

АХМЕТ БАЙТУРСЫНҰЛЫ АТЫНДАҒЫ ҚОСТАНАЙ Өңірлік Университеті
КОСТАНАЙСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ АХМЕТ БАЙТУРСЫНҰЛЫ
AKHMET BAITURSYNULY KOSTANAY REGIONAL UNIVERSITY



**ҚОСЫМША БІЛІМ БЕРУ
БАҒДАРЛАМАСЫ
(MINOR)
ТИІМДІ ТАМАҚТАНУ-СІЗДІҢ
ДЕНСАУЛЫҒЫҢЫЗДЫҢ КЕПІЛІ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ – ЗАЛОГ ВАШЕГО
ЗДОРОВЬЯ
(MINOR)**

**ADDITIONAL
EDUCATIONAL PROGRAM
(MINOR)
RATIONAL NUTRITION IS THE KEY TO YOUR
HEALTH**

ҚОСТАНАЙ, 2025

ӘЗІРЛЕУШІЛЕР/ РАЗРАБОТЧИКИ// DEVELOPERS:

Елеусизова Анара Тулегеновна, ветеринариялық санитария кафедрасының қауымдастырылған профессоры м.а., PhD докторы / Елеусизова Анара Тулегеновна, и.о.ассоциированного профессора кафедры ветеринарной санитарии, PhD доктор / Eleusizova Anara Tulegenovna, Acting Associate Professor, PhD

Еріш Нұрбол Амантайұлы, Азық-түлік қауіпсіздігі және биотехнология кафедрасының аға оқытушысы / Еріш Нұрбол Амантайұлы, старший преподаватель кафедры продовольственной безопасности и биотехнологии / Yerish Nurbol Amantayuly, Senior Lecturer of the Department of Food Security and Biotechnology

Ахмет Байтұрсынұлы атындағы ҚӨУ-дың оқу-әдістемелік кеңес отырысында бекітілді, 28.01.2025 ж. № 1 хаттама

Утвержден на заседании учебно-методического совета КРУ имени Ахмет Байтұрсынұлы, протокол от 28.01.2025 г. № 1

Published by decision educational and methodical council of the Akhmet Baitursynuly Kostanay Regional University (Protocol № 1 from 28.01.2025)

Курстың қысқаша сипаттамасы / Краткое описание курса / Brief description of the course:

/«Тиімді тамақтану - сіздің денсаулығыңыздың кепілі» қосымша білім беру бағдарламасы барлық білім беру бағдарламаларына арналған.

Болашақ мамандар салауатты өмір салтын жүргізу, адам ағзасы мен қоршаған ортаның өзара іс-қимылын бағалау, организмге оң немесе теріс әсер ететін қоршаған орта факторларын анықтау, сыртқы ортаны сауықтыруға және халықтың денсаулығын нығайтуға бағытталған іс-шараларды әзірлеу бойынша гигиеналық іс-шараларды жүргізу үшін негізгі теориялық білімдер мен практикалық дағдыларды қолданады. Ислам нормаларына сәйкес келетін өнімнің сапасын техникалық реттеу, сертификаттау және бақылау қағидаттарын зерделеуді қамтиды. Білім алушыларда тауартану негіздері, ыдыс пен қаптаманың негізгі қасиеттерінің сипаттамасы, тұтыну тауарларына арналған ыдыс пен қаптаманың түрлері бойынша білімді қалыптастыру.

/Дополнительная образовательная программа «Рациональное питание – залог вашего здоровья» предназначена для всех образовательных программ.

Будущие специалисты применяют базовые теоретические знания и практические навыки для проведения гигиенических мероприятий по ведению здорового образа жизни, оценке взаимодействия организма человека и окружающей среды, умению идентифицировать факторы среды, оказывающие положительное или отрицательное воздействие на организм, разработке мероприятий, направленных на оздоровление внешней среды и укрепление здоровья населения. Включает изучение принципов технического регулирования, сертификации и контроля качества продукции, соответствующей исламским нормам. Формирование у студентов знаний по основам товароведения, характеристике основных свойств тары и упаковки, видам тары и упаковки для потребительских товаров.

/The additional educational program "Rational nutrition is the key to your health" is intended for all educational programs.

Future specialists apply basic theoretical knowledge and practical skills to conduct hygienic measures to maintain a healthy lifestyle, assess the interaction of the human body and the environment, the ability to identify environmental factors that have a positive or negative impact on the body, develop measures aimed at improving the external environment and strengthening the health of the population. It includes the study of the principles of technical regulation, certification and quality control of products that comply with Islamic standards. Formation of students' knowledge on the basics of commodity science, characteristics of the main properties of containers and packaging, types of containers and packaging for consumer goods.

