

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
КОГПОАУ «САВАЛЬСКИЙ ПОЛИТЕХНИКУМ»**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по учебной работе

\_\_\_\_\_/Н. А. Хромцева/

«\_\_»\_\_\_\_\_2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.02 ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ**

**по специальности**

**19.02.10 Технология продукции общественного питания**

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания (приказ Министерства образования и науки РФ от 22.04.2014г. №384) базовый уровень подготовки и примерной программы дисциплины Физиология питания ФГАУ «ФИРО».

Организация-разработчик: КОГПОАУ «Савальский политехникум»  
Разработчик: О. С. Артамонова - преподаватель.

Рассмотрено и одобрено П(Ц)К  
экономико-технологических дисциплин  
Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г.  
Председатель \_\_\_\_\_ / Н.И.Хворова /

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины Физиология питания является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания».

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ):**

Учебная дисциплина Физиология питания входит в профессиональный учебный цикл, относится к общепрофессиональным дисциплинам.

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

В результате изучения обязательной части профессионального учебного цикла по общепрофессиональным дисциплинам обучающийся должен уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;

В результате изучения обязательной части профессионального учебного цикла по общепрофессиональным дисциплинам обучающийся **должен знать:**

- роль пищи для организма человека;
- основные процессы обмена 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 для различных групп населения;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания.

В результате изучения дисциплины учебного цикла обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способности:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ПК 1.1. Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.2. Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.3. Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.

ПК 2.1. Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.

ПК 2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса, сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 2.3. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.

ПК 3.1. Организовывать и проводить приготовление сложных супов.

ПК 3.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.

ПК 3.3. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.

ПК 3.4. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 4.1. Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.

ПК 4.2. Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.

ПК 4.3. Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.

ПК 4.4. Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.

ПК 5.1. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.

ПК 5.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.

ПК 6.1. Участвовать в планировании основных показателей производства. ПК

ПК 6.2. Планировать выполнение работ исполнителями.

ПК 6.3. Организовывать работу трудового коллектива.

ПК 6.4. Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.

ПК 6.5. Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.

#### **Личностные результаты реализации программы воспитания**

ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 22 Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 93 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 62 часов; самостоятельной работы обучающегося 31 часа.

## **2. СТРУКТУРА И 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>	<b>93</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>62</b>
в том числе:	
практические занятия	12
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>31</b>
в том числе:	
работа с учебной литературой	18
написание реферата	4
выполнение индивидуального задания	5
составление схем, таблиц, отчетов	4
<i>Промежуточная аттестация в форме устного экзамена</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Физиология питания

Разделы и темы	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов		Формируемые ОК, ПК, ЛР
			очн	заоч	
1.	2.	3.	4.	5.	6.
	<b>Введение.</b>	<p><b>Введение.</b> <i>Аудиторная работа:</i> Предмет, задачи и методы дисциплины. Краткая историческая справка, роль отечественных и зарубежных ученых. Связь с другими дисциплинами.</p> <p><i>Самостоятельная работа студентов</i> Исследовать биографию ученых. Составить схему межпредметных связей.</p>	3 2	3 1	ОК 1-9 ПК 6.1-6.5 ЛР 10,22
1.	<b>Пищеварение.</b>	<p><b>Пищеварение.</b> <i>Аудиторная работа:</i> Понятие, сущность и строение пищеварительной системы. Основные процессы обмена в организме. Суточный обмен энергии. Особенности переваривания белков, жиров и углеводов. Пищеварительные ферменты и их значение в процессе пищеварения. Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Усвояемость пищи, влияющие на нее факторы.</p> <p><i>Самостоятельная работа студентов:</i> Исследовать различные источники информации и составить схемы расщепления белков, жиров и углеводов.</p>	12 8	12	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.4 ПК 5.1-5.2 ЛР 10,22
2.	<b>Роль пищевых веществ в жизнедеятельности организма.</b>	<p><b>Роль основных питательных веществ в жизнедеятельности организма человека.</b> <i>Аудиторная работа:</i> Основные пищевые вещества. Роль пищи для организма человека. Белки, их состав, строение и значение для жизнедеятельности организма. Полноценные и неполноценные белки. Углеводы, их состав и значение для организма. Моносахариды, дисахариды и полисахариды. Жиры, их состав, строение и значение. Жирорастворимые и водорастворимые витамины, их значение для жизнедеятельности организма. Микроэлементы и макроэлементы, их значение для организма. Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре</p>	15 10	15 2	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.4 ПК 5.1-5.2 ЛР 10,22

