

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Загвоздина Любовь Сергеевна

Должность: Директор

Дата подписания: 19.09.2022 07:57:05

Уникальный программный ключ:

8ea9eca0be4f6fdd53da06ef676b3f826e1460eb

Министерство образования и науки Челябинской области

Автономная некоммерческая организация профессионального образования

«Челябинский колледж Комитент»

(АНОПО «Челябинский колледж Комитент»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02. ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

Специальность: 19.02.10 Технология продукции общественного питания

Квалификация выпускника: Техник - технолог

Содержание

1. Общая характеристика рабочей программы дисциплины.....	3
2. Структура и содержание дисциплины	4
3. Условия реализации дисциплины	8
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины.....	9

1.Общая характеристика рабочей программы дисциплины ОП.02. Физиология питания

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина ОП.02. Физиология питания является обязательной частью профессионального учебного цикла образовательной программы по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины ОП.02. Физиология питания обучающийся должен **уметь:**

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;

знать:

- роль пищи для организма человека;
- основные процессы обмена веществ в организме;
- суточный расход энергии;
- 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 пищеварения;
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;
- понятие рациона питания;
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания

Перечень формируемых компетенций

Общие компетенции (ОК):

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.

Профессиональные компетенции (ПК):

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.

Личностные результаты:

Демонстрирующий умение эффективно взаимодействовать в команде, вести диалог, в том числе с использованием средств коммуникации	ЛР 16
Демонстрирующий навыки анализа и интерпретации информации из различных источников с учетом нормативно-правовых норм	ЛР 17
Демонстрирующий готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.	ЛР 18
Удовлетворяющий гигиенические и эстетические потребности клиента в соответствии с оказываемой услугой и запросами потребителя	ЛР 22
Обеспечивающий соблюдение требований технологической безопасности, производственной санитарии, эстетики и эргономики	ЛР 23
Соблюдающий требования к внешнему виду и культуре поведения работников индустрии красоты	ЛР 24
Активно применять полученные знания на практике	ЛР 25

2 Структура и содержание дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы дисциплины	67
<i>в том числе в форме практической подготовки</i>	<i>10</i>
в том числе:	
теоретическое обучение	29
практические занятия	16
консультации	
<i>самостоятельная работа</i>	22
Промежуточная аттестация в форме	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание дисциплины ОП.02 Физиология питания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций и личностные результаты
1	2	3	4
4 семестр			
Раздел 1 Пищеварение			
Тема 1.1. Роль пищи для организма человека	Содержание учебного материала	9	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Роль пищи для организма человека. История и эволюция питания человека. Пищеварение: сущность, строение пищеварительной системы. Всасывание пищевых веществ, физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Усвояемость пищи. Факторы, влияющие на усвояемость пищи.	5	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
	Выполнение домашнего задания по разделу. Особенности переваривания белков, жиров, углеводов, конечные продукты переваривания. Значение пищевых веществ для организма человека. Последствия избытка или недостатка пищевых веществ		
Раздел 2. Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма			
Тема 2.1. Пищевые вещества.	Содержание учебного материала	11	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Состав пищевых продуктов. Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания. Белки, аминокислотный состав. Понятие об азотистом балансе, соотношение в рационе питания белков животного и растительного происхождения. Углеводы: виды, их источники, участие в обмене веществ. Витамины: виды, понятия о авитаминозах, гиповитаминозах, гипервитаминозах. Жиры: растительные и животные жиры, их состав, соотношение в суточном рационе питания. Минеральные вещества: виды, источники, суточная потребность. Вода: водно-солевой обмен. Водный баланс. Пищевая ценность различных продуктов питания	5	
	Практическое занятие	2	
	Практическая работа № 1: Состав пищевых продуктов. Пищевая ценность различных продуктов питания		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
Выполнение домашнего задания по разделу. Значение пищевых веществ для организма человека. Последствия избытка или недостатка пищевых веществ			
Тема 2.2. Обмен веществ и энергии. Важнейшие микробиологические	Содержание учебного материала	13	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4,
	Общее понятие об обмене веществ. Ассимиляция и диссимиляция. Энергозатраты человека, их зависимость от пола, возраста, физической нагрузки. Понятие о калорийности пищи, энергетическая ценность белков, жиров, углеводов. Энергетический баланс организма	5	
	Практическое занятие.	4	