Мақсаты/Цель/Aim:

Білім алушыларда тамақтану гигиенасы бойынша теориялық негіздер мен практикалық дағдыларды қалыптастыру, сондай-ақ тамақ өнімдерінің санитарлық жағдайын анықтау және "Халал" стандарттарының талаптарына және техникалық реттеу нормаларына сәйкес олардың қауіпсіздік дәрежесін анықтау.

Формирование у обучающихся теоретических основ и практических навыков по гигиене питания, а также определять санитарное состояние пищевых продуктов и выявить степень их безопасности в соответствии с требованиями стандартов «Халал» и нормами технического регулирования.

Formation of students' theoretical foundations and practical skills in food hygiene, as well as to determine the sanitary condition of food products and identify their degree of safety in accordance with the requirements of Halal standards and technical regulations.

Оқу міндеттері / Учебные задачи / Learning Objectives:

Қоғамдық тамақтану өнімдерін өткізуге қойылатын санитарлық-эпидемиологиялық талаптарды пайдалану. Халал өнімдерін сертификаттау процесін және өндіріске, сақтауға және таңбалауға қойылатын талаптарды зерделеу.

Использовать санитарно-эпидемиологические требования к реализации продукции общественного питания. Разъяснить ключевые требования стандартов «Халал» на международном и национальном уровнях.

Use sanitary and epidemiological requirements for the sale of public catering products. To clarify the key requirements of Halal standards at the international and national levels.

Қалыптастыру керек негізгі қызыметтер /Базовые компетенции, которые предстоит сформировать/ Basic competencies to be formed:

Салауатты өмір салтын қалыптастырудағы гигиеналық тәрбиенің рөлі. «Халал» халықаралық және ұлттық стандарттары мен сертификаттауға қойылатын талаптарды білу. Қазіргі экономикадағы қаптама мен қаптаманың рөлін арттырудың негізгі себептері: сатудың прогрессивті әдістерін енгізу, халықтың өмір сүру деңгейін арттыру, компанияның имиджін құру.

Роль гигиенического воспитания в формировании ЗОЖ. Ориентироваться в международных и национальных стандартах «Халал» и требованиях к сертификации. Основные причины повышения роли тары и упаковки в современной экономике: внедрение прогрессивных методов продажи, повышение уровня жизни населения, создание имиджа фирмы.

The role of hygienic education in the formation of healthy lifestyle. Be guided by international and national Halal standards and certification requirements. The main reasons for increasing the role of containers and packaging in the modern economy: the introduction of progressive sales methods, improving the standard of living of the population, creating the image of the company.

Оқытудың нәтижелері / Результаты обучения / Learning outcomes:

- 1 Сапалы тамақ өнімдерін тұтынудың әлеуметтік маңыздылығын түсіну;
- 2 Халал өнімдеріне қойылатын нормативтік талаптарды талдау және оларды іс жүзінде қолдану;
- 3 Өндіріс пен өнімнің халал-сертификаттау талаптарына сәйкестігін бағалау;
- 4 Тамақ қауіпсіздігін қамтамасыз ету бағдарламаларын әзірлеу және енгізу;
- 5 Тиімді тамақтану ережелері бойынша білімдерін көрсету;
- 6 Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін функционалды өнімдерді қолданыңыз;
- 7 Өнімді таңбалаудың мәнін және тамақ жарнамасының теріс әсерін түсіну.

- 1 Понимать социальную значимость употребления доброкачественных продуктов питания;
- 2 Анализировать нормативные требования к халал-продукции и применять их на практике;
- 3 Оценивать соответствие производства и продукции требованиям халал-сертификации;
- 4 Разрабатывать и внедрять программы обеспечения пищевой безопасности;
- 5 Демонстрировать знания по правилам рационального питания;
- 6 Использовать функциональные продукты для формирования здорового образа жизни;
- 7 Понимать сущность маркировки продуктов и негативное влияние рекламы пищевых продуктов.

- 1 Understand the social significance of eating good quality food;
- 2 Analyze the regulatory requirements for halal products and apply them in practice;
- 3 To assess the conformity of production and products with the requirements of halal certification;
- 4 Develop and implement food safety programs;
- 5 Demonstrate knowledge of the rules of rational nutrition;
- 6 Use functional products to promote a healthy lifestyle;
- 7 Understand the nature of food labeling and the negative impact of food advertising.

Пәндер / Дисциплины / Disciplines:

1. Халал өнімдерін техникалық реттеу (5 кредит, ауызша емтихан) / Техническое регулирование продукции халал (5 кредитов, устный экзамен) / Technical regulation of halal products (5 credits, exam).

