

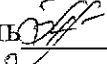
**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КАМЧАТСКОГО КРАЯ**


**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАМЧАТСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТЕХНОЛОГИИ И СЕРВИСА»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ С ОСНОВАМИ ЛЕЧЕБНОГО И
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ**

по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих по
профессии 43.01.09 Повар, кондитер

г. Петропавловск – Камчатский,
2019 г.

Рассмотрено и одобрено
на заседании методической комиссии
преподавателей специальных дисциплин
и мастеров производственного обучения
протокол № 6
от «15» февраля 2019 г.
Председатель  А.Ю. Баранова

Утверждаю
Заместитель директора
по учебно-производственной
работе
 О.Н. Толоконникова
«15» февраля 2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта по профессии
43.01.09 Повар, кондитер, утв. Приказом Министерства образования и
науки Российской Федерации от 09.12.2016 №1565 (с изм. и доп.)

Организация-разработчик:

КГПОАУ «Камчатский колледж технологии и сервиса»

Разработчик: Лисовская Е.С., преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология питания с основами лечебного и социального питания

1.1. Область программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Физиология питания с основами лечебного и социального питания» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.12.2016 N 1565 (с изм. и доп.), является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина относится к общепрофессиональному циклу, связана с освоением профессиональных компетенций по всем профессиональным модулям, входящим в образовательную программу.

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

Цель дисциплины - формирование системного подхода в изучении современных естественнонаучных знаний в области общей физиологии, представлении о жизнедеятельности организма человека, системы питания человека, обеспечивающей адаптивное воздействие на организм.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

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

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;
- методику составления рационов питания;
- ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;

- общие требования к качеству сырья и продуктов;
- общие требования к качеству сырья и продуктов;
- условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 52 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 40 часов;
самостоятельная работа учащихся 12 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)	<i>52</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>52</i>
в том числе:	
Лабораторно - практические занятия	<i>12</i>
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физиология питания с основами лечебного и социального питания»

Наименование разделов и тем	№ п/п	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1		2	3	4
Раздел 1.				
Пищеварение.				
Тема 1.1. Роль пищи для организма человека	Содержание учебного материала		6	2
	Теоретические занятия			
	1	1 Роль пищи для организма человека. История и эволюция питания человека.	2	
	2	2 Пищеварение: сущность, строение пищеварительной системы. Всасывание пищевых веществ, физико - химические изменения пищи в процессе пищеварения.	2	
	3	3 Усвояемость пищи. Факторы, влияющие на усвояемость пищи.	2	
Раздел 2.				
Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма.				
Тема 2.1. Пищевые вещества.	Теоретические занятия		8/4	2
	4	1 Состав пищевых продуктов. Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания. Белки, аминокислотный состав.	2	
	5	2 Углеводы: виды, их источники, участие в обмене веществ. Витамины: виды, понятия о авитаминозах, гиповитаминозах, гипервитаминозах.	2	
	6	3 Жиры: растительные и животные жиры, их состав, соотношение в суточном рационе питания.	2	
	7	4 Минеральные вещества: виды, источники, суточная потребность. Вода: водно-солевой обмен. Водный баланс. Пищевая ценность различных продуктов питания.	2	
	Практические занятия:		4	2
	8	1 Определение состава пищевых продуктов.	1	
	9	2 Определение состава пищевых продуктов.	1	
	10	3 Определение пищевой ценности различных продуктов питания.	1	
	11	4 Определение пищевой ценности различных продуктов питания.	1	
	Тема 2.2. Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала: Энергетический обмен организма. Энергетическая ценность пищи. Понятие о калорийности пищи.		6/4
Теоретические занятия		6	2	
14		1 Общее понятие об обмене веществ. Ассимиляция и диссимиляция.	2	

	15	2	Энергозатраты человека, их зависимость от пола, возраста, физической нагрузки.	2	
	16	3	Понятие о калорийности пищи, энергетическая ценность белков, жиров, углеводов. Энергетический баланс организма.	2	
Практическое занятие				4	2
	17	1	Расчет суточного потребления пищи в зависимости от суточного расхода энергии.	1	
	18	2	Расчет суточного потребления пищи в зависимости от суточного расхода энергии.	1	
	19	3	Расчет энергетической ценности блюд	1	
	20	4	Расчет энергетической ценности блюд	1	
Раздел 3.					
Рациональное питание и физиологические основы его организации					
Тема 3.1. Понятие рациона питания. Нормы и принципы рационального питания.			Содержание учебного материала: Современная пирамида здорового питания и принципы ее конструирования. Определение понятий рациональное, оптимальное питание. Основные нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения, в том числе детского питания: энергетические затраты основного обмена, формулы расчета величины основного обмена. Методики составления рационов питания для различных возрастных категорий населения	6/2	
Теоретические занятия				6	2
	23	1	Рациональное питание: понятие, основные принципы. Режим питания и его значение.	2	
	24	2	Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона.	2	
	25	3	Адекватное питание. Порядок составления и физиологическая оценка меню для разных групп взрослого населения, детей и подростков	2	
Практические занятия:				2	2
	26	1	Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка.	1	
	27	2	Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка.	1	
Раздел 4.					
Лечебное и лечебно –профилактическое питание.					
Тема 4.1. Лечебное и лечебно – профилактическое питание.			Содержание учебного материала: Лечебное питание: понятие, назначение и основные физиологические принципы его построения. Характеристика основных диет. Особенности составления суточного рациона-меню для различных диет с учетом энергетической ценности. Назначение лечебно-профилактического питания и понятие о его рационах. Методика составления рациона питания для различных диет. Альтернативные виды питания. Экология и питание человека.	8/2	

