МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ, НАУКИ И ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ТОРГОВО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УР
ГБПОУ «КБТТК»
Ю.Н.Болгова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **ОП.02 «Физиология питания»**

по специальности среднего профессионального образования

19.02.10 Технология продукции общественного питания

Квалификация – **Техник-технолог**

Срок обучения на базе основного общего образования – 3 года 10 месяцев

Количество часов:
Максимальная учебная нагрузка –81
Самостоятельная работа –27
Обязательная учебная нагрузка -54
Теоретическое обучение –42
Практические занятия – 12
Курс изучения – 2
Семестр - 4

Нальчик, 2021 г.

Рабочая программа ОП.02 «Физиология питания» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) ***19.02.10 Технология продукции общественного питания***, утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2014 г. N 384

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Кабардино-Балкарский торгово-технологический колледж».

Разработчик: Аушева Наталья Игоревна. – преподаватель ГБПОУ «КБТТК».

Рабочая программа рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии профессиональных дисциплин

Рабочая программа соответствует требованиям к содержанию, структуре, оформлению.

Протокол № 9 от 12.05.2021г

Председатель ЦМК_____ Курашинова З.С

Программа одобрена на заседании методического совета колледжа и рекомендована к использованию в учебном процессе.

СОДЕРЖАНИЕ

1. **ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **4**

2. **СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **5**

3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **15**

4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **17**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Основы бухгалтерского учёта

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **19.02.10 «Технология продукции общественного питания»**

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам и входит в профессиональный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

Общие и профессиональные компетенции	**Дескрипторы сформированности (действия)**	**Уметь**	**Знать**
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.	Распознавание сложных проблемных ситуаций в различных контекстах. Проведение анализа сложных ситуаций при решении задач профессиональной деятельности. Определение этапов решения задачи. Определение потребности в информации. Осуществление эффективного поиска. Выделение всех возможных источников нужных ресурсов, в том числе неочевидных. Разработка детального	Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте. Анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части. Правильно выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы. Составить план действия. Определять необходимые ресурсы. Владеть актуальными методами работы в профессиональной и	Актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить. Основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте. Алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях. Методы работы в профессиональной и смежных сферах. Структура плана для решения задач. Порядок оценки

	плана действий. Оценка рисков на каждом шагу. Оценка плюсов и минусов полученного результата, своего плана и его реализации, определение критериев оценки и рекомендаций по улучшению плана.	смежных сферах. Реализовать составленный план. Оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника).	результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Планирование информационного поиска из широкого набора источников, необходимого для выполнения профессиональных задач Проведение анализа полученной информации, выделяет в ней главные аспекты. Структурировать отобранную информацию в соответствии с параметрами поиска; Интерпретация полученной информации в контексте профессиональной деятельности	Определять задачи поиска информации Определять необходимые источники информации Планировать процесс поиска Структурировать получаемую информацию Выделять наиболее значимое в перечне информации Оценивать практическую значимость результатов поиска Оформлять результаты поиска	Номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности Приемы структурирования информации Формат оформления результатов поиска информации
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	Использование актуальной нормативно-правовой документацию по профессии (специальности) Применение современной научной профессиональной	Определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности Выстраивать траектории профессионального и	Содержание актуальной нормативно-правовой документации Современная научная и профессиональная терминология Возможные траектории профессионального развития и

	терминологии Определение траектории профессионального развития и самообразования	личностного развития	самообразования
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Участие в деловом общении для эффективного решения деловых задач Планирование профессиональной деятельность	Организовывать работу коллектива и команды Взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Психология коллектива Психология личности Основы проектной деятельности
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Грамотно устно и письменно излагать свои мысли по профессиональной тематике на государственном языке Проявление толерантность в рабочем коллективе	Излагать свои мысли на государственном языке Оформлять документы	Особенности социального и культурного контекста Правила оформления документов.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе общечеловеческих ценностей.	Понимать значимость своей профессии (специальности) Демонстрация поведения на основе общечеловеческих ценностей.	Описывать значимость своей профессии Презентовать структуру профессиональной деятельности по профессии (специальности)	Сущность гражданско-патриотической позиции Общечеловеческие ценности Правила поведения в ходе выполнения профессиональной деятельности
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных	Соблюдение правил экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; Обеспечивать ресурсосбережение на	Соблюдать нормы экологической безопасности Определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной	Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности Основные ресурсы задействованные в профессиональной