2. Функционалды тамақ өнімдері және тамақ қауіпсіздігі (5 кредит, ауызша емтихан) / Функциональные продукты питания и пищевая безопасность (5 кредитов, устный экзамен) / Functional food products and food safety (5 credits, exam).
3. Тамақ өнімдерін таңбалау және жарнама (5 кредит, ауызша емтихан) / Маркировка пищевых продуктов и реклама (5 кредитов, устный экзамен) / Food labeling and advertising (5 credits, exam).

Еңбек сыйымдылығы / Трудоемкость / Labor intensity: 15 кредит/15 кредитов/15 credits.

Пререквизиттер / Пререквизиты / Prerequisite: Микробиология/ Микробиология/ Microbiology

Minimum number of listeners / Минимальное количество слушателей / Тыңдаушылардың ең аз саны: 16

Maximum number of listeners / Максимальное количество слушателей / Тыңдаушылардың максималды саны: 100

1-пән Халал өнімдерін техникалық реттеу / Дисциплина 1 Техническое регулирование продукции халал / Discipline 1 Technical regulation of halal products

Пәннің қысқаша сипаттамасы / Краткое описание дисциплины / Discipline Summary:

Пән халал өнімдерін өндіруді, сертификаттауды және сапасын бақылауды реттейтін нормативтік-құқықтық негіздерді, стандарттар мен талаптарды зерттейді. Курс шеңберінде халықаралық және ұлттық стандарттар, Халал жүйесінің қағидаттары, сертификаттау рәсімдері, сондай-ақ тамақ және азық-түлік емес өнімдердің қауіпсіздігі мен сапасын қамтамасыз етудегі техникалық реттеудің рөлі қарастырылады. Сапа менеджменті жүйесін енгізу тәжірибесіне, халал өнімдерін таңбалауға және сәйкестендіруге, сондай-ақ инспекциялық және зертханалық бақылауға ерекше назар аударылады. Пән тамақ өнеркәсібі, сертификаттау және халал стандарттарына сәйкестігін бақылау саласында жұмыс істеу үшін қажетті құзыреттерді қалыптастырады.

Дисциплина изучает нормативно-правовые основы, стандарты и требования, регулирующие производство, сертификацию и контроль качества халал-продукции. В рамках курса рассматриваются международные и национальные стандарты, принципы системы Халаль, процедуры сертификации, а также роль технического регулирования в обеспечении безопасности и качества пищевой и непродовольственной продукции. Особое внимание уделяется практике внедрения систем менеджмента качества, маркировке и идентификации халал-продукции, а также инспекционному и лабораторному контролю. Дисциплина формирует компетенции, необходимые для работы в сфере пищевой промышленности, сертификации и контроля соответствия стандартам халал.

The discipline studies the regulatory framework, standards and requirements governing the production, certification and quality control of halal products. The course examines international and national standards, principles of the Halal system, certification procedures, as well as the role of technical regulation in ensuring the safety and quality of food and non-food products. Special attention is paid to the practice of implementing quality management systems, labeling and identification of halal products, as well as inspection and laboratory control. The discipline forms the competencies necessary for work in the field of the food industry, certification and control of compliance with Halal standards.

Сабақ түрлері / Виды занятий / Types of lesson: дәрістер, тәжірибелік / лекции, практические / lectures, practical.

Оқытушы / Преподаватель / Teacher: Еріш Н.А., Азық-түлік қауіпсіздігі және биотехнология кафедрасының аға оқытушысы / Еріш Н.А., старший преподаватель кафедры продовольственной

2-пән Функционалдық тамақ өнімдері және тамақ қауіпсіздігі / Дисциплина 2 Функциональные продукты питания и пищевая безопасность / Discipline 2 Functional food products and food safety

Пәннің қысқаша сипаттамасы / Краткое описание дисциплины / Discipline Summary:

Пән тамақтану ғылымындағы жаңа бағыттың - функционалды тамақтанудың теориялық негіздерін қамтиды. Функционалды тамақтанудың мақсаты - денсаулықты сақтау және жақсарту, тамақтануға байланысты аурулардың даму қаупін азайту. Пәннің мазмұны келесі ұғымдарды зерттеуді қамтиды - функционалды тамақ өнімдері, жаппай тұтыну өнімдері, байытылған тамақ өнімдері, физиологиялық функционалды тағам ингредиенті, емдік тамақ өнімдері, функционалды сусындар. Біздің елімізде функционалды тамақ өнімдерін әзірлеу бағытын дамытудың заңнамалық алғышарттарының негіздері қарастырылады; функционалды тамақ өнімдерінің (FPP) биологиялық қасиеттері мен құрамын бағалау. Білім алушыларда функционалдық тамақтану өнімдерінің қауіпсіздігін бағалау, ағзаға оң немесе теріс әсер ететін факторларды анықтау бойынша базалық теориялық білімді қалыптастыру.

