

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОМАРИЧСКИЙ МЕХАНИКО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

«Утверждаю»
Директор ГБПОУ

« 31 » мая 2018 г.



«Согласовано»

Зам. директора по УПР

Ю.А. Юшкова Ю.А. Юшкова

« 31 » мая 2018 г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 Физиология питания

Рассмотрено и одобрено на заседании

методической комиссии

протокол № 10 от « 31 » мая 2018 г.

Председатель МК *Е.А. Игнатова* Е.А. Игнатова

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федеральных государственных образовательных стандартов (далее - ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования (далее СПО) 19.02.10 Технология продукции общественного питания

19.00.00 Промышленная экология и биотехнологии

Организация-разработчик: ГБПОУ «Комаричский механико-технологический техникум» п.Комаричи

Разработчик: Ольховская С.М. преподаватель ГБПОУ КМТТ

Рекомендована Методическим Советом ГБПОУ КМТТ.

Протокол № 4 от 31 мая 2018 г.

© Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Комаричский механико-технологический техникум»

© Ольховская С.М. - преподаватель ГБПОУ КМТТ

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 Физиология питания

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной общепрофессиональной дисциплины в соответствии с ФГОС по специальности СПО 19.02.10 Технология продукции общественного питания .

Программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональной подготовке и получении дополнительного общепрофессионального образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный цикл общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- составлять характеристики основных диет;
- — рассчитывать энергетический и химический состав диет.
- Вычислять энергетическую ценность продуктов, блюд, рационов питания
- Составлять рационы питания для различных категорий населения

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- понятия рациона питания;
- физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **78** час, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **52** часов; самостоятельной работы обучающегося **26** часов.

1.5. Процесс освоения дисциплины направлен на формирование у студентов общих и профессиональных компетенций

ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 7.	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий..
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности
ПК 1.1.	Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.
ПК 1.2.	Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.
ПК 1.3.	Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.
ПК 2.1.	Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.
ПК 2.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.
ПК 3.1.	Организовывать и проводить приготовление сложных супов.
ПК 3.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.
ПК 3.3.	Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.
ПК 3.4.	Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.
ПК 4.1.	Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.
ПК 4.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.
ПК 4.3.	Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.
ПК 4.4.	Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении
ПК 5.1.	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.
ПК 5.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов
ПК 6.1.	Участвовать в планировании основных показателей производства..
ПК 6.2.	Планировать выполнение работ исполнителями.
ПК 6.3.	Организовывать работу трудового коллектива.
ПК 6.4.	Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.
ПК 6.5.	Вести утвержденную учетно-отчетную документацию

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	52
в том числе:	
лабораторные работы	
практические занятия	26
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	26
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) не предусмотрена	-
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физиология питания»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Основы физиологии питания		78	
Тема 1. Пищевые вещества и их значение	Содержание учебного материала	10	
	1 Роль пищи для организма человека. Понятие о пищевых веществах, их значение.		2
	2 Белки, их значение для организма человека.		2
	3 Жиры, их значение для организма человека.		2
	4 Углеводы, их значение для организма человека.		2
	5 Витамины и минеральные вещества, их значение для организма человека.		2
	6 Вода и её значение для организма	2	
	Практические занятия	5	
	1. Нормы потребления основных пищевых веществ. Составление опорных конспектов		
	2. Классификация витаминов и их характеристика		
	3. Классификация минеральных веществ и их характеристика. Решение задач.		
	Самостоятельная работа обучающихся	8	
	Презентация: «Вода, её физиологическое значение для организма».		
Доклад: «Четыре основных вкуса».			
Доклад: «Непереносимость пищи» Выполнение домашних заданий Подготовка к практическим занятиям			
Тема 2. Пищеварение и усвояемость пищи	Содержание учебного материала	6	
	1 Понятие о процессе пищеварения.		2
	2 Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике.		2
	3 Состав пищеварительных соков.		2
	4 Роль в процессе пищеварения пищевода, печени, поджелудочной железы.		2
	5 Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения.		2

