

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Черемшанский аграрный техникум»

Согласовано

Заместитель директора по УПР

 С.А.Малешин
«02» 09 2019 г.

Утверждаю

Директор ГАПОУ «ЧАТ»

 В.А.Островский
«02» 09 2019 г.


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.10 Физиология питания
по профессии 35.01.23 Хозяйка (-ин) усадьбы**

Рассмотрена на заседании
предметно-цикловой комиссии
общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1
от «02» сентября 2019 г.
Председатель ПЦК 

Черемшан, 2019 г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 35.01.23 Хозяйка (-ин) усадьбы

Организация-разработчик: ГАПОУ «Черемшанский аграрный техникум»

Разработчик: Мингулова Зульфия Мансуровна, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Физиология питания

1.1. Область применения программы

1.1. Область применения рабочей программы

Учебная дисциплина введена за счет вариативной части основной профессиональной образовательной программы по профессии СПО 35.01.23 Хозяйка(ин) усадьбы с целью получения дополнительных компетенций, умений и знаний для расширения функциональных обязанностей, соответствующих потребностям работодателей.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки).

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

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;

методику составления рационов питания;

ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;

общие требования к качеству сырья и продуктов;

условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров

уметь:

проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;

рассчитывать энергетическую ценность блюд; составлять рационы питания;

1.4 Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося- **66**часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося -**44**часа;

самостоятельной работы обучающегося- **22**часов.

лабораторная работа -15 часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 2.1.
Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	44
в том числе:	
лабораторные занятия	15
практические занятия	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	22
Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение.	Цели, задачи, дисциплины: физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров.	1	1
Раздел 1. Основы физиологии питания		35	
Тема 1.1. Основные пищевые вещества, их источники, роль в структуре питания	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Основные пищевые вещества: белки, жиры, углеводы, витамины и витаминоподобные соединения, микроэлементы, вода. Физиологическая роль основных пищевых веществ в структуре питания, суточная норма потребности человека в питательных веществах.</p> <p>2. Источники основных пищевых веществ, состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания.</p> <p>Практические занятия</p> <p>Практическое занятие №1 Сравнительная характеристика продуктов питания по пищевой и физиологической ценности.</p> <p>Практическое занятие №2 Источники основных пищевых веществ, состав физиологическое значение.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Самостоятельная работа №1 Оформление отчета по практическому занятию и подготовка к защите.</p>	3	2
		2	3
		2	2
		4	3

Тема 1.2. Пищеварение и усвоемость пищи	Содержание учебного материала	2	
	1. Понятие о процессе пищеварения. Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Усвоемость пищи: понятие, факторы, влияющие на усвоемость пищи.		1
	Практические занятия Практическое занятие №3 Изучение схемы пищеварительного тракта. Подбор продуктов питания, лучших с точки зрения усвоения пищи. Практическое занятие №4 Изучение факторов, влияющих на усвоемость пищи.	4 2 2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельная работа №2 Проработка конспекта занятия и подготовка к практическому занятию по раздаточному материалу.	3	3
Тема 1.3. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала Общее понятие об обмене веществ. Процессы ассимиляции и диссимиляции. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека. Общее понятие об обмене энергии. Понятие о калорийности пищи. Суточный расход энергии. Энергетический баланс организма. Методика расчета энергетической ценности блюда.	5	1
	Практические занятия	2	1

	<p>Практическое занятие №5 Методика расчета калорийности блюда.</p>		
Тема 1.4. Рациональное сбалансированное питание для различных групп населения.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Рациональное питание: понятие, основные принципы. Режим питания и его значение. Принципы нормирования основных пищевых веществ и калорийности пищи в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда. 2. Возрастные особенности детей и подростков. Нормы питания детей разного возраста. Особенности сырья и обработки блюд для детей и подростков, режим питания. Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании. Методики составления рационов питания. Составление рационов питания для различных категорий потребителей.</p>	5	2
	Практические занятия:	2	
	<p>Практическое занятие №6 Лечебное и лечебно-профилактическое питание. Методики составления рационов питания.</p>		
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельная работа №3 Решение ситуационных задач по заданным условиям.</p>	4	
Раздел 2. Основы товароведения		10	

