

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АГРОТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ» с. Дивное**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ»  
основной профессиональной образовательной программы  
по специальности среднего профессионального образования  
19.02.10 «Технология продукции общественного питания»**

1 курс обучения

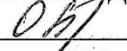
Дивное, 2020г.

**ОДОБРЕНА**

на заседании Методического объединения  
ГБПОУ АТ с. Дивное

(наименование комиссии)

**Председатель Методического объединения  
ГБПОУ АТ с. Дивное**

 **Переверзева О.А.**  
**Протокол №1 от «28» августа 2020г.**

**УТВЕРЖДЕНО:**  
приказом № 148/М.ОД от «31» августа 2020г.



Разработчик: *Тимура Ольга Валерьевна, преподаватель специальных дисциплин  
ГБПОУ АТ с. Дивное*

Рецензент: *Ольга Анатольевна Переверзева заместитель директора по учебно-  
(внутренний) работе ГБПОУ АТ с. Дивное*  
соответствует требованиям к результатам освоения и условиям  
основной профессиональной образовательной программы подготовки  
среднего профессионального образования 19.02.10 Технология

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. АННОТАЦИЯ</b>	4
<b>2. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	11
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	20

# **1. АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02 «ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ» ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 19.02.10 «ТЕХНОЛОГИЯ ПРОДУКЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ»**

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

Дисциплина ОП.02 «Физиология питания» принадлежит к общепрофессиональному циклу.

В результате освоения учебной 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 учебной 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.

Количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:  
максимальной учебной нагрузки обучающегося **106** час, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **75** часа;
- самостоятельной работы обучающегося **31** часов.

Результатом освоения программы является овладение обучающимися профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Анализировать возможности организации по производству продукции общественного питания в соответствии с заказами потребителей.
ПК 1.3	Контролировать качество выполнения заказа.
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 4	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности

ОК 6	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 7	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности

## **2. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Физиология питания**

#### **2.1. 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.

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

#### **2.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина.

#### **2.3. 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 общих компетенций:

ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6 Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7 Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.



ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9 Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

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. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 106 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 75 часа;

практические работы – 22 часа;

самостоятельной работы обучающегося – 31 часов.

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Физиология питания

#### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>106</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>75</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	22
	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>31</b>
тематика внеаудиторной самостоятельной работы: – <i>поиск и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме дисциплины;</i> – <i>выполнение домашних заданий;</i> – <i>изучение тем, вынесенных на самостоятельное изучение;</i> – <i>подготовка к практическим занятиям.</i>	
<i>промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

### 3.2 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>
<b>Раздел 1. Пищеварение</b>		<b>75</b>	
Тема 1.1. Роль пищи для организма человека.	Роль физиологии питания в мировой концепции «Здоровое питание». Пищеварение. Усвояемость пищи.		1
	<b>Практические занятия №1;</b> 1. Процесс пищеварения.	2	
<b>Раздел 2. Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма</b>	Белки, их физиологическая роль. Строение белка. Пищевая ценность белка.	14	2
	Липиды. Физиологическая роль жиров, их химический состав. Пищевая и биологическая ценность жиров. Жироподобные вещества.		
	Углеводы, их физиологическая роль. Классификация углеводов.		

	Витамины и их роль в питании человека. Классификация витаминов. Факторы, разрушающие и сохраняющие витамины.		
	Минеральные вещества, их физиологическая роль. Классификация минеральных веществ.		
	Вода. Физиологическая роль воды в организме человека.		
	<b>Практические занятия №2</b> Физиологическое значение витаминов и минеральных веществ.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> 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»	10	
<b>Раздел 3 Рациональное питание и физиологические</b>			

<b>основы его организации</b>			
Тема 3.1 Физиология пищеварения.	Обмен веществ и энергии. Понятие рациона питания. Нормы и принципы рационального питания.	12	1
	Основные принципы рационального питания.		
	Питание детей и подростков. Роль основных пищевых веществ в питании детей и подростков.		
	Организация режима питания детей и подростков		
	Особенности питания лиц пожилого и старческого возраста. Потребность в пищевых веществах.		
	<b>Практические занятия №3;4;5;6;7;8;9;10;11;12;</b> Изменение пищевых веществ в организме человека Изучение пищевой ценности продуктов при тепловой обработке. Расчет энергетической ценности всего суточного рациона питания. Расчет суточного расхода энергии человека. Изучение групп населения в зависимости от КФА. Химический состав и калорийность пищи. Изучение пищевой ценности блюд. Составление и физиологическая оценка меню для подростков.	12	