процессы	Практическая работа № 2: Расчет суточного потребления пищи в зависимости от суточного расхода энергии Практическая работа № 3: Расчет энергетической ценности блюд.		ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
	Суточный расход энергии различных групп населения. Роль труда и физкультуры в обмене веществ. От чего зависит суточный расход энергии. Содержание учебного материала		
Раздел 3. Рациональное питание и физиологические основы его организации.			
Тема 3.1. Понятие рациона питания. Нормы и принципы рационального питания	Содержание учебного материала	13	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Рациональное питание: понятие, основные принципы (учет физиологических особенностей организма, сбалансированность пищевых веществ, разнообразие пищи). Режим питания и его значение. Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона. Порядок составления и физиологическая оценка меню для разных групп взрослого населения, детей и подростков	5	
	Практическое занятие	4	
	Практическая работа № 4: Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка. Определение химического состава и калорийности отдельных блюд и меню в целом. Составление суточного рациона питания		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
	Выполнение домашнего задания по разделу Особенности питания детей и подростков, студентов, пожилых людей. Разнообразие современных представлений о рациональном питании. Примерная тематика рефератов: 1. Модные диеты. 2. Вегетарианство. 3. Раздельное питание. 4. Организация питания в учебных заведениях. 5. Пищевые добавки. 6. Питание современного человека. 7. Функциональное питание		
Раздел 4. Лечебное и лечебнопрофилактическое питание.			
Тема 4.1 Лечебное и лечебно-профилактическое питание	Содержание учебного материала	13	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Лечебное питание: понятие, значение. Основные физиологические принципы построения лечебного питания. Принципы щажения: механическое, термическое, химическое. Постепенность расширения рациона питания, степень строгости диеты. Дробное питание, режим питания. Назначение и характеристика основных лечебных диет. Понятие о лечебно – профилактическом питании и его рационах	5	
	Практическое занятие	4	
	Практическая работа № 5: Составление меню суточного рациона в соответствии с указанной диетой, определение его химического состава и калорийности. Практическая работа № 6: Составление набора продуктов суточного рациона в соответствии с указанной диетой. Определение его химического состава и калорийности		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	
Выполнение домашнего задания по разделу. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы: назначение и характеристика основных лечебных диет. Подбор блюд для лечебного питания с учетом видов щажения по различным диетам.			

Раздел 5. Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов			
Тема 5.1. Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов.	Содержание учебного материала	8	ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
	Основные понятия органолептического метода оценки качества пищевого сырья и продуктов. Классификация, условия и методика проведения анализа. Критерии оценки	4	
	Практическое занятие	2	
	Практическая работа № 7:Проведение органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов. Практическая работа №8:Определение качества основного сырья Определение качества готовой продукции		
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	Выполнение домашнего задания по разделу. Порядок отбора проб для лабораторных испытаний, их упаковка, доставка в лабораторию, обеспечение сохранности. Особенности отбора проб полуфабрикатов, готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий разных видов		
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет		ОК 1 – ОК 9 ПК 1.1 – ПК 1.3, ПК 2.1 – ПК 2.3, ПК 3.1 – ПК 3.4, ПК 4.1 – ПК 4.4, ПК 5.1 – ПК 5.2, ПК 6.1 – ПК 6.5 ЛР 16-18, 22-25
Всего:		67	

3. Условия реализации дисциплины

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Для реализации программы дисциплины должно быть предусмотрено следующее специальное помещение: **Лаборатории микробиологии, санитарии и гигиены.** Помещение лабораторий должно соответствовать требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, необходимыми для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Лаборатории микробиологии, санитарии и гигиены

Оборудование учебной лаборатории:

Парты (2-х местная)

Стулья

Стол преподавателя

Стул преподавателя

Компьютер

Доска меловая

Лаборатории микробиологии, санитарии и гигиены обеспечены необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Библиотека, читальный зал с выходом в Интернет

