

Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Южный аграрный техникум»

Рассмотрено
на заседании методической
комиссии техникума
Протокол № 1 от 04.09 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБПОУ «Южный аграрный
техникум»

О.В.Ванева

Приказ № 17 от 08.09 2017 г.



**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА
по специальности**

19.02.10 Технология продукции общественного питания

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

название учебной дисциплины

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология питания

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины ОП.02 «Физиология питания» предназначена для реализации государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников ППСЗ по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, входящей в состав укрупнённой группы специальностей 19.00.00 Промышленная экология и биотехнологии.

Программа подготовки специалистов среднего звена учебной дисциплины может быть использована при освоении и разработке программы одноименной дисциплины ОПОП профессий и специальностей, а так же в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по техническому и естественно - научному профилю.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина относится к общепрофессиональному учебному циклу в пределах освоения ОПОП СПО на базе среднего общего образования — программы подготовки специалистов среднего звена (ППСЗ).

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требование к результатам освоение учебной дисциплины:

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

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен 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 неё факторы;
- понятие рациона питания;
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 32 часа;
- самостоятельной работы обучающегося 16 час

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
Лабораторно-практические занятия	11
контрольные работы	5
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	2

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Физиология питания			
Введение	Содержание учебного материала	1	1
	1. Значение и развитие науки физиологии	1	
Тема 1.1. Пищевые вещества и их значение	Содержание учебного материала	3	2
	1. Белки, жиры, углеводы. Общие понятия и характеристика белков, жиров и углеводов. Функции, которые выполняют белки, жиры и углеводы в организме человека. Нормы суточного потребления. Основные группы углеводов.	1	
	2. Витамины, минеральные вещества и вода - характеристика, значение, функции, содержание в продуктах и в жизнедеятельности человека. Нормы суточного потребления.	1	
	3. Методика расчета белков, жиров и углеводов в продуктах. Понятие энергетической ценности продуктов, калориметра. Правила определения энергетической ценности продукта путем расчетов.	1	
	Практические работы	2	
	1. Изучение таблицы «Химический состав продуктов питания».	1	
	2. Расчет пищевой ценности продуктов питания.	1	
	Самостоятельная работа учащихся	3	3
	1. Составление опорного конспекта по теме: «Пищевые вещества и их значение» 2. Заполнение таблиц составленных преподавателем: - таблица углеводов, - таблица витаминов, - таблица минеральных веществ. 3. Решение производственных задач.		
Тема 1.2. Пищеварение и усвояемость пищи	Содержание учебного материала	2	
	1. Процесс пищеварения. Пищеварение: сущность, строение пищеварительной системы. Значение процесса пищеварения. Роль	1	

		поджелудочной железы, печени, толстого кишечника в процессе пищеварения.		2
	2.	Усвояемость пищи. Понятие об усвояемости пищи основных пищевых веществ. Факторы, влияющие на усвояемость пищи. Усвояемость пищи растительного и животного происхождения и смешанной пищи.	1	
	Практические работы		1	2
	1.	Составление схемы пищеварительного аппарата.	1	
	Контрольная работа: 1.Контрольные вопросы и задания.		1	
	Самостоятельная работа учащихся:		2	3
	1. Подготовить реферат по теме «Изменение калорийности пищи при кулинарной обработке». 2. Составление опорного конспекта «История и эволюция питания человека».			
Тема 1.3. Обмен веществ и энергии.	Содержание учебного материала		2	
	1.	Обмен веществ. Основные процессы обмена веществ, происходящие в организме человека. Процессы ассимиляции и диссимиляции. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека. Специфическое динамическое действие пищи.	1	2
	2.	Суточный расход энергии человека. Понятия калории, основного обмена. Коэффициент физической активности. Расчет суточного расхода энергии на определенную группу населения.	1	
	Практические работы		1	2
	1.	Составление таблиц на соответствие коэффициента физической активности (КФА) группам труда.	1	
	Контрольная работа: 1.Контрольные вопросы и задания.		1	3
	Самостоятельная работа учащихся		2	3
	1. Составление опорного конспекта по теме «Энергетические затраты организма и потребность в энергии». 2. Подготовить сообщение по теме «Энергетическая ценность продукта».			
Тема 1.4. Рациональное сбалансированное питание	Содержание учебного материала		2	
	1.	Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы. Определение рационального и сбалансированного питания. Основные принципы сбалансированного питания. Определение режима питания.	1	2

