RTU studiju kurss "Uzturmācība: gatavošanas tehnoloģijas, kultūra un mācību metodika I"

0L000 Liepājas akadēmija

Vispārējā informācija

Kods	LA0719
Nosaukums	Uzturmācība: gatavošanas tehnoloģijas, kultūra un mācību metodika I
Studiju kursa statuss programmā	Obligātais/Ierobežotās izvēles
Atbildīgais mācībspēks	Solvita Spirģe-Sēne - Lektors
Apjoms daļās un kredītpunktos	1 daļa, 6.0 kredītpunkti
Studiju kursa īstenošanas valodas	LV
Anotācija	Studiju kursā studenti tiek iepazīstināti ar aktuāliem uztura jautājumiem mūsdienās, veselīga uztura raksturojumu un speciālistu ieteikumiem. Tiek skaidrotas produktu grupas, to uzturvielas un uzturvērtība, kā arī to nozīme cilvēka organismā. Studenti iemācās praktiskās gatavošanas tehnoloģiju prasmes atbilstoši ēdienu grupām. Izvērtē ēdienkartes un dažādus uztura režījumus. Apgūst latviešu tradicionālās virtuves attīstību un mūsdienu tendences. Iepazīstas ar uztura un dizaina mācību tēmāmu saturu skolā. Šīs zināšanas ir nozīmīgas uzturmācības tēmu organizēšanai pamatskolā.
Mērķis un uzdevumi, izteikti kompetencēs un prasmēs	Kursa mērķis – sagatavot profesionālus dizaina un tehnoloģiju jomas skolotājus uzturmācības tēmu apguves organizēšanai pamatskolā un vidusskolā. Uzdevumi: 1.Veicināt studentu uztura tēmu zināšanu apguvi un spēju novērtēt atbilstoši mūsdienīga un veselīga uztura aspektiem. 2. Attīstīt prasmes gatavot ēdienus atbilstoši produktu un ēdienu veidiem, izmantojot efektīvāko gatavošanas veidu un jaunākās tehnoloģijas. 3.Veidot un attīstīt kompetences patstāvīgi organizēt uzturmācības apguves procesu pamatskolā un vidusskolā, atbilstoši jaunākajām tehnoloģiskajām iespējām, kultūras daudzveidībai un dizaina tēmu apguvei, izvēloties atbilstošus mācību paņēmienus, metodes un stratēģijas.
Patstāvīgais darbs, tā organizācija un uzdevumi	1. Apzināt un apkopot aktualitātes. 2. Izpētīt MK noteikumus. 3. Izpēte, analīze un novērtējums. 4. Datu fiksācija, dienasgrāmatas pieraksts. 5. Pēc parauga sava uzdevuma veidošana. 6. Referāts. 7. Praktiskais darbs. 8. Izpētes darbs.