			Теоретические занятия	8	2
29	1	Лечебное питание: понятие, значение. Основные физиологические принципы построения лечебного питания.		4	
30	2	Дробное питание, режим питания. Назначение и характеристика основных лечебных диет. Понятие о лечебно – профилактическом питании и его рационах.		4	
			Практические занятия:	2	2
31	1	Составление меню суточного рациона в соответствии с указанной диетой, определение его химического состава и калорийности.		1	
32	2	Составление меню суточного рациона в соответствии с указанной диетой, определение его химического состава и калорийности.		1	
Раздел 5.					
Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов.					
Тема 5.1. Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов.		Содержание учебного материала: Классификация основных методов оценки качества пищевого сырья и продуктов. Характеристика органолептического метода оценки качества.		5	
			Теоретические занятия	6	2
34	1	Основные понятия органолептического метода оценки качества пищевого сырья и продуктов.		2	
35	2	Классификация, условия и методика проведения анализа. Критерии оценки.		2	
36	3	Зачёт		2	
Всего				40/12	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия лаборатории товароведения продовольственных товаров;

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя,
- рабочие места обучающихся,
- доска,
- персональный компьютер,
- мультимедийная установка,
- плакаты,
- натуральные образцы продукции,
- таблицы.

Оборудование лаборатории:

- химические реактивы для проверки качества сырья,
- химическая посуда,
- вентиляционный короб,
- ванна для мытья посуды,
- раковина для мытья рук.

Учебно-дидактические средства:

Презентация «Белки, жиры, углеводы.»

Презентация «Обмен веществ»

Тестовые задания (текущий контроль)

Листы с печатной основой – «Определение качества пищевых продуктов»

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Радченко Л.А. Организация производства и обслуживания на предприятиях общественного питания (для СПО и НПО). Учебник, ИЦ "Академия" 2016– 432 с.

2. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, санитарии и гигиены – М.: ОИЦ "Академия», 2018

3. Лутошкина Г.Г. Основы физиологии питания – М.: ОИЦ «Академия», 2018

Дополнительная литература:

1. Богатырева Е.А. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены – Академкнига, 2010.

2. Дубцов Г.Г. Товароведение пищевых продуктов. – Академия, 2009.

3. Ермакова В.И. Основы физиологии питания – Москва, 2011.

4. Казанцева Н.С. Товароведение продовольственных товаров – изд-во Дашков и Ко, 2009.

5. Кругляков Г. Н., Круглякова Г.В. Товароведение продовольственных товаров. Учебник. – Москва, 2011.
6. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии и санитарии – Москва, Академия 2010.
7. Никифорова Н.С. Справочник по товароведению продовольственных товаров в 2-х томах – Москва, 2009.
8. Тимофеева В. А. Товароведение продовольственных товаров.– Феникс, 2008.
9. Тимофеева В.А. Товароведение продовольственных товаров и экспертиза. – Феникс, 2010.

Интернет-ресурсы:

www.npo.Skool-cabinet.ru

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ С ОСНОВАМИ ЛЕЧЕБНОГО И СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией, которую проводит преподаватель.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине самостоятельно разрабатываются преподавателем и доводятся до сведения обучающихся не позднее начала двух месяцев от начала обучения.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля преподавателем создаются комплекты оценочных средств (КОС).

КОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки (таблицы).

4.1. Контрольно-измерительные материалы по дисциплине «Физиология питания с основами лечебного и социального питания»

Темы	Результаты	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
Тема 1.1. Роль пищи для организма человека			
Тема 2.1. Пищевые вещества	<u>Освоенные умения:</u> -проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	Выполняет приемы органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов;	Фронтальный опрос Тестирование

