**Учебная дисциплина ОП. 03 «Санитария и гигиена»**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ**

**Тема**: Гигиена питания. Пищевые инфекции и пищевые отравления.

**Цель**:

*Образовательная:* Сформулировать понятия о безопасном питании, об основах безопасности питания. Научиться правильно оказывать первую помощь при пищевых отравлениях и кишечных инфекциях;

*Развивающая:* развивать самостоятельность, профессионально- необходимые навыки обучающихся, развивать умения работать с дополнительной литературой; способствовать развитию информационной культуры;

*Воспитательная:* воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, научить соблюдать гигиену питания и личную гигиену при кишечных инфекциях.

**Материально-техническое оснащение**:

1. Санитария и гигиена парикмахерских услуг: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования / Л.Д. Чалова, С. А. Галиева, А.В. Кузнецова.-7-е изд.,испр. И доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.- 176 с.

2. Основы физиологии кожи и волос: учеб. Пособие для нач. проф.образования / Е.А.Соколова.- 4-е изд., стер.- М.: Издательский центр «Академия», 2017-176с.

3. Сообщения по теме: «Пищевые инфекции и пищевые отравления».

**Содержание работы**:

1. Самостоятельная работа: подготовка сообщений и рефератов по теме «Пищевые инфекции и пищевые отравления».
2. Заполните таблицу:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Причины возникновения | Признаки | Меры профилактики |
| Пищевые (кишечные) инфекции |  |  |  |
| Пищевые отравления |  |  |  |

1. Приведите пример бактериальных пищевых отравлений и кишечных инфекций.
2. Какие Вы знаете небактериальные пищевые отравления?
3. Составьте алгоритм действий оказания первой помощи в общежитии при пищевых отравлениях и кишечных инфекциях.
4. Маша и Эльвира возвращались домой из колледжа, и купили ход-дог с сосиской у продавщицы, которая торговала прямо у дороги с небольшого лотка. К вечеру обоим стало плохо – тошнило, потом началась рвота. Как вы оцените эту ситуацию? Правильно ли поступили девушки, ответ обоснуйте.

**Вывод**: Сделайте выводы о необходимости соблюдения личной гигиены.

Как предупредить пищевые отравления и кишечные инфекции?

Преподаватель Мардаровская И.В.

**Учебная дисциплина ОП. 03 «Санитария и гигиена»**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ**

**Тема**: Гигиена питания. Пищевые инфекции и пищевые отравления.

**Цель**:

*Образовательная:* Сформулировать понятия о безопасном питании, об основах безопасности питания. Научиться правильно оказывать первую помощь при пищевых отравлениях и кишечных инфекциях;

*Развивающая:* развивать самостоятельность, профессионально- необходимые навыки обучающихся, развивать умения работать с дополнительной литературой; способствовать развитию информационной культуры;

*Воспитательная:* воспитывать ответственное отношение к своему здоровью, научить соблюдать гигиену питания и личную гигиену при кишечных инфекциях.

**Материально-техническое оснащение**:

1. Санитария и гигиена парикмахерских услуг: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования / Л.Д. Чалова, С. А. Галиева, А.В. Кузнецова.-7-е изд.,испр. И доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.- 176 с.

2. Основы физиологии кожи и волос: учеб. Пособие для нач. проф.образования / Е.А.Соколова.- 4-е изд., стер.- М.: Издательский центр «Академия», 2017-176с.

3. Сообщения по теме: «Пищевые инфекции и пищевые отравления».

1. **Организационный этап.** Проверка готовности к уроку.
2. **Актуализация опорных знаний.** Беседа с обучающимися:
3. Какое питание называют рациональным?
4. Почему в пище обязательно должны присутствовать белки?
5. Почему в пище обязательно должны присутствовать углеводы?
6. Почему в пище обязательно должны присутствовать жиры?
7. Для чего организму нужны витамины?
8. Причины возникновения пищевых инфекций и пищевых отравлений?

Как определить, что продукты недоброкачественные?( **Молоко**. Очень хорошая среда для

размножения микробов! Не доброкачественное молоко водянистое, измененный цвет, горький, кислый или даже гнилостный запах. Несвежее молоко обязательно свернется при нагревании. **Творог.** Недоброкачественный кислый, плесневый или гнилостный запах, прогорклый или гнилостный вкус. Тягучая консистенция, слизь на поверхности.

**Масло.** Поверхность желтеет, появляется прогорклый или плесневый запах и вкус.

**Консервы**. Если обнаружено вздутие банок (бомбаж), они должны быть немедленно выброшены. Об их недоброкачественности свидетельствует также плесень на поверхности, мутный сироп или сок, неприятный запах и вкус.

Вывод: Основой безопасного питания является умение оценивать качество пищи, соблюдать правила ее приготовления, хранения. Пища должна быть свежей и качественной. Некачественное и несбалансированное питание может приводить к разным заболеваниям пищеварительной системы и пищевым отравлениям.

1. **Практическая работа**

**Содержание работы**:

1. Самостоятельная работа: подготовка сообщений и рефератов по теме «Пищевые инфекции и пищевые отравления».
2. Заполните таблицу:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Причины возникновения | Признаки | Меры профилактики |
| Пищевые инфекции |  |  |  |
| Пищевые отравления |  |  |  |

1. Приведите пример бактериальных пищевых отравлений и кишечных инфекций (сальмонелла, кишечная палочка, дизентерийная палочка).
2. Какие Вы знаете небактериальные пищевые отравления? (Химические вещества, ядовитые грибы и растения, ядовитая рыба).
3. Составьте алгоритм действий оказания первой помощи в общежитии при пищевых отравлениях и кишечных инфекциях.

( Первая помощь при пищевых отравлениях: Вызвать скорую помощь.

* 1. Промыть желудок 5-6 стаканами воды с марганцовкой или 1 чайная ложка соды на 1 стакан воды.
  2. Дать крепкого горячего чая.
  3. Если нужно согреть, обложить грелками.

Первая помощь при отравлении грибами:

1. Срочно вызвать скорую помощь.
2. Дать выпить холодной подсоленной воды (1 столовая ложка на 1 литр воды).
3. Вызвать рвоту, промыть желудок.
4. Дать активированный уголь.)
5. Маша и Эльвира возвращались домой из колледжа, и купили ход-дог с сосиской у продавщицы, которая торговала прямо у дороги с небольшого лотка. К вечеру обоим стало плохо – тошнило, потом началась рвота. Как вы оцените эту ситуацию? Правильно ли поступили девушки, ответ обоснуйте.

**Вывод**: Сделайте выводы о необходимости соблюдения личной гигиены.

Как предупредить пищевые отравления и кишечные инфекции?

Преподаватель Мардаровская И.В.