	6	Усвояемость пищи: понятия, факторы, влияющие на усвояемость пищи		2
	Практические занятия		1	
	1. Превращение основных пищевых веществ в питательные вещества организма			
Тема 3. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала		3	
	1	Общее понятие об обмене веществ		2
	2.	Понятие ассимиляции и диссимиляции. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека		2
	3	Понятие об основном обмене. Суточный расход энергии.		2
	Практические занятия		4	
	1. Суточный расход энергии			
	2. Группы населения в зависимости от характера трудовой деятельности и суточного расхода			
	Самостоятельная работа		8	
Доклад: «Питание и предупреждение болезней»				
Конспект: «Классификация пищевых добавок, безопасность применения пищевых добавок»				
Выполнение домашних заданий по темам 2, 3 Решение задач Выполнение индивидуальных заданий Подготовка к практическим работам				
Тема 4. Питание различных групп населения	Содержание учебного материала		6	
	1	Понятие об энергетической ценности пищи. Энергетическая ценность основных пищевых веществ и суточного рациона питания		2
	2	Понятие о рациональном сбалансированном питании. Качественная и количественная полноценность питания		2
	3	Нормы и принципы рационального сбалансированного питания различных групп населения		2
	4	Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Особенности сырья и кулинарной обработки блюд для детей и подростков		2

5	Требования к суточному рациону и режиму питания различных групп населения		2
6	Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании		2
Практические занятия		16	
1. Определение химического состава и энергетической ценности продуктов			
2. Определение химического состава и энергетической ценности отдельных блюд			
3. Определение химического состава и энергетической ценности меню в целом			
4. Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка			
5. Составление суточного рациона детей и подростков и его физиологическая оценка			
6. Особенности диет			
7. Составление меню суточного рациона в соответствии с указанной диетой, определение его химического состава и калорийности			
Самостоятельная работа обучающихся		10	
Конспект: « Возрастные особенности детей и подростков. Нормы питания детей разного возраста». Презентация: « Природные компоненты пищи, оказывающие неблагоприятное действие». Доклад: « Анализ альтернативных представлений о питании человека». Выполнение домашних заданий по теме 4 Выполнение индивидуальных заданий Подготовка к практическим работам			
Дифференцированный зачет		1	
Всего:		78	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению
Реализация учебной дисциплины требует наличия лаборатории физиологии питания.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;
- комплект учебно-наглядных пособий.

Оборудование и технологическое оснащение рабочих мест:

- компьютер, проектор, комплект учебно-методической документации;
- методические пособия; презентация по дисциплине.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Королев А.А., Несвижский Ю.В. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена в 2-х частях. Москва. Издательство Академия. 2018 г.
2. Мартынич А.Ю. Королев А.А. Микробиология, физиология питания, санитария. Москва. Издательство Академия. 2018 г.

Дополнительная литература:

1. **Мартинчик А.Н. и др.** Физиология питания, санитария и гигиена: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования – М.: Мастерство: Высшая школа, 2016.
2. **Матюхина З.П.** Основы физиологии питания, гигиены и санитарии: Учеб. Для нач. проф. образования. – М.: ИРПО; Изд. Центр «Академия, 2016.
3. **«Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения СССР».** Утверждены Главным государственным врачом СССР 8 мая 1991 г. № 5786-91.
4. **Химический состав пищевых продуктов.** Москва: ВО «Агропромиздат», 2008г.
5. **Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»** от 19 апреля 1991 г.
6. **Закон «Об охране окружающей природной среды»** 19.12.1991 г. № 2060-1
7. **Закон Российской Федерации «О сертификации продукции и услуг»** 10.06.1993 г. № 5151-1

8. Санитарные правила для предприятий общественного питания. Утверждены главным государственным санитарным врачом СССР 19.03.1991 г.