ситуациях.	рабочем месте	деятельности по профессии (специальности)	деятельности Пути обеспечения ресурсосбережения.
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	Применение средств информатизации и информационных технологий для реализации профессиональной деятельности	Применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач Использовать современное программное обеспечение	Современные средства и устройства информатизации Порядок их применения и программное обеспечение в профессиональ-ной деятельности
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	Применение в профессиональной деятельности инструкций на государственном и иностранном языке. Ведение общения на профессиональные темы	Понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые) писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы	правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности особенности произношения правила чтения текстов профессиональной направленности

ПК 1.1-1.5 ПК 2.1-2.8 ПК 3.1-3.6 ПК 4.1-4.5 ПК 5.1-5.5		Обеспечивать хранение сырья и пищевых продуктов в соответствии с инструкциями и регламентами, стандартами чистоты, соблюдением товарного соседства. Проверять органолептическим способом качество, безопасность сырья, продуктов. Распознавать недоброкачественные продукты. Использовать нитрат-тестер для оценки безопасности сырья. Соблюдать условия, сроки хранения, товарное соседство пищевых продуктов при складировании, хранении.	Ассортимент, требования к качеству, условия и сроки хранения сырья и продуктов. Виды, назначение и правила эксплуатации приборов для экспресс оценки качества и безопасности пищевого сырья, продуктов и материалов. Правила, условия, сроки хранения пищевых продуктов. Регламенты, стандарты, в том числе система анализа, оценки и управления опасными факторами (система ХАССП (HACCP)), касающиеся хранения особо скоропортящихся продуктов

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 81 час, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 54 часа;
- самостоятельной работы обучающегося – 19 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем часов**
Объем образовательной программы	81
Самостоятельная работа	27
Обязательная учебная нагрузка в том числе:	54
теоретическое обучение	42
лабораторные занятия	-
практические занятия	12
Контрольная работа	2
Промежуточная аттестация проводится в форме - дифференцированного зачета	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1 ***Основные понятия физиологии питания***				
Тема 1.1. Значение питания в жизни человека			2	
	1	Основные понятия физиологии питания	1	1
	2	История эволюция питания	1	1
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			
	Практические работы (не предусмотрены)			
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1. Написание доклада «Значение пищевых веществ для организма человека»			

	2. Написание реферата «Последствия избытка или недостатка пищевых веществ»			
Тема 1. 2. Пищевые вещества и их значение			10	
	1	Общие понятия о пищевых веществах	1	1
	2	Белки	1	1
	3	Жиры	1	1
	4	Свойства жиров	1	1
	5	Углеводы	1	1
	6	Свойства углеводов	1	1
	7	Витамины	1	1
	8	Сохранение витаминов при кулинарной обработке	1	1
	9	Минеральные вещества	1	1
	10	Вода	1	1
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			
	Практические работы (не предусмотрены)			
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся			

	1. Изучение правил кулинарной обработки овощей, предупреждающих разрушение витамина С.			
Тема 1.3. Пищеварение и усвояемость пищи			4	
	1	Пищеварение пищи в желудке и роль поджелудочной железы	1	
	2	Роль печени в процессе пищеварения	1	
	3	Пищеварение в тонком и толстом кишечнике	1	
	4	Усвояемость пищи	1	
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			
	Практические работа (не предусмотрены)			
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1. Изучение физико-химического изменения пищи в процессе пищеварения. 2. Составление схемы «Схема пищеварительного аппарата»			

