

Министерство образования Саратовской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Саратовской области
«Энгельсский колледж профессиональных технологий»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАПОУ СО «ЭКПТ»
_____/ Ю.А. Журик /
« 5 » июня 2020 г.
Зр. 158



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.02 ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

19.02.10 Технология продукции общественного питания

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.02 «Физиология питания», разработана в соответствии с требованиями

Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2014 г. № 384.

Организация - разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Саратовской области «Энгельсский колледж профессиональных технологий»

Разработчик: преподаватель высшей квалификационной категории
Ежова Елена Юрьевна;

Рецензент: преподаватель высшей квалификационной категории
Гайворонская Наталья Николаевна

Рассмотрено

на заседании цикловой методической комиссии
специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания»

Протокол № 10 от « 4 » июня 2020 г.

Председатель  /О.А.Архипова /

Рекомендовано

методическим Советом ГАПОУ СО «ЭКПТ» для применения в учебном процессе при реализации ООП СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания

Протокол № 8 от « 2 » июня 2020 г.

Председатель  /О.А. Карюкина/

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.02 «Физиология питания» является частью основной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, базовая подготовка, укрупненная группа 19.00.00 Промышленная экология и биотехнологии.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

ОП.02 Физиология питания является общепрофессиональной дисциплиной и входит в состав профессионального учебного цикла

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

У1 - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;

У2 - рассчитывать энергетическую ценность блюд;

У3 - составлять рационы питания для различных категорий потребителей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

З1 - роль пищи для организма человека;

З2 - основные процессы обмена веществ в организме;

З3 - суточный расход энергии;

З4 - состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;

З5 - роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;

З6 - физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;

З7 - усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;

З8 - понятие рациона питания;

З9 - суточную норму потребности человека в питательных веществах;

З10 - нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;

З11 - назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;

З12 - методики составления рационов питания

Общие и профессиональные компетенции, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

ОК1. 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.

ОК5. 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.

1.4. Количество часов на освоение рабочей учебной программы

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 48 часов, включая:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 32 часа;
- самостоятельной работы обучающегося – 16 часов;

1.5. Перечень используемых методов обучения

Пассивные: лекции; семинарские занятия; практические занятия; письменные домашние работы; консультация преподавателя

Активные и интерактивные: эвристические беседы, дискуссии, мозговой штурм, деловые игры, конкурсы самостоятельных и практических работ.

.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной дисциплины	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная, аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
В том числе:	
практические занятия	12
курсовая работа (проект)	(не предусмотрено)
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	(не предусмотрено)
индивидуальное проектное задание	8
внеаудиторная самостоятельная работа по заданной тематике	8
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.02 «Физиология питания»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Физиология питания и здоровье человека		2	
	Содержание учебного материала		
	Введение. Вопросы питания и его роль в жизнедеятельности человек		
Раздел 2. Пищевые вещества и их значение		8	
Тема 2.1. Общие понятия о пищевых веществах	Содержание учебного материала	4	
	1 Вода. Витамины. Минеральные вещества	2	2
	2 Углеводы. Жиры. Белки	2	2
	Практическое занятие	4	3
	1.Определение физико-химических свойств воды. Составить конспект.	2	
	2.Определение действия ферментов слюны на крахмал. Составить конспект.	2	
	Самостоятельная работа	2	
	1.Изучение норм потребления основных веществ, составление схемы превращения основных пищевых веществ в питательные вещества организма.		
Раздел 3. Пищеварение и усвояемость пищи		8	
Тема 3.1. Пищеварение	Содержание учебного материала:	4	
	1 Пищеварение в ротовой полости и пищеводе. Пищеварение в желудке, двенадцатиперстной кишке.	2	2
	2 Роль поджелудочной железы и печень в пищеварении. Пищеварение в тонком отделе кишечника. Роль толстого кишечника в пищеварении.	2	2

