

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области «Техникум индустрии питания и услуг «Кулинар»
(ГАПОУ СО «ТИПУ «Кулинар»)

СОГЛАСОВАНО
Методическим советом
Протокол от «30» 08 2018 г.
№ 162


УТВЕРЖДАЮ
Директор
Ф.Г. Исламгалиев
Приказ № 111/18
от «30» 08 2018 г.

**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.02. ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ**

2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **Ошибка! Заложка не определена.**
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 14

Организация разработчик: ГАПОУ СО «Техникум индустрии питания и услуг «Кулинар»

Разработчик: Горина Д. Н., преподаватель

Рассмотрена на заседании методического совета протокол № 12
от «30» 08 2018 г.

Председатель методического совета _____

Согласовано:

Зам. директора по УР _____ И. Н. Субботина

«30» 08 2018 г.

12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения примерной программы

Программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1 - 9 ПК 1.1 - 1.3, 2.1 - 2.3, 3.1 - 3.4, 4.1 - 4.4, 5.1 - 5.2, 6.1 - 6.5	<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 	<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 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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	44
Объем образовательной программы	66
в том числе:	
теоретическое обучение	20
лабораторные занятия (если предусмотрено)	-
практические занятия (если предусмотрено)	22
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
Самостоятельная работа	22
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет	2

Раздел 3. Физиология пищеварения и обмен веществ и энергии			
Тема 3.1 Пищеварение и усвояемость пищи. Энергетические затраты организма	Содержание учебного материала 1. Пищеварение: сущность, строение пищеварительной системы. 2. Роль пищеварительных ферментов, условия, влияющие на их активность. 3. Особенности переваривания белков, жиров, углеводов, конечные продукты переваривания. 4. Понятие об усвояемости основных пищевых веществ 5. Энергетические затраты организма: методы определения, факторы, влияющие на объем энергозатрат, нормирование энергетической ценности рациона питания. 6. Органолептическая оценка качества продукции общественного питания.	3 ПК 1.1-1.3, 3.3, 6.1-6.5	1
	Тематика практических занятий Виртуальная лабораторная работа «Изучение действия желудочного сока на белки, действия слюны на крахмал». Определение суточных энергозатрат хронометражно-табличным методом. Вычисление суточной потребности в основных пищевых веществах.	5 ОК 5	2
Тема 3.2 Пищевые добавки	Содержание учебного материала 1. Общие сведения о пищевых добавках. 2. Классификация пищевых добавок. 3. Требования к пищевым добавкам. 4. Применение пищевых добавок.	3 ПК 1.1-1.3, 3.3, 6.1-6.5	1
	Тематика практических занятий Виртуальная лабораторная работа «Изучение действия пищевых добавок на организм человека». Определение содержания пищевых добавок в продуктах питания.	5 ОК 5	2

8

Раздел 4. Физиологические основы питания различных групп населения			
Тема 4.1 Рациональное питание и физиологические основы его организации	Содержание учебного материала 1. Рациональное питание: понятие, основные принципы физиологических особенностей организации (учет сбалансированности пищевых веществ, разнообразие пищи). 2. Режим питания и его значение. 3. Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда. Адекватное питание. 4. Особенности питания людей, занятых умственным трудом, пожилых людей, студентов, беременных и кормящих женщин. Порядок составления и физиологическая оценка меню для разных групп взрослого населения.	4 ПК 2.2, 3.1, 3.3, 3.4, 4.1, 4.2	1
	Тематика практических занятий Разработка меню суточного рациона. Анализ пищевой ценности предложенного меню. Разнообразие современных представлений о рациональном питании.	6 ОК 2, 4, 5, 8, 9	3
Тема 4.2 Питание детей и подростков	Самостоятельная работа обучающихся Сообщение «Современная пища пирамиды». Сообщение «Мифы и предрассудки в питании. Современные мифы в аспекте требований физиологического питания»	4 ОК 2, 4, 8, 9	3
	Содержание учебного материала 1. Физиологические особенности детей и подростков. 2. Зависимость физиологических норм потребления белков, жиров, углеводов и калорийности пищи от возраста, пола, массы тела. Качественный подбор продуктов для детского питания. 3. Особенности режима питания детей и подростков.	2 ПК 2.2, 3.1, 3.3, 3.4, 4.1, 4.2	1
Тема 4.3 Питание беременных и кормящих женщин	Содержание учебного материала 1. Особенности физиологических процессов в организме беременной женщины. 2. Особенности питания беременных и кормящих женщин. 3. Особенности режима питания беременных и кормящих женщин.	4 ОК 2, 4, 8, 9	3
	Тематика практических занятий Определение пищевой и энергетической ценности суточного рациона питания школьника	2 ОК 2, 4, 5, 8, 9	3