Literatūra	Obligātā/Obligatory: 1. Hobday, Cara Ēdiena noformēšanas noslēpumi : radošas idejas, metodes un praktiski padomi / Kara Hobdeja & Džo Denberija ; Roba Vaita fotoattēli ; [no angļu valodas tulkojis Kristaps Šoriņš]. [Rīga] : Zvaigzne ABC, ©2013. 176 lpp. : il. ; 21 cm. ISBN 9789934032776 2. Kursīte-Pakule, Janīna, Virtuves vārdene / Janīna Kursīte. Rīga : Rundas, 2012 992 lpp. ; 22 cm. ISBN 9789934829703 3. Snodgrass, Mary Ellen. Encyclopedia of kitchen history / Mary Ellen Snodgrass. New York ;London : Fitzroy Dearborn, 2004. 684 lpp. : il. ; 29 cm. ISBN 1579583806 4. Zariņš, Zigurds, Uztura mācība / Zigurds Zariņš, Lolita Neimane, Edgars Bodnieks ; zinātniskie konsultanti: Daiga Šantare, Edgars Bodnieks ; redaktore Anna Šmite ; vāka dizains: Baiba Lazdiņa. Septītais, pārstrādātais un papildinātais izdevums. Rīga : LU Akadēmiskais apgāds, [2018] 430 lpp. : ilustrācijas, tabulas ; 28 cm ISBN 9789934183652 (iesiets). Elektroniski pieejams/Electronically available: http://www.vm.gov.lv/lv/tava_veseliba/veseligs_uzturs (skatīts 19.02.2019) Papildu/Additional: 1. Brūvere, Līvija Pārtikas produktu prečzinība / Livija Brūvere. Pārstrādāts un papildināts izd. Rīga : Turība, 2006. 2 sēj. : il. ; 20 cm. Viesmīlības un tūrisma bibliotēka 17-18 . ISBN 9984766829 2. Dārziņš, Teofils, Mājas dzērieni un atspirdzinājumi / T. Dārziņš. Rīga : Zinātne, 1991. 249, [1] lpp. : il. ; 20 cm. ISBN 5796608924 3. Kļaviņa, Aina. Viesību galds / A. Kļaviņa. Rīga : Liesma, 1971. 224 lpp., 8 lp. il.: il. 4. Latgales pavārgrāmata / sast. Solvita Kovaļenko. [Daugavpils] : SIA "Erante", 2004. 95 lpp. : il. ; 22 cm. 5. Liepa, Dzintra Ko mēs apēdam? : [krāsvielas, smaržvielas, mīklas irdinātāji, modificēts uzturs] / Dzintra Liepa, Aivars Plēpis. Rīga : Avots, c2013 196, [1] lpp. ; 17 cm. Ēst vai dzīvot! . ISBN 9789984859712 6. Marinska, Dženeta Ziemeļkurzemes lībiešu tradicionālie ēdieni : aicinām lībiešu ķēķī! = tulgid līvõd kēkõ! / autore un sastādītāja: Dženeta Marinska ; zinātniskā konsultante Indra Čekstere ; lībiešu valodas konsultante Zoja Sīle ; literārais redaktors: Alnis Auziņš ; dizains: Ainars Gaidis. [Rīga] : Līvu (lībiešu) savienība "Līvõd Īt", 2016. 80, [2] lpp. : ilustrācijas ; 20 cm ISBN 9789984936352 (brošēts). 7. Masiļūne, Ņina, Latviešu nacionālie ēdieni / Ņina Masiļūne. Rīga : Jumava, [c2011]. 229, [1] lpp., [16] iel. lpp. ; 22 cm. ISBN 9789984388915 8. Meirāne, Signe Mūsu mantojums / [teksta autori: Signe Meirāne (projekta autore) ... u.c. ; fotogrāfs Armands Meirāns]. Rīga : AMSMEDIA, ©2014-2015 2 sēj. : il. ; 26 cm. ISBN 9789934843211 (1. sējums). (iesiets). 9. Mellina, Melanija Lauksaimnieču pavārgrāmata : ar pamācību par augļu konservēšanu, un dažādu godību sarīkošanu pēc vajadzībām un apstākļiem / Melanija Mellina. 4., papild. izd. atkārtojums. Rīga : Zvaigzne ABC, [2011]. 183, [1] lpp. ; 20 cm. ISBN 9789934018909 10. Pētersone, Milda, Azaids lauku sētā / Milda Pētersone. Rīga : Zinātne, 1989. 124, [2] lpp. : il. ; 20 cm. Zinātne laukiem ; Nr. 18 . ISBN 5796603442 11. Rodriguez, Judith C. Pasaules populārākās diētas : izvēlieties sev vispiemērotāko uztura programmu! / Džūdita K. Rodrigesa ; no angļu valodas tulkojusi Margita Markevica. Rīga : Zvaigzne ABC, [2009]. 192 lpp. : il., tab. ; 26 cm. ISBN 9789934001314 12. Sederevičiūtė, Živilė Galda klāšana. Uzvedība pie galda / Živile Sederevičūte ; [no lietuviešu valodas tulkojusi Lāsma Nikolaisone]. Rīga : Zvaigzne ABC, [2012] 117 lpp. : il. ; 22 cm. ISBN 978993401803 13. Šelvaha, Lolita Gatavo pats! : Fast Food ēdienu receptes / Lolita Šelvaha ; [Vitas Lēnertes dizains ; Elvija Mennika foto ; redaktore Baiba Vītola]. Rīga : Zvaigzne ABC, c2014 71 lpp. : il. ; 23 cm. ISBN 9789934043918 (iesiets).
Nepieciešamās priekšzināšanas	-