Дополнительные источники:

1. **Положение** о Государственной санитарно-эпидемиологической службе РФ. Утверждено Правительством РФ 05.06.94 г. № 625

2. **Гигиенические требования** к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы СанПиН 2.3.2.560-96 г.
3. **Справочник официанта**. М.: Экономика, 2008 г.
4. **Пищевые добавки**. Дополнения к «Медико-биологическим требованиям и санитарным нормам качества продовольственного сырья и пищевых продуктов». Утверждены Зам. Глав. Госуд. сан. врача 24.08.1994 г.
5. **Постановление** Главного государственного санитарного врача РФ от 22.05.2003 N 98 "О введении в действие Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.3.2.1324-03" (вместе с "СанПиН 2.3.2.1324-03. 2.3.2. Продовольственное сырье и пищевые продукты. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы", утв. Главным государственным врачом РФ 21.05.2003

Статьи из периодических изданий

1. Тутельян, В. А.
О нормах физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации [Текст] / В. А. Тутельян // Вопросы питания. - 2009. - № 1. - С.4
2. Каширина, Е.
Здоровое питание без противоречий [Текст] / Е. Каширина // Питание и общество. - 2011. - № 9. - С.14-15
3. Иванова, В.
Проблемы питания студентов [Текст] / В. Иванова // Питание и общество. - 2011. - № 3. - С.2-3
4. Шкоп, Я.
Функциональное питание: выход из тени [Текст] / Я. Шкоп // Питание и общество. - 2009. - № 12. - С.28-29
5. Титов Е.И. и др.
Аналитические исследования структуры питания студентов [Текст] / Титов Е.И. и др. // Пищевая промышленность. - 2008. - № 1. - С.30-31
6. Копытько М.В.
Формирование рациона питания школьников [Текст] / Копытько М.В. // Справочник руководителя образовательного учреждения. - 2008. - № 12. - С.25-31
7. Мосов А.В.
Реализация региональных программ по улучшению питания дошкольников и школьников [Текст] / Мосов А.В. // Мясная индустрия. - 2007. - № 7. - С.15
8. Коновалов, К. Л. Традиции в питании и современность [Текст] / К. Л. Коновалов // Пищевая промышленность. - 2011. - № 5. - С.10-12
9. Вышемирский, Ф. А.
Продукты маслodelия в свете науки о здоровом питании [Текст] / Ф. А. Вышемирский // Сыроделие и маслodelие. - 2011. - № 2. - С.54-56
10. Симоненко, С. В.

- Научно-практические аспекты в детском питании [Текст] / С. В. Симоненко // Пищевая промышленность. - 2010. - № 2. - С.8-9
11. Коденцова, В. М.
Витамины в питании спортсменов [Текст] / В. М. Коденцова // Вопросы питания. - 2009. - № 3. - С.67
12. Веденева, М. М.
Витаминизированное печенье в функциональном питании [Текст] / М. М. Веденева // Кондитерское производство. - 2008. - № 5. - С.16
13. Ширина, Л. И.
Минеральные вещества в питании человека [Текст] / Ширина Л.И., Мазо В.К. // Вопросы питания. - 2008. - № 5. - С.4

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а так же выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы кон- троля и оценки результа- тов обучения
<p>Освоенные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – составлять характеристики основных диет; – рассчитывать энергетический и химический состав диет. <p>Усвоенные знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – суточную норму потребности человека в питательных веществах; – понятия рационы питания; – физико-химические изменения пищи в процессе пищева- рения; – основные процессы обмена веществ в организме; – суточный расход энергии в организме человека; – состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания; – роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; – физико-химические изменения пищи в процессе пищева- рения; – усвояемость пищи, влияющие на факторы; – понятие рациона питания; – суточная норма потребления человека в питательных веществах. 	<p>Экспертная оценка на практических занятиях; экспертная оценка лабора- торных работ; тестирования; выполнение индивидуаль- ных заданий; самостоятельные работы; Дифференцированный зачет</p>