

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
«МИЧУРИНСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

УТВЕРЖДЕНА
Распоряжением директора

№ 35 от 28.08.21

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 Физиология питания

Программа предназначена для реализации профессиональной подготовки
по профессии 16675 Повар

Мичуринское

2021 г.

Программа учебной дисциплины ОП.02 Физиология питания разработана на основе Профессионального стандарта по профессии «Повар» утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 610н от 08.09.2015; с учетом особенных образовательных потребностей инвалидов и лиц с ОВЗ письмо Минобрнауки России от 22 апреля 2015 г. № 06-443.

Организация-разработчик:

ГБПОУ ЛО «Мичуринский многопрофильный техникум»

Разработчик программы:

Преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ ЛО «Мичуринский многопрофильный техникум» Н.И.Федулова

Согласована на заседании ПЦК преподавателей специальных дисциплин и мастеров производственного обучения протокол №1 от от 27.08.2021

Председатель ПЦК _____ А.Н. Пинаева

Согласована:

Заместитель директора по учебно- производственной работе
_____ Г.А. Мухина

СОДЕРЖАНИЕ:

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	3
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью адаптированной программы профессиональной подготовки по профессии 16675 Повар, разработана для лиц, не имеющих основного общего образования.

Программа учебной дисциплины может быть использована в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих программу профессиональной подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, окончивших специальные коррекционные образовательные учреждения

1.2. Место дисциплины в структуре адаптированной программы профессиональной подготовки

Учебная дисциплина ОП.02 "Физиология питания" входит в состав общепрофессионального цикла ОП.00

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

Целью изучения дисциплины ОП.02 "Физиология питания" является:

- Приготовление качественных блюд, напитков и кулинарных изделий в организациях питания.

В результате освоения дисциплины ОП.02 "Физиология питания" слушатели должны овладеть трудовыми функциями:

1.Выполнение инструкций и заданий повара по организации рабочего места.

Должны уметь:

- производить работы по подготовке рабочего места и технологического оборудования, производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов, используемых при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;

- соблюдать стандарты чистоты на рабочем месте основного производства организации питания;

- применять регламенты, стандарты и нормативно - техническую документацию, используемую при производстве блюд, напитков и кулинарных изделий;

Должны знать:

- нормативные правовые акты Российской Федерации, регулирующие деятельность организации питания;
- рецептуры и технологии приготовления блюд, напитков, кулинарных изделий;
- требования к качеству, срокам и условиям хранения, признаки и органолептические методы определения доброкачественности пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, напитков, кулинарных изделий;
- назначение, правила использования технологического оборудования, производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов, посуды, используемых в приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий, правила ухода за ними.

2.Выполнение заданий повара по приготовлению, презентации и продаже блюд, напитков и кулинарных изделий.

Должны уметь:

- готовить блюда, напитки и кулинарные изделия по технологическим картам под руководством повара;
- соблюдать правила сочетаемости основных продуктов и сырья при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;
- отпускать готовые блюда, напитки и кулинарные изделия с раздачи/прилавка и на вынос с учетом требований безопасности готовой продукции;
- выбирать производственный инвентарь и технологическое оборудование и безопасно пользоваться им при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;
- соблюдать санитарно- гигиенические требования охраны труда;

- аккуратно обращаться с сырьем в процессе приготовления блюд, напитков и кулинарных изделий и экономно расходовать его;
- производить расчеты с потребителями с использованием различных форм наличной и безналичной оплаты;
- эстетично и безопасно упаковывать готовые блюда, напитки, кулинарные изделия.

Должны знать:

- нормативные правовые акты Российской Федерации, регулирующие деятельность организации питания;
- технологии приготовления блюд, напитков и кулинарных изделий;
- требования к качеству, безопасности пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, напитков, кулинарных изделий, условия их хранения;
- правила пользования сборниками рецептур на приготовление блюд, напитков и кулинарных изделий;
- методы минимизации отходов при очистке, обработке, измельчении сырья, используемого при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий, с учетом соблюдения требований к качеству;
- пищевую ценность различных видов продуктов сырья, используемого при приготовлении блюд, напитков, кулинарных изделий;
- принципы и приемы презентации блюд, напитков и кулинарных изделий потребителям;
- правила и технологии расчетов с потребителями;
- требования охраны труда, производственной санитарии и пожарной безопасности в организациях питания.