	Изучение режима питания детей ясельного, дошкольного возраста.		
	<b>Самостоятельная работа</b> 4. Подготовить реферат на тему: «Роль пищеварительных ферментов» 5. Задание. Распределите пищевые вещества (жиры, белки, углеводы, минеральные вещества, витамины, воду) по группам	6	
<b>Раздел 4 Лечебное и лечебно – профилактическое питание</b>	Физиологические и научные основы лечебного питания.	14	2
	Особенности новой системы стандартных диет.		
	Организация и оценка качества питания больных.		
	Разработка рекомендаций по оптимизации лечебного питания.		
	Лечебно-профилактическое питание и его роль в защите организма человека при работе с вредными веществами.		
	Рационы, применяемые в лечебно-профилактическом питании.		
	Правила выдачи и организация лечебно-профилактического питания		
	<b>Самостоятельная работа</b> 6. Выполнить расчёт энергетической ценности пищевых	6	

	продуктов 7. Подготовить творческое задание в виде доклада на тему «Нетрадиционные методы питания» 8. Анализ суточного рациона питания		
	<b>Практические занятия: № 13;14</b>	4	
	Определение химического состава и калорийности меню лечебного питания. Составление меню суточного рациона в соответствии с указанием диет.		
<b>Раздел 5 Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов</b>	Тема 5.1. Формы и методы проведения органолептической оценки	12	2
	<b>Практические занятия: №14;15</b> Изучение органолептических методов оценки качества пищевого сырья и продуктов. Изучение проведения органолептической оценки качества сырья, блюд.	2	



	<b>Самостоятельная работа</b> 9. Подготовить презентацию на тему «Диетическое питание» 10. Заполнить таблицу «Характеристика диет»,	9	
	<b>дифференцированный зачет</b>	1	
<b>ВСЕГО</b>		<b>106</b>	

Для характеристики уровня 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)

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Физиология питания**

#### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины не требует наличия учебного кабинета по дисциплине «Физиология питания», дисциплина может проводиться в кабинете «Технологического оборудования кулинарного и кондитерского производства»

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.

#### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов. М. Академия . 2019г

Мартинчик А.Н. Микробиология, физиология питания, санитария. Учебник для СПО.- М. Академия, 2019г.

**Дополнительные источники:**

Мартинчик А.Н. Физиология питания: учебник для СПО.- М. Академия, 2015г.

Мартинчик А.Н. Микробиология, физиология питания, санитария. Учебник для СПО.- М. Академия, 2015г.

**Интернет-ресурсы:**

Доступ подключения к НЭБ

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### Физиология питания

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения:</b>	
проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	<i>Практические задания,</i>
рассчитывать энергетическую ценность блюд	<i>Практические задания</i>
составлять рационы питания для различных категорий потребителей	<i>Практические задания, домашняя работа</i>
<b>Знания:</b>	
роль пищи для организма человека	<i>Контрольная работа, домашняя работа</i>
основные процессы обмена веществ в организме	<i>Контрольная работа, домашняя работа</i>
суточный расход энергии	<i>Практические занятия</i>
состав, физиологическое значение,	<i>Практические занятия</i>

энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания	
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	<i>Практические занятия</i>
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения	<i>Контрольная работа</i>
усвояемость пищи, влияющие на нее факторы	<i>Контрольная работа, домашняя работа</i>
понятие рациона питания	<i>Практические занятия</i>
суточная норма потребности человека в питательных веществах	<i>Практические занятия</i>
нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения	<i>Решение практических ситуаций, домашняя работа</i>
назначение лечебного и лечебно-профилактического питания	<i>Практические занятия, домашняя работа</i>
методики составления рационов питания	<i>Решение практических ситуаций</i>