

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОЛЛЕДЖ «КРАСНОСЕЛЬСКИЙ»**

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
на заседании Педагогического Совета
СПб ГБПОУ «Колледж «Красносельский»

Протокол № 9 от 25.06 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор СПб ГБПОУ
«Колледж «Красносельский»

Г.И. Софина
2020 г.
Приказ № 25.06 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПД.02 Физиология питания

**основной профессиональной образовательной программы
среднего профессионального образования
по специальности**

19.02.10 Технология продукции общественного питания

СОГЛАСОВАНО

Эксперт(ы) от работодателя: _____



Санкт-Петербург

2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология питания

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания входящей в состав укрупненной группы специальностей 19.00.00 Промышленная экология и биотехнологии.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании, при организации курсовой подготовки, повышении квалификации кадров или иных видов переподготовки, а также по всем направлениям профессиональной подготовки кадров

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

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 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.

Процесс изучения дисциплины способствует формированию профессиональных компетенций, соответствующих основным видам профессиональной деятельности (по базовой подготовке):

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, легкие и сложные холодные закуски.

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

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

Объем образовательной программы 51 час,

Работа во взаимодействии с преподавателем 34 часа

в том числе:

- теоретические занятия – 24 часа;

- практические занятия – 10 часов.

Самостоятельная работа – 17 часов.

1.5. Количество часов из вариативной части на освоение рабочей программы дисциплины: отсутствуют.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	51
Работа во взаимодействии с преподавателем	34
в том числе:	
- теоретические занятия	24
- лабораторные занятия	
- практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	17
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

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
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Введение	Роль физиологии питания в мировой концепции «Здоровое питание».	1	1
Тема 1. Роль пищевых веществ в жизнедеятельности организма человека.	Содержание учебного материала	14	2
	1. Белки, их физиологическая роль. Строение белка. Пищевая ценность белка.	6	
	2. Липиды. Физиологическая роль жиров, их химический состав. Пищевая и биологическая ценность жиров. Жироподобные вещества.		
	3. Углеводы, их физиологическая роль. Классификация углеводов.		
	4. Витамины и их роль в питании человека. Классификация витаминов. Факторы, разрушающие и сохраняющие витамины.		
	5. Минеральные вещества, их физиологическая роль. Классификация минеральных веществ.		
	6. Вода. Физиологическая роль воды в организме человека.		
	Практические занятия ПЗ№1 «Влияние витаминов на организм человека» ПЗ№2 «Влияние на организм минеральных веществ»	2	
Самостоятельная работа СР№ 1. Подготовить реферат на тему: Система ХАССП в общественном питании 2. Заполнить таблицы: «Водорастворимые и жирорастворимые витамины», «Минеральные вещества». 3. Подготовить презентацию на тему «Химический состав основных продуктов питания»	6		
Тема 2. Физиология пищеварения.	Содержание учебного материала	10	1
	1. Сущность процессов пищеварения. Строение желудочно-кишечного тракта.	3	
	2. Строение и функция печени и поджелудочной железы.		
3. Ферменты пищеварения, состав и свойства.			

	Практические занятия №3 ПЗ№3 Изменение пищевых веществ в организме человека	3	
	Самостоятельная работа СР№ 4. Подготовить реферат на тему: «Роль пищеварительных ферментов» СР№ 5. Задание. Распределите пищевые вещества (жиры, белки, углеводы, минеральные вещества, витамины, воду) по группам	4	
Тема 3. Рациональное питание.	Содержание учебного материала	13	
	1. Обмен веществ. Энергетические затраты организма и энергетическая ценность пищевых продуктов и готовых блюд.	6	2
	2. Методы определения энергозатрат человека.		
	3. Основные принципы рационального питания.		
	4. Питание детей и подростков. Роль основных пищевых веществ в питании детей и подростков.		
	5. Организация режима питания детей и подростков		
	6. Особенности питания лиц пожилого и старческого возраста. Потребность в пищевых веществах.		
	Самостоятельная работа СР№ 6. Выполнить расчёт энергетической ценности пищевых продуктов СР№ 7. Подготовить творческое задание в виде доклада на тему «Нетрадиционные методы питания» СР№ 8. Анализ суточного рациона питания	4	
Практические занятия ПЗ№4 Составление меню суточного рациона питания ПЗ№5 Расчёт энергетической ценности блюд ПЗ№ 6 Составление меню суточного рациона питания для школьников	3		
	Содержание учебного материала	11	
Тема 4. Питание как лечебный и профилактический фактор	1. Физиологические и научные основы лечебного питания. Особенности новой системы стандартных диет.	6	2
	2. Организация и оценка качества питания больных.		

