



РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ
Заместник-министър на образованието и науката

ЗАПОВЕД
№ РД 09 -/..... 2022 г.

На основание чл. 13д, ал. 1 и ал. 2, т. 1 от Закона за професионалното образование и обучение, при спазване изискванията на чл. 6б, ал. 1 и 2 от Административнопроцесуалния кодекс, и във връзка с осигуряването на обучението по учебен предмет, и Заповед № РД 09-3708//23.08.2017 г. на министъра на образованието и науката

УТВЪРЖДАВАМ

Учебна програма за специфична професионална подготовка по учебен предмет **наука за храненето - теория** за специалност код **5240301 „Осигуряване на продуктова информация“** от професия код **5240301 „Консултант на козметични, парфюмерийни, биологични продукти и битова химия“** от професионално направление код **524 „Химични продукти и технологии“**.

Учебната програма влиза в сила от учебната 2022/2023 година.

X

МАРИЕТА ГЕОРГИЕВА
Зам.-министър на образованието и науката

Приложение

МИНИСТЕРСТВО НА ОБРАЗОВАНИЕТО И НАУКАТА

У Ч Е Б Н А П Р О Г Р А М А

за отраслова професионална подготовка

по

НАУКА ЗА ХРАНЕНОТО

теория

Утвърдена със Заповед № РД 09-..... /2022 г.

ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ

код 524 „Химични продукти и технологии“

ПРОФЕСИЯ:

код 524030 „Консултант козметични, парфюмерийни, биологични продукти
и битова химия“

СПЕЦИАЛНОСТ:

код 5240301 „Осигуряване на продуктова информация“

София, 2022 г.

I. ОБЩО ПРЕДСТАВЯНЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА

Учебният предмет **наука за храненето – теория** е част от отрасловата професионална подготовка по специалност **„Осигуряване на продуктова информация“** от професия **„Консултант на козметични, парфюмерийни, биологични продукти и битова химия“** от професионално направление **„Химични продукти и технологии“** от Списъка на професиите за професионално образование и обучение по чл.6 от Закона за професионално образование и обучение.

С цел оптимизиране процеса на усвояване на знания и умения, учебното съдържание е структурирано в девет раздела. В процеса на обучението учениците ще получат знания за здравословното хранене, видовете вещества и храни, от които се нуждае човешкият организъм, както и начините на хранене при различни видове заболявания, включително хранене при различни групи от населението – бременни, възрастни хора и спортисти. Специално място е отделено на храненето на бебета, вегетарианци и вегани.

В резултат на получените теоретични знания учениците ще придобият практически умения и компетентности за решаване на конкретни задачи и проблеми, свързани с консултиране и насочване на потребителите към най-подходящия за тях режим на хранене.

Голямата по обем и разнообразна по съдържание научна информация налага обучението да се извършва в добре оборудвани специализирани кабинети. Приложният характер на учебния предмет изисква онагледяване с разнообразни дидактически материали, научна и справочна литература.

II. ЦЕЛИ НА ОБУЧЕНИЕТО ПО УЧЕБНИЯ ПРЕДМЕТ

Основната цел на обучението по предмета **наука за храненето - теория** е учениците да усвоят специфичните термини и понятия, основните вещества и съставки на храните за здравословно хранене, здравословното хранене при различни групи от населението и храненето при различни здравословни проблеми. Да придобият умения за идентифициране на веществата, доставящи енергия и тяхното действие върху човешкия организъм. Да определят хранителната стойност на веществата, доставящи енергия. Да характеризират и класифицират витамини и минерали. Да консултират при изчисляване на индекс на телесна маса и да консултират избора на здравословни храни при различни здравословни проблеми.

III. РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНОТО ВРЕМЕ

Общият брой учебни часове по учебния предмет **наука за храненето – теория** е **54 часа** за дневна форма на обучение и **54 часа** за дуална форма на обучение, които се разпределят XI клас.

IV. УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ

Структурирането на учебното съдържание е по раздели и теми. За всеки раздел в програмата са записани препоръчителен брой учебни часове и теми. Учителят конкретизира броя на учебните часове за всяка тема в съответствие с посочените за раздела. Учителят разпределя броя на часовете, предвидени по учебния план и по учебната програма в тематичния си работен план.