9

	Самостоятельная работа обучающихся Сообщение «Особенности приготовления блюд детского питания»	2	ОК 2, 4	3
Тема 5.1 Диетическое и лечебно-профилактическое питание	Раздел 5. Лечебное и лечебно-профилактическое питание Содержание учебного материала 1. Диетическое питание: понятие, значение. Основные физиологические принципы построения диетического питания. Принципы щажения: механическое, химическое, термическое. Постепенность расширения рациона питания, степень строгости диеты. Дробное питание, режим питания. Понятие о полноте и диете. Назначение и характеристика основных лечебных диет, рекомендуемых при заболеваниях органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы, почек, нарушениях обмена веществ. 2. Лечебно-профилактическое питание: назначение и основные требования; профилактическое действие пищевых веществ при воздействии профессиональных вредностей.	3	ПК 2.2, 3.1, 3.3, 3.4, 4.1, 4.2	1
	Тематика практических занятий Характеристика лечебных диет	1	ОК 2, 4	2
Тема 5.2 Пищевая ценность продуктов питания	Самостоятельная работа обучающихся Сообщение «Профилактика ожирения».	2	ОК 2, 4	3
	Сообщение «Защитные компоненты пищевых продуктов»			
	Содержание учебного материала Пищевая ценность молока и молочных продуктов. Пищевая ценность мяса и мясных продуктов. Пищевая ценность яиц и яицетродуктов. Пищевая ценность рыбы и переработанных морепродуктов. Пищевая ценность зерна и продуктов переработки зерна. Пищевая ценность муки, хлеба и хлебобулочных изделий. Пищевая ценность овощей, фруктов и ягод. Пищевая ценность чая и кофе. Функциональные пищевые продукты.		ПК 1.1 - 5.2	3

	Тематика практических занятий Урок-конференция «Пищевая ценность продуктов питания животного и растительного происхождения. Функциональные пищевые продукты»	2	ПК 1.1 - 5.2	3
Дифференцированный зачет	Дифференцированный зачет	2		
		66		

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. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета.

Технические средства обучения:

1. компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа-проектор.

Оборудование кабинета:

1. посадочные места по количеству учащихся;
2. рабочее место преподавателя;
3. комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «Физиология питания».

3.2. Информационное обеспечение обучения

Федеральные законы и нормативные акты:

1. О безопасности пищевой продукции (ТР ТС 021/2011);
2. Пищевая продукция в части ее маркировки (ТР ТС 022/2011);
3. Технический регламент на масложировую продукцию (ТР ТС 024/2011);
4. О безопасности отдельных видов специализированной пищевой продукции, в том числе диетического лечебного и диетического профилактического питания (ТР ТС 027/2012);
5. Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств (ТР ТС 029/2012);
6. Федеральный закон от 2 января 2000 г. N 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов";
7. О защите прав потребителей (в редакции Федерального закона от 9 января 1996 года N 2-ФЗ) (с изменениями на 1 мая 2017 года)
8. Закон РФ "О техническом регулировании" (от 27.12.2002 №184-ФЗ) – введен в действие с 01.07.2003, с изменениями и дополнениями, в редакции ФЗ от 09.05.2005 №45-ФЗ и от 01.05.2007 №65-ФЗ, от 01.12.2007 №309-ФЗ;
9. Постановление Правительства РФ от 15 августа 1997 г. N 1036 "Об утверждении Правил оказания услуг общественного питания" (с изменениями и дополнениями);
10. СанПиН 2.3.2.1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов;
11. СП 2.3.6.1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья; СП 2.3.6.2202-07 Изменение №2 к СП 2.3.6.1079-01; СП 2.3.6.2820-10 Дополнения № 3 к СП 2.3.6.1079-01; СП 2.3.6.2867-11 Изменения и дополнения № 4 к СП 2.3.6.1079-01.

12. МР 2.3.1.2432-08 Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации

Основная учебная литература:

Мартинчик А. Н. Микробиология, физиология питания, санитария: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / А. Н. Мартинчик, А. А. Королёв, Ю. В. Несвижский. – М: Издательский центр «Академия», 2017 – 352 с.

Дополнительные источники:

1. Магохина З. П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии. – М: Издательский центр «Академия», 2015 – 256 с.
2. Антипов Е. Ф. Физиология питания: учебное пособие / Е. Ф. Антипов, С. Т. Прокопенко, В. В. Широкожухов. – СПб: Изд-во СПбГУЭФ, 2015. – 216 с.
3. Скурихин И. М. Химический состав российских продуктов питания: справочник / Под ред. член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002. – 236 с.

Интернет-ресурсы:

1. www.intelmeal.ru
2. www.ion.ru
3. <http://pharmascopy.com.ua/>
4. www.hij.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимся индивидуальных заданий, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения: - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов - рассчитывать энергетическую ценность блюд - составлять рационы питания для различных категорий потребителей	Выполнение практического задания; наблюдение; проверка соответствия требованиям к качеству. Выполнение практического задания; наблюдение; проверка соответствия требованиям методических рекомендаций. Выполнение практического задания; наблюдение; проверка соответствия требованиям методических рекомендаций.
Знания: - роль пищи в организме 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 - физиологическое значение питательных веществ в развитии детского организма, их суточные нормы потребления; - особенности питания беременных и кормящих матерей; - особенности питания пожилых и старых людей - назначение лечебного и лечебно-профилактического питания - характеристики основных диет, их энергетический и химический состав - методики составления рационов питания	Выполнение устных, письменных, тестовых заданий. Проверка соответствия выполнения тестовых заданий требованиям к результатам освоения дисциплины. Выполнение самостоятельной работы. Проверка соответствия выполнения заданий для самостоятельной работы требованиям к результатам данной работы.

Разработчик: Горина Д. Н., преподаватель _____