

**Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Республики Крым
«Симферопольский колледж сферы обслуживания и дизайна»**

Рассмотрено и утверждено
на заседании Педагогического совета
Протокол № 7 от «26» мая 2022 г.

Утверждаю
Директор ГБПОУ РК
«Симферопольский колледж
сферы обслуживания и дизайна»
Е.С. Назарова



АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 Основы физиологии питания

адаптированной образовательной программы

профессионального обучения

по профессии

13249 Кухонный рабочий

г. Симферополь
2022

РАССМОТРЕНО

на заседании цикловой комиссии
«социально-экономического профиля»
ГБПОУ РК «Симферопольский колледж
сферы обслуживания и дизайна»

Протокол № 10 от «19» 05 2022г.

Председатель Лищенко М.А. Лищенко

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УПР
ГБПОУ РК «Симферопольский
колледж сферы обслуживания и
дизайна»

Чуприна Р.И. Чуприна

«26» мая 2022г.

СОГЛАСОВАНО

Эксперт от работодателя:

А.И. Кондрашкин

«26» мая 2022г.

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины **ОП.07 Основы физиологии питания** разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии **13249 Кухонный рабочий**.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Симферопольский колледж сферы обслуживания и дизайна»

Разработчик:

Мардаровская Ирина Васильевна – преподаватель высшей категории.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы физиологии питания»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии **13249 Кухонный рабочий** для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц, разработана на основе Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (ЕТКС), 2014 Выпуск № 51 ЕТКС. Выпуск утвержден Постановлением Минтруда РФ от 05.03.2004 г. № 30 Раздел ЕТКС «Торговля и общественное питание».

Программа учитывает индивидуальные и возрастные особенности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, не имеющими основного общего или среднего общего образования, разработана с целью создания максимально благоприятных условий для профессионального обучения, реабилитации и адаптации выпускников специальных (коррекционных) образовательных учреждений.

1.2. Место дисциплины в структуре адаптированной профессиональной образовательной программы профессионального обучения: дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к процессам производства и реализации блюд;
- соблюдать личную гигиену;
- определять пищевые вещества и их значение для организма человека.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- общее понятие о физиологии питания;
- понятие о процессе пищеварения и усвояемости пищи, обмене веществ, режиме питания;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 63 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 42 часа;
самостоятельной работы обучающегося 21 час.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	63
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	42
в том числе:	
практические занятия	16
контрольная работа	0
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	21
в том числе:	
Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы, подготовка сообщений, составление конспектов, оформление лабораторных работ	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы физиологии питания»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Раздел 1. Физиология питания		26	
Тема 1.1. Основные пищевые вещества, их источники, роль в структуре питания	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Значение питания в жизни человека. История и эволюция питания человека. Питание, пища, пищевые вещества. Белки. Жиры. Углеводы. Витамины. Минеральные вещества. Вода.</p> <p>Практические занятия:</p> <p>1. Определение продуктов, содержащих белки животного и растительного происхождения.</p> <p>2. Составить сравнительную таблицу «Жиры животного и растительного происхождения»</p> <p>3. Определение продуктов, являющихся источником углеводов.</p>	8	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: подготовка сообщений по темам:</p> <p>1. Значение питания для живых организмов.</p> <p>2. Углеводы в пищевых продуктах</p>	6	
Тема 1.2. Пищеварение и усвояемость пищи	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Пищеварительная система человека. Процесс пищеварения: физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Типы пищеварения. Вкус пищи. Усвояемость и непереносимость пищи. Энергетическая ценность пищи.</p> <p>Практические занятия:</p> <p>1. Изучение схемы пищеварительного тракта</p> <p>2. Подбор продуктов питания, лучших с точки зрения усвоения пищи</p> <p>3. Определение органолептических свойств пищи.</p>	6	2

