



РЕПУБЛИКА БЪЛГАРИЯ
Заместник-министър на образованието и науката

ЗАПОВЕД
№ РД 09 - 4223/08.09.2022 г.

На основание чл. 13д, ал. 2, т. 1 от Закона за професионалното образование и обучение, при спазване изискванията на чл. 66, ал. 1 и 2 от Административнопроцесуалния кодекс, и във връзка с осигуряването на обучението по учебен предмет, и Заповед № РД 09-3893/15.08.2022 г. на министъра на образованието и науката

УТВЪРЖДАВАМ

Учебна програма за отраслова професионална подготовка по учебен предмет **наука за храненето - теория** за специалност код **5240301 „Осигуряване на продуктова информация“** от професия код **524030 „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.

Х

МАРИЯ ГАЙДАРОВА
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 09-4223/08.09.2022 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 учебната програма са записани препоръчителен брой учебни часове. Учителят конкретизира броя на учебните часове за всяка тема в зависимост от възможностите и интересите на учениците, методите на обучение и планираната в училищния учебен план разширена професионална подготовка.

№	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.	
	Общ брой часове	54

V. ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ ОТ УЧЕНОТО

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 да:

- консултират клиента за състава и действието на подходящи продукти, препарати и добавки;
- класифицират и характеризират продуктите за здравословно хранене;
- установяват зависимост между състав, действие и предназначение на продукти за здравословно хранене;
- разрешават потребителски проблеми;
- реагират адекватно при нестандартна работна ситуация;
- самостоятелно вземат решения;
- работят в екип.

VI. АВТОРСКИ ЕКИП:

1. инж. Илка Вардарова – главен 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, гр. София