Studiju kursa saturs

Saturs	Pilna un nepilna laika klātienes studijas		Nepilna laika neklātienes studijas	
	Kontakt stundas	Patstāv. darbs	Kontakt stundas	Patstāv. darbs
Uztura kultūra un fenomens mūsdienās	4	6	2	12
Veselīgs uzturs	4	10	2	12
Uzturvielas un uzturvērtība	4	8	4	12
Produktu grupas, to iedalījums	8	10	4	12
Uztura režījums un ēdienkarte	6	10	4	12
Uzturs un dizains. Garšas attīstīšana kā dizaina elements	6	10	4	12
Ēdienu grupas, tām atbilstošas gatavošanas tehnoloģijas	10	10	2	12
Galda kultūra	6	8	2	12
Praktiskā gatavošana	8	12	2	12
Latviešu tradicionālā virtuve	6	10	4	14
Uztura un dizaina tēmas skolā	2	10	2	14
Kopā:	64	104	32	136

Sasniedzamie studiju rezultāti un to vērtēšana

Sasniedzamie studiju rezultāti	Rezultātu vērtēšanas metodes

Zināšanas: 1. Apraksta un novērtē savus un citu ēšanas paradumus, atbilstoši veselīga uztura ieteikumiem. 2. Atpazīst veselīga uztura nosacījumus, sastādot ēdienkarti, izvēloties produktus, tos apstrādājot un gatavojot ēdienus. 3. Pieņem lēmumus, izvēloties produktus un gatavojot ēdienus konkrētos ēšanas traucējumu gadījumos. 4. Izskaidro optimālāko tehnoloģiskā gatavošanas veida izvēli, atbilstoši konkrētiem produktiem un ēdienu veidiem. 5. Prezentē savas kompetences uzturmācības tēmu mācīšanai pamatskolā un vidusskolā.	Iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte; iegūtās prasmes; iegūtā kompetence atbilstīgi plānotajiem studiju rezultātiem.
Prasmes: 6. Gatavo ēdienus atbilstoši to tehnoloģiskajām prasībām un izmantojamajiem produktiem. 7. Ievēro galda kultūru ikdienā, servējot ēdienus, klājot galdu maltītei. 8. Izveido ēdienkarti citu kultūru un ēšanas stila cilvēkiem un viesiem. 9. Izmanto gatavošanas procesā dažādus darba rīkus – nažus, smalcinātājus, blenderus un ierīces: konvekcijas karstā gaisa krāsni, maizes cepšanas iekārtas, saldējuma mašīnu, multivāres katlus u.c.	Iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte; iegūtās prasmes; iegūtā kompetence atbilstīgi plānotajiem studiju rezultātiem.
Kompetence: 10. Orientējas un izmanto savā ikdienā uztura jomas aktualitātes: jaunus produktus, populārus ēdienus, jaunas galda kultūras tendences, ēdiena dizaina aktualitātes. 11. Izmanto jaunākos zinātniskos atklājumus un sasniegumus uztura jautājumos, tos izanalizē un izvērtē to atbilstību reālajai situācijai – materiālajai, materiāli tehniskā nodrošinājuma, konkrētiem produktiem. 12. Saskata skolas vecumposmam aktuālas uzturmācības tēmas un problēmas, tās risina mācību procesā, organizē uzturmācības tēmu apguves stundas, izvēlas atbilstošu saturu, plāno tā apguves procesu un atlasa mācību paņēmienus, metodes un stratēģijas un novērtē skolēnu mācību sasniegumus.	Iegūto zināšanu apjoms un kvalitāte; iegūtās prasmes; iegūtā kompetence atbilstīgi plānotajiem studiju rezultātiem.

Studiju rezultātu vērtēšanas kritēriji

Kritērijs	% no kopējā vērtējuma
Pārtikas produktu grupas pētījums un prezentācijas	15
Vienas nedēļas savas ēdienkartes un režīma pieraksts un analīze	10
Referāts par ēdienu grupu. Prezentācija grupas biedriem	15
Skices galda klājumiem	10
Laboratorijas darbi	20
Latviešu tradicionālā virtuve: radoši risinājumi	15
Dizaina risinājums uztura tēmai skolā: teorētisks pamatojums un praktisks radošs risinājums	15
Kopā:	100

Studiju kursa plānojums

Daļa	KP	Stundas			Pārbaudījumi		
		Lekcijas	Prakt d.	Laborat	Ieskaite	Eksām.	Darbs
1.	6.0	32.0	32.0	0.0		*	