
не предусмотрено

8. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

По заявлению студента

В целях доступности освоения программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья при необходимости кафедра обеспечивает следующие условия:

- особый порядок освоения дисциплины, с учетом состояния их здоровья;
- электронные образовательные ресурсы по дисциплине в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- изучение дисциплины по индивидуальному учебному плану (вне зависимости от формы обучения);
- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии, которые предусматривают возможности приема-передачи информации в доступных для них формах.
- доступ (удаленный доступ), к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определен РПД.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Сайт библиотеки УрГЭУ

<http://lib.usue.ru/>

Основная литература:

1. Прохорова Э. М.. Валеология: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки 43.03.01 «Сервис» (квалификация (степень) «бакалавр»). - Москва: ИНФРА -М, 2016. - 256 с.

2. Чадова М. И., Пименова С. Н., Лесникова Н. А.. Валеология: учебное пособие. - Екатеринбург: [Издательство УрГЭУ], 2013. - 71 с.

Дополнительная литература:

1. Петрушин В. И., Петрушина Н. В.. Валеология: учебное пособие. - Москва: Гардарики, 2002. - 431 с.

2. Прохорова Э. М.. Валеология: словарь терминов и понятий [Электронный ресурс]:. - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2016. - 110 с. – Режим доступа: <https://new.znaniium.com/catalog/product/511721>

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ОНЛАЙН КУРСОВ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Перечень лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows 10 .Акт предоставления прав № Tr060590 от 19.09.2017. Срок действия лицензии 30.09.2020.

Astra Linux Common Edition. Договор № 1 от 13 июня 2018, акт от 17 декабря 2018. Срок действия лицензии - без ограничения срока.

Microsoft Office 2016. Акт предоставления прав № Tr060590 от 19.09.2017. Срок действия лицензии 30.09.2020.

МойОфис стандартный. Соглашение № СК-281 от 7 июня 2017. Дата заключения - 07.06.2017. Срок действия лицензии - без ограничения срока.

Перечень информационных справочных систем, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

-Справочно-правовая система Консультант +. Договор № 194-У-2019 от 09.01.2020. Срок действия лицензии до 31.12.2020

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Реализация учебной дисциплины осуществляется с использованием материально-технической базы УрГЭУ, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий и научно-исследовательской и самостоятельной работы обучающихся:

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения всех видов занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду УрГЭУ.

Все помещения укомплектованы специализированной мебелью и оснащены мультимедийным оборудованием спецоборудованием (информационно-телекоммуникационным, иным компьютерным), доступом к информационно-поисковым, справочно-правовым системам, электронным библиотечным системам, базам данных действующего законодательства, иным информационным ресурсам служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа презентации и другие учебно-наглядные пособия. обеспечивающие тематические иллюстрации.