



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по профессии среднего профессионального образования 19.01.17 Повар, кондитер приказ Минобрнауки РФ от 17 мая 2010 г. № 516, зарегистрирован в Минюсте РФ 1 июня 2010 г. N 17682),

**Организация-разработчик: ГАПОУ ШТТ**

Разработчики:

Ходырева Ольга Ивановна, преподаватель спец. дисциплин ГАПОУ ШТТ

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>
<b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

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

## **ОП.02 Физиология питания с основами товароведения**

### **продовольственных товаров**

#### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии (профессиям) НПО **19.01.17 Повар, кондитер**

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании по переподготовке и повышению квалификации профессионалов. Подготовке работников в сфере обслуживания для профессии 260807.01 повар, кондитер в дополнительном профессиональном образовании (повышение квалификации и переподготовка) 16675 Повар, 12901 Кондитер.

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

Дисциплина входит в общепрофессиональный цикл

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

**В результате освоения учебной 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 нее 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;
- условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров;

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студента - 90 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки студента - 60 часов;  
самостоятельной работы студента - 30 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	90
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	60
в том числе:	
практические занятия	30
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	30
Итоговая аттестация в форме <i>Дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП 02. Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект) (если предусмотрена)	Объем часов	Уровень усвоения
<b>Раздел 1</b> <b>Введение в основы физиологии питания</b>			
<b>Тема 1.1.</b> Изучение роли пищи для организма человека и основные процессы обмена веществ.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>17</b>	
	1. <b>Роль пищи для организма человека:</b> Состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания. Определение роли пищи для организма человека.	1	1
	2. <b>Основные процессы обмена веществ в организме:</b> Изучение основных процессов обмена веществ в организме. Изучение физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения	1	2
	3. <b>Суточный расход энергии:</b> Изучение понятий рациона питания. Суточная норма потребности человека в питательных веществах.	2	2
	4. <b>Состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания.</b>	1	
	5. <b>Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания:</b> Общие сведения о белках, жирах, углеводах, витаминах, минеральных веществах и воде	3	2
	6. <b>Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения:</b> Физиология пищеварения. Пищеварительная система человека.	2	2
	7. <b>Усвояемость пищи, влияющие на нее факторы:</b> Усвояемость и непереносимость пищи	2	2
	8. <b>Понятие рациона питания:</b> Изучение методики составления рационов питания. Питание различных групп населения.	1	2

	9.	<b>Суточная норма потребности человека в питательных веществах:</b> Изучение суточного расхода энергии человека.	1	2
	10.	<b>Нормы и принципы рационального сбалансированного питания:</b> Рациональное сбалансированное питания. Нормы и принципы.	2	2
	11.	<b>Методика составления рационов питания</b>	1	
	<b>Практическая работа</b>		<b>10</b>	
	№1. Расчет энергетической ценности блюд. №2. Составление рационов питания.			
<b>Раздел 2 Основы товароведения продовольственных товаров</b>				
<b>Тема 2.1.</b> Общие сведения о продовольственных товарах и их хранении	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>6</b>	
	1.	<b>Ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров:</b> Изучение ассортимента и характеристика основных групп продовольственных товаров. Классификация пищевых продуктов.	2	2
	2.	<b>Общие требования к качеству сырья и продуктов:</b> Изучение общих требований к качеству сырья и продуктов. Качество пищевых продуктов и методы его определения. Стандартизация пищевых продуктов.	2	2
	3.	<b>Условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров:</b> Организация условий хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.	2	2

	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>	
	№1. Проведение органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов		
<b>Раздел 3 Лечебное питание</b>			
<b>Тема 3.1.</b> Изучение лечебного питания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>7</b>	
	<b>Характеристика особенностей лечебного питания:</b> Задачи принципы построения лечебного питания. Характеристика диет. Лечебно-профилактическое питание.		<b>2</b>
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	№ 9 Составление рациона лечебного питания для диет № 1 № 10 Составление рациона лечебного питания для диет № 9		
	<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>30</b>	
	Реферат по теме: «Роль пищевых веществ в питании человека», «Питание различных групп населения», «Вкусовые продукты». Доклад «Общие сведения о продовольственных товарах» Презентация по теме: «Классификация пищевых продуктов» Реферат: «Основы хранения и консервирования пищевых продуктов» Реферат на тему: «Подбор блюд для различных видов диет» Тесты на тему: «Характеристика диет» Презентация: «Виды лечебно-профилактического питания в Оренбургской области»		

	ВСЕГО:	90	
--	--------	----	--

Для характеристики уровня освоения учебного материала 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)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Технология кулинарного производства. Санитария и гигиена»

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя
- комплект учебно-наглядных пособий
- стенд для изучения групп продовольственных товаров

#### **Технические средства обучения:**

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор;
- оборудование и инвентарь для проведения практических занятий.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

Основные источники:

1. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии. Издательский центр «Академия», 2012.
2. Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов. Издательский центр «Академия», 2005.

**Дополнительные источники:** СМИ, интернет, законы и положения Санитарно-эпидемиологической службы.

#### **Интернет-ресурсами:**

1. <http://supercook.ru>
2. <http://www.millionmenu.ru/>  
<http://www.gastronom.ru/>  
<http://www.restoran.ru/>  
<http://knigakulinara.ru/books/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения студентами 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;	Практические занятия
рассчитывать энергетическую ценность блюд;	Практические занятия
составлять рационы питания;	Практические занятия
<b>Знания:</b>	
роль пищи для организма человека;	Контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа.
основные процессы обмена веществ в организме;	Контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа.
суточный расход энергии;	Контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа.
состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа.
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа.
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа
усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
понятие рациона питания;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
суточную норму потребности человека в питательных веществах;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
нормы и принципы рационального сбалансированного питания;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа

методику составления рационов питания;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
общие требования к качеству сырья и продуктов;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа
условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров;	Практические занятия, контрольная работа, внеаудиторная самостоятельная работа

**Разработчики:**

ГАПОУ ШТТ

(место работы)

преподаватель

(занимаемая должность)

Ходырева О.И.

(инициалы, фамилия)