<p align="center">Личностные результаты реализации программы воспитания <i>(дескрипторы)</i></p>	<p align="center">Код личностных результатов реализации программы воспитания</p>
<p>Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.</p>	<p align="center">ЛР 1</p>
<p>Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости,</p>	<p align="center">ЛР 2</p>

экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	ЛР 11

Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
Выполняющий профессиональные навыки в сфере поварского и кондитерского дела	ЛР 13
Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде и т.д.	ЛР 14
Приобретение навыков общения и самоуправления.	ЛР 15
Получение обучающимися возможности самораскрытия и самореализация личности.	ЛР 16
Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	ЛР 17
Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения (в ред. Приказа Минпросвещения России от 17.12.2020 N 747)	ЛР 18
Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностно-развитие.	ЛР 19
Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	ЛР 20
Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	ЛР 21
Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	ЛР 22
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации	

Выполняющий профессиональные навыки в сфере поварского и кондитерского дела с учетом специфики Ленинградской области	ЛР 23
Способный к самостоятельному решению вопросов жизнеустройства	ЛР 24
Обладающий физической выносливостью в соответствии с требованиями профессиональных компетенций	ЛР 25
Осознающий значимость здорового образа жизни и законопослушного поведения собственных и общественно-значимых целей	ЛР 26
Обладающий физической выносливостью в соответствии с требованиями профессиональных компетенций	ЛР 27
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями	
Выполняющий трудовые функции в сфере поварского и кондитерского дела	ЛР 28
Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности	ЛР 29
Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках. (в ред. Приказа Минпросвещения России от 17.12.2020 N 747)	ЛР 30
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Демонстрирующий профессиональные навыки в сфере поварского и кондитерского дела	ЛР 31
Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	ЛР 32
Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	ЛР 33

Проявлять доброжелательность к окружающим, деликатность, чувство такта и готовность оказать услугу каждому кто в ней нуждается.	ЛР 34
---	-------

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 53 часа;

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	<i>Количество часов</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	53
в том числе:	
Теоретическое обучение	50
Лабораторные и практические занятия	3
Курсовой проект	-
Зачет по темам	14
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Рабочий тематический план и содержание учебной дисциплины.

Наименование разделов	Содержание учебного материала, лабораторные работы	Объем часов	ЛР
1	2	3	4
Тема 1. Основы физиологии питания.	Пищевые вещества и их значение.	1	13,23,31,28
	Белки.	2	13,23,31,28
	Жиры.	1	13,23,31,28
	Углеводы.	2	13,23,31,28
	Витамины.	2	13,23,31,28
	Минеральные вещества.	2	13,23,31,28
	Вода.	1	13,23,31,28
<i>Лабораторно - практическая работа</i>	<i>Составление схем превращения основных пищевых веществ в питательные вещества организма.</i>	1	13,23,31,28
Зачет по теме 1		2	13,23,31,28
Тема 2. Пищеварение и усвояемость пищи.	Процесс пищеварения.	2	13,23,31,28,34,33
	Усвояемость пищи.	2	13,23,31,28,34,33
Зачет по теме 2		2	13,23,31,28,33,34
Тема 3. Обмен веществ и энергии	Общее понятие об обмене веществ.	2	13,23,31,28,33,34
	Суточные расход энергии человека.	2	13,23,31,28,33,34

Зачет по теме 3		2	13,23,31,28,33,34
Тема 4. Питание различных групп взрослого населения.	Понятие об энергетической ценности пищи.	2	13,23,31,28,34,33
	Рациональное сбалансированное питание. Нормы и принципы.	2	13,23,31,28,34,33
Лабораторно - практическая работа	Расчет энергетической ценности блюд. Составление суточного рациона питания.	2	13,23,31,28,34,33
Зачет по теме 4 Промежуточная аттестация		1	13,23,31,28,34,33
Зачет за 1 полугодие		1	
Тема 5. Особенности питания детей и подростков.	Возрастные особенности питания детей и подростков.	3	13,23,31,28,34,33
	Санитарные требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков.	2	13,23,31,28,34,33
Зачет по теме 5		2	13,23,31,28,34,33
Тема 6. Лечебное питание.	Задачи и принципы построения лечебного питания.	2	13,23,31,28,34,33
	Характеристика диет.	3	13,23,31,28,34,33
	Лечебно- профилактическое питание.	3	13,23,31,28,34,33
Зачет по теме 6		2	13,23,31,28,34,33
Итоговая аттестация	Дифференцированный зачет	2	13,23,31,28,34,33

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально - техническому обеспечению:

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета "Физиология питания".

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- комплект учебно-методической документации;
- наглядные пособия;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- мультимедийное оборудование

3.2. Информационное обеспечение обучения:

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

Основная литература:

1. З.П. Матюхина «Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии»; М.: Издательский центр «Академия», 2015 г.

2. А.Н. Мартинчик "Физиология питания"; М.: Издательский центр «Академия», 2015 г.

3. Информационные справочные и поисковые системы: Rambler, Yandex, Google.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

Промежуточная оценка знаний и умений проводится с использованием тестовых заданий, письменных контрольных работ и устного контроля самостоятельной работы обучающихся.

Итоговая оценка знаний обучающихся проводится в виде дифференцированного зачета

Результаты (освоенные профессиональные компетенции)	Формы и методы контроля и оценки
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- рассчитывать энергетическую ценность блюд;- составлять рационы питания; <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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;	<p>Составление опорного конспекта;</p> <p>Составление словаря новых терминов и слов;</p> <p>Работа с рабочими Тетрадами;</p> <p>Подготовка дополнительной информации;</p> <p>Составление слайдовых презентаций, видеороликов;</p> <p>Разработка тестовых заданий с эталоном ответа, кроссвордов, ребусов;</p> <p>Заполнение таблиц;</p> <p>Взаимоопрос;</p> <p>Тестирование</p>