	<p><u>Усвоенные знания:</u> -роль пищи для организма человека; 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;</p>	<p>Различает и классифицирует основные группы минеральных веществ, витаминов, микроэлементов; Поясняет роль пищи для организма человека. Поясняет роль микроэлементов и воды в структуре питания; физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения.</p>	
<p>Тема 2.2. Обмен веществ и энергии</p>	<p><u>Освоенные умения:</u> -рассчитывать энергетическую ценность блюд; <u>Усвоенные знания:</u> - основные процессы обмена веществ в организме; суточный расход энергии; состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;</p>	<p>Выполняет расчёты энергетической ценности блюд; Различает основные процессы обмена веществ в организме, методики составления рационов питания</p>	<p>Фронтальный опрос Тестирование Практическая работа</p>
<p>Тема 3.1. Понятие рациона питания. Нормы и принципы рационального питания.</p>	<p><u>Освоенные умения:</u> -составлять рационы питания для различных категорий потребителей; - понятие рациона питания; <u>Усвоенные знания:</u> - суточную норму потребности человека в питательных веществах; -нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;</p>	<p>Поясняет роль рационального сбалансированного питания для различных групп населения; Составляет рационы питания для различных категорий потребителей;</p>	<p>Фронтальный опрос Тестирование Практическая работа</p>
<p>Тема 4.1. Лечебное и лечебно – профилактическое питание.</p>	<p><u>Освоенные умения:</u> -составлять рационы питания для различных категорий потребителей; <u>Усвоенные знания:</u> - назначение лечебного и лечебно-профилактического питания; -методики составления рационов питания</p>	<p>Поясняет роль лечебно-профилактического питания; Различает и классифицирует основные группы диет. Составляет рационы питания для различных категорий потребителей;</p>	<p>Фронтальный опрос Тестирование</p>
<p>Тема 5.1. Органолептический метод оценки качества пищевого сырья и продуктов.</p>	<p><u>Освоенные умения:</u> - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов; <u>Усвоенные знания:</u> - роль органолептического метода оценки качества пищевого сырья и продуктов;</p>	<p>Поясняет роль органолептического метода оценки качества пищевого сырья и продуктов; Выполняет оценку качества сырья и готовой продукции органолептическим методом.</p>	<p>Тестирование</p>

Оценка знаний, умений и навыков по результатам текущего контроля производится в соответствии с универсальной шкалой:

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90-100	5	отлично
80-89	4	хорошо
70-79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно

5.Рефераты по дисциплине «Физиология питания с основами лечебного и социального питания».

1. «Пищеварение»
2. «Значение пищевых веществ для организма человека»
3. «Роль труда и физкультуры в обмене веществ»
4. «Суточный расход энергии различных групп населения»
5. «Модные диеты, плюсы и минусы»
6. «Вегетарианство»
7. «Раздельное питание»
8. «Организация питания в учебных заведениях»
9. «Пищевые добавки»
10. «Питание современного человека»
11. «Функциональное питание»
12. «Назначение и характеристика основных лечебных диет»
13. «Аппетит и голод»
14. «Витамины в питании»
15. «Профилактика авитаминоза»
16. «Пища - источник минеральных веществ»
17. «Функции воды в организме человека»
18. «Углеводы в пищевых продуктах»
19. «Жиры в пищевых продуктах»
20. «Холестерин и пищевые жиры – основные источники развития атеросклероза»
21. «Белки – основной строительный материал организма»
22. «Пища как источник энергии»
23. «Пищеварительная система человека»
24. «Баланс энергии»
25. «Питание и предупреждение заболеваний»

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ С ОСНОВАМИ ЛЕЧЕБНОГО И
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**

для студентов набора 2019, 2020 года
на базе основного общего образования
на 2020/2021 учебный год

Изменения и дополнения
рассмотрены и одобрены
на заседании методической комиссии
преподавателей специальных дисциплин
и мастеров производственного обучения,
протокол № 9
от 25 мая 2020 г.

В рабочую программу на 2020/2021 учебный год изменения и дополнения не вносились.

№п/п	Раздел	Содержание дополнений/изменений	Основания для внесения дополнений/изменений
-	-	-	-

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ С ОСНОВАМИ ЛЕЧЕБНОГО И
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**

для студентов набора 2019, 2020, 2021 года
на базе основного общего образования
на 2021/2022 учебный год

Изменения и дополнения рассмотрены и одобрены на заседании методической комиссии преподавателей специальных дисциплин и мастеров производственного обучения, протокол № 9 от 25 мая 2021 г.

В рабочую программу на 2021/2022 учебный год были внесены следующие изменения и дополнения:

№п/п	Раздел	Содержание дополнений/изменений	Основания для внесения дополнений/изменений
1	Раздел 1 Паспорт рабочей программы профессионального модуля, п. 1.2. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля	Изложить в следующей редакции ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере	Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17.12.2020 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования»

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ С ОСНОВАМИ ЛЕЧЕБНОГО И
СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**

для студентов набора 2019, 2020, 2021, 2022 года
на базе основного общего образования
на 2022/2023 учебный год

Изменения и дополнения рассмотрены и одобрены на заседании методической комиссии преподавателей специальных дисциплин и мастеров производственного обучения, протокол № 9 от 23 мая 2022 г.

В рабочую программу на 2022/2023 учебный год внесены следующие изменения и дополнения:

№п/п	Раздел	Содержание дополнений/изменений	Основания для внесения дополнений /изменений
-	3. Условия реализации программы дисциплины	В список литературы внесены следующие основные источники: 1) Васильева, И. В. Физиология питания: учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. В. Васильева, Л. В. Беркетова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00275-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513270	Соблюдение требования ФГОС СПО по специальности 43.01.09 Повар, кондитер (п.4.3.4.)