За постигане целите на обучението учителят разпределя учебните часове за нови знания и умения, упражнения и контрол.

№	Наименование на разделите и темите	брой часове
1.	Въведение	2
1.1.	Здравословно хранене. Ежедневна нужда от енергия.	
2.	Вещества, източници на енергия	6
2.1.	Нужда от хранителни вещества. Калоричност на хранителните вещества.	
2.2.	Въглехидрати, мазнини, протеини.	
3.	Витамини	6
3.1.	Водоразтворими витамини. Източници на витамини. Действие на витамините.	
3.2.	Мастноразтворими витамини. Източници на витамини. Действие на витамините.	
4.	Минерали. Класификация и действие на минералите	4
4.1.	Микроелементи.	
4.2.	Макроелементи.	
5.	Хранителни добавки и чай	6
5.1.	Класификация, състав и действие на хранителните добавки.	
5.2.	Употребявани групи вещества.	
5.3.	Чай.	
6.	Фибри и вода	4
6.1.	Състав, действие и източници на фибри.	
6.2.	Характеристика на водата. Води с различно съдържание на витамини и минерали.	
7.	Здравословно хранене	8
7.1.	Зърнени култури и брашна. Псевдозърнени култури и семена.	
7.2.	Ядки и семена и зародиши. Специални растителни масла.	
7.3.	Бобови растения. Мляко от неживотински произход.	
8.	Хранене при различни групи от населението	6
8.1.	Адаптивна храна, хранене при бременност и кърмене.	
8.2.	Хранене при възрастни и спортисти.	
8.3.	Веганство и вегетарианство.	
9.	Хранене при различна обмяна на вещества и болести на метаболизма	12
9.1.	Хранене при наднормено и поднормено тегло.	
9.2.	Методи за изчисляване на индекс на телесната маса.	
9.3.	Хранене при диабет, хипертония, остеопороза и заболяване на стомашно-чревния тракт.	
9.4.	Хранене при непоносимост към различни продукти и алергии.	

V. ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ ОТ УЧЕНЕТО

В резултат от обучението по предмета наука за храненето, обучаемите трябва

да знаят:

- специфични термини и понятия;
- основните вещества и съставки на храните за здравословно хранене;
- основните видове храни;
- здравословното хранене при различни групи от населението;
- здравословното хранене при различни здравословни проблеми;

да умеят да:

- разпознават веществата доставящи енергия и тяхното действие върху човешкия организъм;
- определят хранителната стойност на веществата доставящи енергия;
- характеризират и класифицират витамини и минерал;
- консултират избора на здравословни храни при различни здравословни проблеми;
- консултират при изчисляване на индекс на телесна маса;
- организират и подпомагат самостоятелната и екипна работа.

да придобият компетентности за:

- консултиране на клиента за състава и действието на подходящи продукти, препарати и добавки;
- класифициране и характеризиране на продуктите за здравословно хранене;
- установяване на зависимост между състав, действие и предназначение на продукти за здравословно хранене;
- разрешаване на потребителски проблеми;
- адекватна реакция при нестандартна работна ситуация;
- самостоятелно вземане на решения и работа в екип.

VI. АВТОРСКИ ЕКИП:

1. инж. Илка Вардарова – гл. учител в ПГЕБ „Проф. д-р Асен Златаров“, гр. София
2. д-р инж. Филис Ботева – учител в ПГЕБ „Проф. д-р Асен Златаров“, гр. София
3. Маргарита Василева – експерт обучение и развитие в дМ България ЕООД
4. Вера Калудова – експерт обучение и развитие в дМ България ЕООД
5. Проф. д-р Иво Вълчев – преподавател в ХТМУ, София

VII. ЛИТЕРАТУРА

6. Евелине Бауман, Дагмар Дакснер. Наука за храненето. WКОН, 2015
7. Томас Файхтингер, Елизабет Мандл, Сузана Нидан Файхтингер. Шуслерови соли. „Кибеа“, 2013
8. Маркова, П. „Растителни масла за всеки ден“, „Жануа 98“, 2020