Тема 3.2. Усвояемость пищи	Практическое занятие 1.Определение действия ферментов желудочного сока на белки 2.Решение тестов: Физиология действия желудочного сока на процесс пищеварения.		4 2 2	3	
	Самостоятельная работа Факторы, способствующие повышению усвояемости пищи. Обосновать, почему пища растительного происхождения усваивается ниже, чем животного		2		
	Раздел 4. Энергетические затраты и энергетическая ценность пищи			6	
Тема 4.1. Об- мен веществ и энергии	Содержание учебного материала		2	2	
	1	Общее понятие об обмене веществ, суточный расход энергии человека, методы определения энергозатрат. Энергетическая ценность пищевых продуктов. Потребность человека в энергии и нормирование энергетической ценности рационов питания.			
	Практическое занятие		4	3	
	1.Биохимическое определение белков в продуктах питания.		2		
	2.Составить конспект: Жиры и углеводы продукты питания.		2		
	Самостоятельная работа Роль труда и физкультуры в процессе обмена веществ, факторы, влияющие на обмен веществ и суточного расхода энергии человека.		2		
	Раздел 5. Питание различных групп населения			6	
	Тема 5.1. Питание раз- личных групп населения.	Содержание учебного материала:		2	2
1		Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы Альтернативные теории питания			
Тема 5.2. Особенности питания детей и подростков	Содержание учебного материала:		2	2	
	1	Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков			
Тема 5.3. Назначение лечебно- профилактиче- ского питания	Содержание учебного материала:		2	2	
	1	Задачи и принципы построение лечебного питания при определенных заболеваниях	2	3	
	Самостоятельная работа 1.Лечебное питание, отличительные особенности рациона питания у детей и взрослых.				
	Итоговое зачетное занятие		2	3	
	Самостоятельная работа, выполняемая в виде индивиду- ального проектного задания по теме преподавателя:		8	3	
	1. Современные научные теории и концепции оптимизации питания населения;		4		
	2. Генетически модифицированные источники пищи.		4		
Всего:			48	-	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины:

Наличие учебного кабинета: Физиология питания.

Оборудование учебного кабинета:

- 30 посадочных рабочих мест;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине;
- учебная и справочная литература

3.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий, Интернет – ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Теплов В.И., Боряев В.Е. Физиология питания. Учебное пособие, издательство «Дашков и К», 2018.

2. Лекции

Дополнительные источники:

1.Матюхина З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии: Учебник для нач. проф. образования. – М.: «Академия», 2017.

2.Химический состав блюд и кулинарных изделий. Справочные таблицы

3.Химический состав пищевых продуктов. Справочные таблицы

Интернет – ресурсы:

Форма доступа:

<http://www.edu.ru>;

<http://www.twirpx.com>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, а также, при выполнении обучающимися, индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Основные показатели оценки результата
1	2
Умения: - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	- внешняя оценка визуальных показателей качества пищевого сырья; - техника взятия средней пробы; - определение лабораторно-практическим путем органолептических свойств продуктов питания (мяса рыбы молока) - определение качества пищевого сырья
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;	- расчет энергетической ценности блюд с нормальной, пониженной и повышенной ЕД калорийности для различных групп населения, с целью обеспечения здорового питания; - вычисление показателей калорийности основных питательных веществ пищевого сырья; - разработка классификации и градации сухих веществ блюда; - подготовка обобщения данных лабораторных исследований
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;	- разработка рационов питания для здоровых групп населения; - расчет физиологической составной диет; - поиск индивидуальных диет в зависимости от вида патологии; - выбор и разработка рационов питания от №1-15
Знания: - роль пищи для организма человека;	- определение значения пищи для организма человека; - изложение истории происхождения пищевых волокон; - перечисление пищевых добавок и их описание;
- основные процессы обмена веществ в организме;	- изложение основных процессов ассимиляции и диссимиляции в организме человека; - определение физиологии ассимиляции и диссимиляции;
- суточный расход энергии;	- расчёт суточного расхода энергии с учетом индивидуальных особенностей организма и вида работы; - изложение суточного расхода энергии в зависимости от физиологического состояния;
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	- описание состава различных продуктов питания с учетом в них микроэлементов, макроэлементов, витамин, ферментов, углеводов, жиров, белков для учета пищевой и энергетической ценности; - классификация продуктов питания по питательным веществам; - объяснение влияния питательных веществ на жизненные функции организма;
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	- воспроизведение структуры воды для оптимального питания - систематизация макроэлементов и микроэлементов; - классификация питательных веществ;
- физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	- описание физико-химических процессов пищеварительной системы; - систематизация структуры питательных веществ в зависимости от физико-химических изменений;

	- изложить особенности пищеварения белков, жиров, углеводов;
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	- перечисление молочных, вегетарианских, бессолевых, низкокалорийных диет для здорового человека; - определение оптимальности диет при различных патологиях; - описание различных видов диет;
- понятие рациона питания;	- описание различных видов патологий системы организма человека усвоении пищи; - определение белков, жиров и углеводов как биологической единицы животной клетки; - объяснения влияния генетики клетки на усвоение питательных веществ;
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;	- характеристика суточной нормы в потребления человека в питательных веществах; - перечисление суточной нормы ккал по каждой лечебной диете;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	- сообщение норм и рационального сбалансирования питания для различных групп населения; - изложение принципов сбалансированного питания; - воспроизведение и перечисление виды патологий по видам лечебно-профилактических диет;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;	- систематизация лечебно-профилактического питания по назначению; - перечисление макро- и микроэлементов являющихся основой лечебно и профилактическом питании;
- методики составления рационов питания	-представление методик составления рационов питания; -систематизация методик рационов питания.
Итоговый контроль (промежуточная аттестация) по завершению курса в форме дифференцированного зачета	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575788

Владелец Журик Юлия Андреевна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022