	3. Разработка рекомендаций по оптимизации лечебного питания.		
	4. Лечебно-профилактическое питание и его роль в защите организма человека при работе с вредными веществами.		
	5. Рационы, применяемые в лечебно-профилактическом питании.		
	6. Правила выдачи и организация лечебно-профилактического питания		
	Практические занятия: №7 ПЗ № 7 Составление меню суточного рациона питания в соответствии с диетой.	2	
	Самостоятельная работа СР № 9. Подготовить презентацию на тему «Диетическое питание» СР № 10. Заполнить таблицу «Характеристика диет»	3	
	Комплексный дифференцированный зачет	2	
	ВСЕГО	51	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология питания

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- оборудованное рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Физиология питания»;
- объемные модели строения желудочно-кишечного аппарата человека;
- образцы меню школьных столовых, столовых лечебных учреждений и столовых при промышленном предприятии с вредными условиями труда;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедийный проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. ИД Кнорус ЭБС Васюкова А.Т. Физиология питания, учебник 2018 г

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология питания

4.1. Контроль освоения умений и знаний

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
рассчитывать энергетическую ценность блюд	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
составлять рационы питания для различных категорий потребителей	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
Знания:	
роль пищи для организма человека	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
основные процессы обмена веществ в организме	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
суточный расход энергии	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения	Контрольная работа Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет
усвояемость пищи, влияющие на нее	Контрольная работа, Оценка на

факторы	<i>практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>
понятие рациона питания	<i>Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>
суточная норма потребности человека в питательных веществах	<i>Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>
нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения	<i>Решение практических ситуаций, Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>
назначение лечебного и лечебно-профилактического питания	<i>Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>
методики составления рационов питания	<i>Оценка на практических занятиях, результаты самостоятельной работы Дифференцированный зачет</i>

4.2. Контроль освоения общих компетенций

Общие компетенции	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Осознание необходимости постижения теоретического и практического обучения получаемой профессии, как основного источника для существования в будущей социальной и трудовой сфере.	Наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе обучения. Отзывы с мест прохождения практики. Результаты участия в конкурсах.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Умение самостоятельно и в составе группы единомышленников планировать и выполнять любую задачу теоретической и практической направленности определенной руководством в области своей изучаемой профессии.	Анализ результатов практических работ.
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Умение ориентироваться в быстро меняющейся окружающей среде с возможностью принятия решения на действие.	Выполнение практических работ при моделировании действий человека в различных ситуациях.
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного	Умение использовать разные источники информации: - для выполнения	Отчет о новостях в профессиональной сфере.

выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	практических, внеаудиторных работ в процессе обучения; - самообразования, повышения уровня профессиональной подготовленности в будущей трудовой деятельности.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	Осознание необходимости обучаться и использовать в профессиональной деятельности современных компьютеризированных комплексов и технологий, как неотъемлемой части общего прогрессивного развития техно сферы.	Использование информационных технологий для подготовки презентаций.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	Способность и умение развивать в себе навыки корпоративной этики в процессе обучения, как залог успешности в дальнейшей профессиональной деятельности.	Оценка по поведению. Результаты участия в командных мероприятиях.
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	Способность работы в коллективе при выполнении общей задачи.	Оценка участия в общих дискуссиях, семинарах, при контрольных опросах по пройденным темам.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Способность выбора необходимой информации из всего информационного поля для повышения самообразования в профессиональном и личностном развитии.	Оценка выполнения практических работ и занятий, контрольной работы.
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	Способность вовремя и быстро ориентироваться в изменяющихся технологиях в профессиональной деятельности.	Оценка усвоения информации при изучении тематики обучения курса безопасности жизнедеятельности.