Тема 1.4. Обмен веществ и энергии			6	
	1	Общее понятие об обмене веществ	1	1
	2	Суточный расход энергии человека	1	1
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			
	Практические работа			
	1	Осуществление расчета теоретической и практической энергетической ценности продуктов	1	2
	2	Осуществление расчета теоретической и практической энергетической ценности блюд на завтрак	1	2
	3	Осуществление расчета теоретической и практической энергетической ценности блюд на обед.	1	2
	4	Осуществление расчета теоретической и практической энергетической ценности блюд на ужин.	1	2
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1. Изучение физико-химического изменения в процессе пищеварения 2. Изучение механизма возбуждения секреторной деятельности пищеварительных органов. 3. Составление схемы пищеварительного аппарата			

		4. Составление схемы строения ворсинок 5. Составление списка органов выделяющих активные пищеварительные соки 6. Составление кроссворда на тему: «Усвояемость пищи»		
Раздел 2 Питание всех групп населения				
Тема 2.1. Питание различных групп взрослого населения			12	
	1	Рациональное сбалансированное питание	1	1
	2	Нормы и принципы рационального сбалансированного питания	1	1
	3	Требования к режиму и суточному рациону питания	1	1
	4	Принципы составления суточного рациона питания	1	1
	Лабораторные работа			
	1	Расчет суточного потребления пищи в зависимости от суточного расхода энергии	1	2
	2	Расчет суточного потребления пищи в зависимости от суточного расхода энергии	1	2
	Практические работа			
	1	Составить меню сбалансированного питания для людей пожилого возраста	1	2
	2	Составить меню сбалансированного питания для людей пожилого возраста	1	2

	3	Составить меню рационального питания для подростков	1	2
	4	Составить меню рационального питания для подростков	1	2
	5	Составление рациона питания на один день с учетом физиологических норм для групп взрослого населения (мужчины).	1	2
	6	Составление рациона питания на один день с учетом физиологических норм для групп взрослого населения (женщины).	1	2
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1 Выполнение домашних заданий по теме 1.5. 2. Написание сообщения на тему: «Пищевые добавки» 3. Изучение материала на тему: «Альтернативные способы питания» 4. Написание реферата на тему: «Пища как источник токсических и биологически активных веществ» 5. Изучение материала на тему: «Питание и предупреждение болезней» 6. Составление кроссворда на тему: «Энергетическая ценность пищи»			
Тема 2.2. Особенности питания детей и подростков			6	
	1	Возрастные особенности питания детей и подростков	1	1

	2	Нормы питания детей и подростков	1	1
	3	Особенности сырья и кулинарной обработки блюд	1	1
	4	Режим питания детей и подростков	1	1
	Лабораторные работа			
	1	Составление рациона питания на один день с учетом физиологических норм для детей.	1	2
	2	Составление рациона питания на один день с учетом физиологических норм для подростков	1	2
	Практические работы (не предусмотрены)			
	Контрольные работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1. Написание реферата: «Особенность кулинарной обработки продуктов для детского питания»» 2. Изучение материала по теме: «Витамины и минеральные вещества необходимые для детей, обеспечивающие их рост». 3. Составление таблицы на тему: «Физиологические потребности в пищевых веществах различных групп населения» 4. Составление таблицы на тему: «Нормы физиологических потребностей витаминов у детей и подростков»			
Тема 2.3. Лечебное питание			16	
	1	Задачи лечебного питания	1	1

	2	Принципы построения лечебного питания	1	1
	3	Организация лечебного питания в лечебно-профилактическом питании	1	1
	4	Характеристика стандартных диет, применяемых в лечебно-профилактическом лечении	1	1
	5	Основной вариант стандартной диеты	1	1
	6	Вариант диеты с механическим и химическим щажением	1	1
	7	Вариант диеты с повышенным количеством белка (высокобелковая диета)	1	1
	8	Вариант диеты с пониженным количеством белка (низкобелковая диета)	1	1
	9	Характеристика диет номерной системы	1	1
	10	Характеристика диеты № 1,2	1	1
	11	Характеристика диеты № 4,5	1	1
	12	Характеристика диеты № 7,8	1	1
	Лабораторные работы (не предусмотрены)			
	Практические работы (не предусмотрены)			
	Самостоятельная работа учащихся 1. Составление меню дневного рациона питания по диете №4 2. Составление меню дневного рациона питания по диете №5 3. Составление меню дневного рациона питания по диете №9 4. Написание реферата на тему: «Лечебно-профилактическое питание»			