Материальное оснащение, компьютерное и интерактивное оборудование:

Автоматизированное рабочее место библиотекаря

Автоматизированное рабочее место читателей

Автоматизированное рабочее место для лиц с ОВЗ

Принтер

Сканер

Стеллажи для книг

Кафедра

Выставочный стеллаж

Каталожный шкафа

Посадочные места (столы и стулья для самостоятельной работы)

Помещение для самостоятельной работы

Материальное оснащение, компьютерное и интерактивное оборудование:

Автоматизированные рабочие места обучающихся

Парты (2-х местные)

Стулья

Автоматизированные рабочие места обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду АНОПО «Челябинский колледж Комитент», с выходом в информационно-коммуникационную сеть «Интернет».

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основная литература:

1.Королев, А.А. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования: в 2 ч. Ч.1./А.А. Королев, Ю.В. Несвижский, Е.И. Никитенко. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 256 с.

2.Мартинчик, А.Н. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования: в 2 ч. Ч.2./А.А. А.Н. Мартинчик – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 240 с.

Дополнительная литература:

1. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».
2. СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».
3. СанПиН 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарно-эпидемиологические правила» (с дополнениями и изменениями №№ 1-2 в редакции СП 2.3.6.1254-03 и СП 2.3.6.2202-07).
4. СП 2.3.6.1066-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям торговли, изготовлению и обороту в них продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарно-эпидемиологические правила» (с изм. № 1 в ред. СП 2.3.6.2203-07).
5. СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов».
6. СанПиН 2.3.2.545-96 «Производство хлеба, хлебобулочных и кондитерских изделий». 7. СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству систем питьевого водоснабжения. Контроль качества».
8. СанПиН 3.5.2.1376-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации и проведению дезинсекционных мероприятий против синантропных членистоногих». 15
9. СП 3.5.1129-02 «Санитарно-эпидемиологические требования к проведению дератизации».
10. СП 3.1./3.2.1379-03 «Общие требования по профилактике инфекционных и паразитарных болезней».
11. СП 3.1.1.1117-02 «Профилактика острых кишечных инфекций».
12. СП 3.1.7.2616-10 «Профилактика сальмонеллеза».

Журналы:

1. Наша кухня. Выпечка. Режим доступа: <https://pressa-vsem.ru/zhurnalyi/17647-nasha-kuhnya-vurechka-7-iyul-.html>
- 2.«Просто вкусно и полезно» Режим доступа: <https://pressa-vsem.ru/culinary/15039-prosto-vkusno-i-polezno-specvypusk-8-avgust-.html>
- 3.. «Кулинарная школа Скатерти –Самобранки» <https://pressa-vsem.ru/culinary/12941-kulinarnaya-shkola-skaterti-samobranki-2-.html>
4. «Питание и общество» <https://pressa-vsem.ru/culinary/12978-2.html> 5.
5. Журнал «Санитария и гигиена» - <http://www.medlit.ru/medrus/gigien.htm>

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов; - рассчитывать энергетическую ценность блюд; - составлять рационы питания для различных категорий потребителей; <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль пищи для организма человека; - основные процессы обмена веществ в организме; - суточный расход энергии; - состав, физиологическое значение, энергетическую и 	<p>Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал курса, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними дискуссионными навыками и приемами, активно проявляет себя в групповой работе;</p> <p>Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных</p>	<p>Проверка конспектов, практических работ, Лабораторных работ, контрольных заданий по темам. Дифференцированный зачет.</p>

<p>пищевую ценность различных продуктов питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; - физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения; - усвояемость пищи, влияющие на нее факторы; - понятие рациона питания; - суточную норму потребности человека в питательных веществах; - нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; - назначение лечебного и лечебно-профилактического питания; - методики составления рационов питания 	<p>неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении дискуссионных вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, способен проявлять себя в групповой работе;</p> <p>Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач, не активен в групповой работе;</p> <p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно, не принимает участие в групповой работе.</p>	
---	--	--