продовольствен-

ных товаров.		
Тема 2.1. Товароведная характеристика основных групп продовольствен- ных товаров	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1 Состояние рынка продовольственных товаров. Классификация продовольственных товаров. Качество и безопасность продовольственных товаров.</p> <p>2 Ассортимент и характеристика, значение в питании, общие требования к качеству основных групп продовольственных товаров: овощей и грибов, зерновых, молочных продуктов, рыбы, рыбного сырья, мяса убойных животных, птицы, субпродуктов, яичных продуктов, пищевых жиров, кондитерских и вкусовых товаров.</p> <p>Значение овощей и грибов в питании.</p>	2
	<p>Лабораторные работы:</p> <p>Лабораторная работа №1 Изучение хозяйствственно-ботанических сортов корнеплодов.</p> <p>Лабораторная работа №2</p> <p>Ознакомление с ассортиментом круп и макаронных изделий.</p> <p>Лабораторная работа №3 Оценка качества молока по стандарту.</p> <p>Лабораторная работа №4 Оценка качества рыбы по органолептическим показателям.</p>	8
		2
		2
		2
		2
		2

	<p>Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельная работа №4 Оформление отчёта по лабораторной работе. Решение тестовых заданий.</p> <p>Самостоятельная работа №5 Оформление отчёта по лабораторной работе и решение ситуационных задач по раздаточному материалу.</p>	6	
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	6	
Условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.	1 Условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров. Тара и упаковочные материалы, маркировка тары.		
	Всего:	66	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация примерной программы учебной дисциплины «Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров» предполагает наличие лаборатории Товароведения продовольственных товаров.

Оборудование лаборатории и рабочих мест лаборатории Товароведение продовольственных товаров:

-доска учебная; -рабочее место для преподавателя;
-рабочие места по количеству обучающихся; -шкафы для хранения муляжей (инвентаря), раздаточного дидактического материала и др.;

- производственный стол;
- весы электронные;
- овоскоп;
- прибор для определения наличия нитратов; -
калориметр; -линейки;

- ножи.

Технические средства обучения:

- компьютер;
- средства аудиовизуализации;
- наглядные пособия (натуральные образцы, муляжи, плакаты, DVD фильмы, мультимедийные пособия).

3.2. Информационное обеспечение обучения Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Нормативные документы:

1. СанПиН 3.5.1378-03 Санитарно-эпидемиологические требования к организации и осуществлению дезинфекционной деятельности
2. Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 51074-2016 Продукты пищевые Информация для потребителя. Общие требования.
3. «О качестве и безопасности пищевых продуктов», ФЗ-29 от 02.01.2000
4. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», ФЗ-52 от 30.03.2016
5. Правила оказания услуг общественного питания. Утв. Постановлением Правительства РФ от 15.08.17 № 1036 с измен. и дополн. от 01.06.16 № 389

Основные источники:

6. Матюхина З.П. «Основы физиологии питания, гигиены и санитарии» - М, «Академия», 2016
7. Мартинчик А.Н. «Физиология питания, санитария и гигиена», - М, «Академия», 2017

8. В. А. Тимофеев. Товароведение и экспертиза продовольственных товаров Лаб. практикум РОСТОВ-Н/Д: Феникс, 2016

9. Товароведение и экспертиза продовольственных товаров. Лабораторный практикум. В.М. Криштафович. Издательско-торговая корпорация «Дашков и К» М-2009 10. В. А. Тимофеев. Товароведение продовольственных товаров. - РОСТОВ-Н/Д: Феникс, 2017

Дополнительные источники

11. Малыгина В.Ф., Рубина В.А. Основы физиологии питания, гигиена и санитария, - М.: Экономика, 2016 .Азаров В.Н. Основы микробиологии и санитарии. - М.: Экономика, 2016