	Самостоятельная работа обучающихся : 1. Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы..		5	
Раздел 2 Обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала		14	
	Тема 2.1 Обмен веществ и энергии	1. Общее понятие об обмене веществ, основные процессы обмена веществ в организме человека. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека. Суточный расход энергии человека. Энергетический баланс организма.	4	3
	Практические занятия:			
	Самостоятельная работа обучающихся:		4	
	1. Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы.		6	2
Тема 2.2 Рациональное сбалансированное питание для различных групп населения	Содержание учебного материала			
	1	Рациональное питание: понятие, основные принципы. Режим питания и его значение. Принципы нормирования основных пищевых веществ и калорийности пищи в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда. Питание детей и подростков. Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании. Альтернативные системы питания. (раздельное питание, вегетарианство и др). Здоровый образ жизни.		
	Практические занятия: 1. Составление рационов питания для различных категорий потребителей. 2. Защита сообщений «Отрицательное влияние табака и алкоголя на организм человека»		4	

	<p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <p>1 Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение нормативных материалов; решение задач и упражнений по образцу.</p>	6	
<p>Дифференцированный зачет</p>		2	
<p>Всего:</p>		63	

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 ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- электронно - образовательные ресурсы,
- плакаты, раздаточный дидактический материал и др.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор;
- средства аудиовизуализации;
- наглядные пособия (натуральные образцы, муляжи, плакаты, DVD фильмы, мультимедийные пособия).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Богатырева Е.А. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: теоретические основы профессиональной деятельности; учеб. пособие / Е.А. Богатырева, Л.Л. Точкова - М.: Академкнига/Учебник. 2005. - 185 с. ил..
2. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, гигиена и санитария. учебник для сред. проф. образования М.: ИРПО; Изд. центр «Академия», 2016 г. 256 с
3. Мартинчик А.Н. Микробиология, физиология питания, санитария : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А.Н. Мартинчик, А.А. Королев, Ю.В. Несвижский. – 5-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2016. – 352 с.

Дополнительные источники:

1. Королёв А.А. Гигиена питания: учеб. для студ. высш. Учеб. заведений / А.А. Королёв. - 3-е изд., перераб. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 528 с.
2. Рубина Е.А. Микробиология, физиология питания, санитария: учебное пособие / Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина. - М.: ФОРУМ, 2008. - 240 с. – (Профессиональное образование).

Электронные издания:

1. Российская Федерация. Законы. О качестве и безопасности пищевых продуктов [Электронный ресурс]: федер. закон: [принят Гос. Думой 1 дек.1999 г.: одобрен Советом Федерации 23 дек. 1999 г.: в ред. на 13.07.2015г. №213-ФЗ].
<http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102063865&rdk=&backlink=1>
2. Российская Федерация. Постановления. Правила оказания услуг общественного питания [Электронный ресурс]: постановление Правительства РФ: [Утв. 15 авг. 1997 г. № 1036: в ред. от 10 мая 2007 № 276].- <http://ozpp.ru/laws2/postan/post7.html>
3. СанПиН 2.3.2. 1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2003 г. № 98.
http://www.ohranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/46/46201/
4. СП 1.1.1058-01. Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарноэпидемиологических (профилактических) мероприятий [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 13 июля 2001 г. № 18 [в редакции СП 1.1.2193-07 «Дополнения № 1»]. – Режим доступа:
http://www.fabrikabiz.ru/1002/4/0.phpshow_art=2758.
5. СанПиН 2.3.2.1078-01 Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 20 августа 2002 г. № 27
http://www.ohranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/46/46201/
6. СанПиН 2.3.6. 1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья [Электронный ресурс]: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 08 ноября 2001 г. № 31 [в редакции СП 2.3.6. 2867-11 «Изменения и дополнения» № 4»]. – Режим доступа:
http://ohranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/9/9744/
7. Вестник индустрии питания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pitportal.ru/>
8. Всё о весе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.vseoveze.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
- определять пищевые вещества и их значение для организма человека	Наблюдение и оценка в ходе выполнения лабораторных заданий. Контрольная работа.
- определять состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания	Наблюдение и оценка в ходе выполнения лабораторных заданий.
Знать:	
- суточную норму потребности человека в питательных веществах	Тестирование, устный и письменный опрос, оценка выполнения лабораторных заданий.
- основные процессы обмена веществ в организме	Тестирование, устный и письменный опрос, оценка выполнения лабораторных заданий
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения	Тестирование, устный и письменный опрос, оценка выполнения лабораторных заданий