Дисциплина содержит теоретические основы нового направления в науке о питании - функционального питания. Цель функционального питания - сохранение и улучшение здоровья, снижение риска развития заболеваний, связанных с питанием. Содержание дисциплины включает изучение понятий - функциональные продукты питания, продукты массового потребления, обогащенный пищевой продукт, физиологически функциональный пищевой ингредиент, продукты лечебного питания, функциональные напитки. Рассматриваются основы законодательных предпосылок к развитию направления разработки функциональных продуктов питания в нашей стране; оценка биологических свойств и состава функциональных пищевых продуктов (ФПП). Формирование у обучающихся базовых теоретических знаний по оценке безопасности продуктов функционального питания, умению идентифицировать факторы, оказывающие положительное или отрицательное воздействие на организм.

The discipline contains the theoretical foundations of a new direction in the science of nutrition - functional nutrition. The purpose of functional nutrition is to maintain and improve health, reduce the risk of developing diseases associated with nutrition. The content of the discipline includes the study of concepts - functional food, consumer products, enriched food product, physiologically functional food ingredient, health food products, functional drinks. The basics of legislative prerequisites for the development of the direction of development of functional food products in our country are considered; assessment of biological properties and composition of functional foods (FFP). Formation of students' basic theoretical knowledge on assessing the safety of functional food products, the ability to identify factors that have a positive or negative effect on the body.

Сабақ түрлері / Виды занятий / Types of lesson: дәрістер, практикалық / лекции, практические / lectures, practical

Оқытушы /Преподаватель / Teacher Елеусизова Анара Тулегеновна., қауымдастырылған профессор м.а., PhD доктор / Елеусизова Анара Тулегеновна, и.о.ассоциированного профессора, PhD доктор / Eleusizova Anara Tulegenovna, Acting Associate Professor, PhD

3-пән Тамақ өнімдерін таңбалау және жарнама / Дисциплина 3 Маркировка пищевых продуктов и реклама / Discipline 3 Food labeling and advertising

Пәннің қысқаша сипаттамасы / Краткое описание дисциплины / Discipline Summary:

Білім алушыларға тауартану негіздері, ыдыс пен қаптаманың негізгі қасиеттерінің сипаттамасы, тұтыну тауарларына арналған ыдыс пен қаптаманың түрлері бойынша білімдерін қалыптастыру. Ыдыс пен қаптамаға қойылатын заманауи талаптарды білу: өнімді ұзақ уақыт сақтау қабілеті, қауіпсіздік, сенімділік, тартымды көрініс, көп функционалдылық, кәдеге жарату қабілеті, кең ассортимент. Қазіргі экономикадағы контейнерлер мен қаптамалардың рөлін арттырудың негізгі себептерін іс жүзінде қолданыңыз: сатудың прогрессивті әдістерін енгізу, халықтың өмір сүру деңгейін арттыру, компанияның имиджін құру. Тұтыну тауарларын таңбалауға қойылатын талаптарды меңгеру. Тұтыну ыдысы және оның буып-түю материалдары.

Формирование у студентов знаний по основам товароведения, характеристике основных свойств тары и упаковки, видам тары и упаковки для потребительских товаров. Знать современные требования, предъявляемые к таре и упаковке: способность сохранять товар длительное время, безопасность, надежность, привлекательный внешний вид, многофункциональность, способность к утилизации, широкий ассортимент. Использовать на практике основные причины повышения роли тары и упаковки в современной экономике: внедрение прогрессивных методов продажи, повышение уровня жизни населения, создание имиджа фирмы. Владеть требованиями, предъявляемые к маркировке потребительских товаров. Потребительская тара и ее упаковочные материалы.

To form students' knowledge on the basics of commodity science, the characteristics of the main properties of containers and packaging, types of containers and packaging for consumer goods. Know the modern requirements for containers and packaging: the ability to preserve the goods for a long time, safety, reliability, attractive appearance, versatility, the ability to recycle, a wide range. To use in practice the main reasons for increasing the role of containers and packaging in the modern economy: the introduction of progressive sales methods, improving the living standards of the population, creating the company's image. Possess the labeling requirements for consumer products. Consumer containers and their packaging materials.

Сабақ түрлері / Виды занятий / Types of lesson: дәрістер, практикалық / лекции, практические / lectures, practical

Оқытушы /Преподаватель / Teacher Елеусизова Анара Тулегеновна., қауымдастырылған профессор м.а., PhD доктор / Елеусизова Анара Тулегеновна, и.о.ассоциированного профессора, PhD доктор / Eleusizova Anara Tulegenovna, Acting Associate Professor, PhD