	2.	<i>Альтернативные теории о питании.</i> Виды альтернативного питания их действие на организм.	1	
	Контрольная работа: 1.Контрольные вопросы и задания.		1	
	Практические работы:		2	2
	1.	Составление рациона питания с учетом физиологических потребностей.	1	
	2.	Заполнение таблицы режима питания в течении дня.	1	
	Самостоятельная работа:		3	3
	1. Составление опорного конспекта по теме: «Рациональное сбалансированное питание».			
	2. Реферативная работа на тему: «Альтернативные теории о питании».			
	3. Подготовить сообщение «Пищевая ценность пищи».			
Тема 1.5 Особенности питания детей и подростков.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	<i>Возрастные особенности и нормы питания детей.</i> Суточные физиологические нормы питания детей разных возрастов. Суточная потребность детей в минеральных веществах, витаминах.	1	
	2.	<i>Требования к кулинарной обработке блюд для детей.</i> Санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков. Особенности сырья и кулинарной обработки блюд. режим питания детей и подростков.	1	
	Практические работы		2	2
	1.	Составление рациона питания детей разных возрастов.	1	
	2.	Составить таблицу нормы потребности белка, для детей.	1	
	Контрольная работа: 1.Контрольные вопросы и задания.		1	3
	Самостоятельная работа учащихся		3	
	1. Составление опорного конспекта по теме: «Особенности питания детей и подростков».			
	2. Реферативная работа на тему: «Особенность кулинарной обработки продуктов для детского питания»			
3. Подготовить сообщение «Режим питания детей и подростков».				
Тема 1.6 Лечебное питание.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	<i>Задачи и принципы построения лечебного питания.</i> Задачи лечебного питания. Основные организации и проведения лечебного	1	

		питания. Основные принципы лечебного питания.		
	2.	<i>Диетическое питание.</i> Характеристика диетического питания. Требования предъявляемые к диетическому питанию. Перечень продуктов, которые можно отнести к специальным лечебным средствам.	1	
	Практические работы		3	2
	1.	Составление рациона питания с учетом конкретной диеты.	1	
	2.	Составление таблицы: «Продукты, как лечебное средство».	1	
	3.	Составление меню для конкретной диеты.	1	
	Контрольная работа: 1.Контрольные вопросы и задания.		1	3
	Самостоятельная работа учащихся		3	3
	1. Реферативная работа на тему: «Каким должно быть питание современного человека».			
	2. Составление опорного конспекта по теме: «Цели и принципы лечебного питания»			
Дифференцированный зачет			2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебного кабинета микробиологии, физиология питания, санитарии и гигиены.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект электронных учебно-наглядных пособий;
- дидактический материал;
- плакаты, таблицы;
- комплект учебно-методической документации.

Технические средства обучения:

- компьютер;
- проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования в 2 ч. Ч.1 / А.А. Королев, Ю.В. Несвижский, Е.И. Никитенко. – М.: Издательский центр «Академия», 2017-256с.
2. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования в 2 ч. Ч.2 / А.Н. Мартинчик. – М.: Издательский центр «Академия», 2017-240с.
3. Основы микробиологии, физиологии питания, санитарии и гигиены: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования :/ Т.А. Лаушкина – М.: Издательский центр «Академия», 2017-240с.
4. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Т. А. Лаушкина. — М.: Издательский центр «Академия», 2014.—144 с.http://www.academia-moscow.ru/inet_order/

Интернет ресурсы:

[http:// www.kulina.ru](http://www.kulina.ru).

<http://povary.ru>.

<http://vkus.by> «Кулинарный портал». Форум доступа:

<http://www.Horega.ru> Главный портал индустрии гостеприимства и питания. Форум доступа:

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, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
должен уметь: В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов; - рассчитывать энергетическую ценность блюд; - составлять рационы питания; В результате освоения дисциплины обучающийся должен 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 неё факторы; - понятие рациона питания; - суточную норму потребности человека в питательных веществах; - нормы и принципы рационального сбалансированного питания; - назначение лечебного и лечебно-профилактического питания; - методики составления рационов питания	Устный опрос, экспертное наблюдение в ходе практических работ; отчеты по практическим работам; письменный опрос; тестирование; оценка выполнения внеаудиторной самостоятельной работы. Дифференцированный зачет.