13. Скурихин И.М., Тутельян В.А. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник, М.: ДеЛи, Агропромиздат, 2017

Интернет ресурсы:

1. О качестве и безопасности пищевых продуктов [Электронный ресурс]: федер. закон: [Принят Гос. Думой 1 декабря 1999 г.: одобр. Советом Федерации 23 декабря 1999 г.: по состоянию на 26 декабря 2017 г.]. – Режим доступа: <http://docs.kodeks.ru/document/901751351>

2. Правила оказания услуг общественного питания [Электронный ресурс]: Постановление Правительства РФ: [Утв. 15 августа 1997 г. №1036: в ред. от 10 мая 2017 №276]. – Режим доступа: <http://ozpp.ru/laws2/postan/post7.html>

3. Вестник индустрии питания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pitportal.ru/>

4. Всё о весе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.vseovese.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Коды формируемых профессиональных и общих компетенций	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь: -проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов; -расчитывать энергетическую ценность блюд; -составлять рационы питания для различных категорий потребителей;	OK 3 ПК 3.1 ПК 8.2 ПК 5.1 ПК 7. OK 3 ПК 4.3 ПК 8.3 OK 7 ПК 5.2 ПК 3.4 ПК 6.2 ПК 8.5 OK 6 ПК 6.3 ПК 2.4 OK 7.3 ПК 8.5 ПК 2.4 ПК 3.3	Оценка освоенных умений в ходе выполнения практических работ по теме: «Основные пищевые вещества, их источники, роль в структуре питания» <i>Зачёт</i> Контроль формирования умений в форме защиты практических работ Контроль усвоения умений в форме контрольной работы. <i>Зачёт</i> Контроль знаний - тестирование по теме: «Пищеварение и усвоемость пищи» Контроль усвоения знаний в форме тестирования. Текущий контроль в форме тестовых заданий по теме: «Обмен веществ и энергии» Текущий контроль в форме устного опроса.
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;

ОК 8

-роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	ПК 4.2 ОК 4 ПК 5.3 ПК 4.2	Текущий контроль в форме тестовых заданий по теме: «Рациональное сбалансированное питание для различных групп населения».
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	ПК 6.2 ПК 8.2 ОК 5	Контроль знаний - тестирование по теме: «Товароведная характеристика основных групп продовольственных товаров» <i>Зачёт</i>
-усвоемость пищи, влияющие на нее факторы;	ПК 2.3 ОК 7.1 ПК 8.4	Контроль формирования знаний в форме защиты лабораторных работ. <i>Зачёт</i>
-понятие рациона питания;	ПК 4.3 ОК 1 ПК 5.1 ПК 4.3	В ходе проведения лабораторной работы, решение тестовых задач
-суточную норму потребности человека в питательных веществах;	ПК 5.2 ПК 7.2 ОК 3	В ходе проведения практического занятия, защита отчёта.
-нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	ОК 6 ПК 5.3 ПК 3.2 ПК 6.1	Контроль формирования знаний в форме защиты лабораторных работ.
-назначение лечебного и лечебно-профилактического	ПК 2.5 ПК 3.3 ОК 5	Контроль усвоения знаний в форме контрольной работ.

питания;		<i>Зачёт</i>
-методики составления рационов питания;	OK 8 ПК 3.3 ПК 8.4	Текущий контроль в форме устного опроса.
-ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;	OK 5 ПК 5.4 ПК 3.2 OK 6	Текущий контроль в форме тестовых заданий.
		<i>Зачёт</i>

<p>-общие требования к качеству сырья и продуктов;</p> <p>-условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.</p>	<p>ОК 6 ПК 5.2</p> <p>ОК 3 ПК 6.1</p> <p>ПК 6.4 ПК 5.1 ОК 4 ОК 7</p>	<p>Контроль формирования знаний в форме защиты практических работ. <i>Зачёт</i></p> <p>Контроль формирования знаний в форме защиты лабораторных работ. <i>Зачёт</i></p>
--	--	---