	5. Составление меню дневного рациона питания по диете №10 6. Составление меню дневного рациона питания по диете №11 7. Составление меню дневного рациона питания по диете №15		
	Дифференцированный зачет	2	
Всего	**Объем образовательной нагрузки**	54	
	Самостоятельная работа	19	
	Всего занятий	81	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.2. Информационное обеспечение обучения

Нормативная документация:

1. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения (с изменениями от 30 декабря 2001 г., 10 января, 30 июня 2003 г., 22 августа 2004 г., 9 мая, 31 декабря 2005 г.)

2. ФЗ РФ О качестве и безопасности пищевых продуктов (с изменениями от 30 декабря 2001 г., 10 января, 30 июня 2003 г., 22 августа 2004 г., 9 мая, 5, 31 декабря 2005 г., 31 марта, 30 декабря 2006 г., 12 июня, 23 июля, 27 октября, 22, 30 декабря 2008 г., 28 декабря 2010 г., 18, 19 июля 2011 г.)

Основные источники:

1. Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии: учеб. для нач. проф. образовании/ З.П.Матюхина. - М.: ИЦ «Академия», 2019.
2. Мартинчик, А.Н. Физиология питания, санитария и гигиена: учеб. пособие для сред. проф. образования/А.Н. Мартинчик и др. - М.: ИЦ «Академия», 2019.
3. ГОСТ 50647-94 « Общественное питание. Термины и определения»
4. ГОСТ 28-1-95 « Общественное питание . Требование к производственному персоналу»
5. Сан Пи Н 42-123-1417-86 « Санитарные правила для предприятий общественного питания»

Дополнительные источники:

1. Богатырева, Е.А. Основы физиологии, санитарии и гигиены: теоретические основы профессиональной деятельности : учеб. пособие/ Е.А. Богатырева, Л.П. Точкова, С.В.Соколова, А.П. Елепин. – М.: Академкнига/Учебник, 2017.

2. Рубина, Е.А. Микробиология, физиология питания, санитария: учеб. пособие/Е.А.Рубина, В.Ф.Малыгин - М.:ФОРУМ, 2018 (Профессиональное образование).

Интернет-ресурсы:

http://www.tehbez.ru

http://www.vashdom.ru

http://www.tehdoc.ru

http://www.xserver.ru

http://sklad-zakonov.narod.ru

http://spacelint-spb.ru

Периодические издания:

84866 Общепит: бизнес и искусство (журнал);

85181 Товаровед продовольственных товаров (журнал).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Умения:	
проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов.	Лабораторная работа. Устный опрос.
рассчитывать энергетическую ценность блюд.	Практические занятия, индивидуальный устный опрос
составлять рационы питания для различных категорий потребителей.	Практические занятия, решения ситуационных задач, внеаудиторная самостоятельная работа.
Знания:	
роль пищи для организма человека.	Тестирование, устный опрос.
основные процессы обмена веществ в организме;	Тестирование, устный опрос
суточный расход энергии;	Практическое занятие, внеаудиторная самостоятельная работа.

Состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания;	Устный опрос, тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа.
Роль питательных и минеральных веществ, витаминов и воды в структуре питания;	Устный опрос
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	Устный опрос
усвояемость пищи, влияющие на неё факторы;	Устный опрос
понятие рациона питания;	Практические задания, устный опрос
суточную норму потребности человека в питательных веществах;	Практические задания, устный опрос
нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	Практические задания, устный опрос
назначения лечебного и лечебно-профилактического питания;	Тестирование
методики составления рациона питания.	Практические задания, устный опрос