		питания. <b>Самостоятельная работа студентов:</b> Исследовать питательную ценность основных продуктов питания, заполнить таблицу «Минеральный и витаминный состав продуктов»	5	13	
3.	Рациональное питание.	<b>Рациональное питание и физиологические основы его организации.</b> <b>Аудиторная работа студентов:</b> Теоретические основы рационального питания. Понятие рациона питания. Суточная норма потребности человека в питательных веществах. Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда. Состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания. Нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения. Нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения. Методика составления рациона. Современные взгляды на проблемы рационального питания, «модные» диеты. <b>Практическое занятие №1.</b> Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка. Органолептическая оценка качества пищевого сырья и продуктов. <b>Практическое занятие №2.</b> Определение химического состава и расчет энергетической ценности блюд и меню в целом. <b>Практическое занятие №3.</b> Энергетическая оценка суточного меню взрослого человека. <b>Самостоятельная работа студентов:</b> Исследовать различные «модные» диеты, выявить их плюсы и минусы, дать оценку каждой диете, составить список полезных продуктов, написать реферат.	21 8 2 2 2 13	21 2 19	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.4 ПК 5.1-5.2 ЛР 10,22
4.	Питание детей и подростков.	<b>Питание детей и подростков.</b> <b>Аудиторная работа студентов:</b> Особенности питания детей и подростков. Качественный подбор продуктов для растущего организма. Особенности режима питания детей и подростков.	12 6	12	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4



		<b>Практическое занятие №4.</b> Составление меню суточного рациона детей. <b>Самостоятельная работа студентов:</b> Составить набор продуктов и схему режима питания для подростков. Установить различия рациона питания для детей разного возраста.	2 4	12	ПК 4.1-4.4 ПК 5.1-5.2 ЛР 10,22
5.	<b>Диетическое и лечебно-профилактическое питание.</b>	<b>Диетическое и лечебно-профилактическое питание.</b> <b>Аудиторная работа студентов:</b> Диетическое питание: понятие, значение. Основные принципы организации диетического питания. Дробное питание. Понятие о полноценности диеты. Назначение и характеристика основных лечебных диет, рекомендуемых при различных заболеваниях. Понятие о лечебно-профилактическом питании. Назначение лечебно-профилактического питания. <b>Практическое занятие №5.</b> Составление набора продуктов суточного рациона в соответствии с указанной диетой, определение его химического состава и калорийности. <b>Самостоятельная работа студентов:</b> Исследовать нормативную документацию, составить набор продуктов для диет №1;2;3;5;6;7;8.	12 6 2 4	12 2 10	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.4 ПК 5.5-5.2 ЛР 10,22
6.	<b>Пищевые заболевания.</b>	<b>Пищевые заболевания.</b> <b>Аудиторная работа студентов:</b> Пищевые заболевания, их классификация и характеристика. Пищевые отравления, их причины и профилактика. Гельминтозы, понятие, классификация, характеристика, клинические проявления и профилактика. <b>Практическое занятие №6.</b> Организация оценки качества сырья и продуктов.  <b>Самостоятельная работа студентов:</b> Исследовать санитарные нормы и правила, на основании которых разработать план профилактики гельминтозов.	18 10 2 6	18 2 16	ОК 1-9 ПК 1.1-1.3 ПК 2.1-2.3 ПК 3.1-3.4 ПК 4.1-4.4 ПК 5.1-5.2 ЛР 10,22
<b>Всего по дисциплине:</b>			<b>93</b>		

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Физиология питания».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект литературы;
- инструктивные карты;
- плакаты;
- комплекты контрольно-измерительных материалов;
- микроскопические препараты;
- микроскопы;

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- диапроектор;
- комплект диафильмов и слайдов.

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

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

###### ***Основные источники:***

1. А.Н. Мартинчик, Физиология питания - М.: Издательский центр «Академия», 2017.

###### ***Дополнительные источники:***

1. Е.А.Рубина, В.Ф.Малыгина, Микробиология, физиология питания, санитария. М.: - ФОРУМ, 2008.
2. З.П.Матюхина, Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
3. Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов: Федеральный закон (принят Гос. Думой 02.01.2000 г., №28).
4. Общественное питание. Требования к обслуживающему персоналу: ГОСТ Р 28-1-95.
5. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения: Федеральный закон: (принят Гос. Думой 30.03.1999 г., №52).
6. Устав Федерального государственного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии»: утв. Приказом Роспотребнадзора 19.01.2005 г., №12.
7. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья: СанПиН 2.3.2.1324-03: утв. Главным гос. Санитарным врачом РФ 03.04.2003 г., №28.
8. Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых

продуктов: СанПиН 2.3.2.1078-01.

9. СанПиН 1923-78 Санитарные правила по применению пищевых добавок.

10. МБТ 5061-89 Медико-биологические требования и санитарные нормы качества продовольственного сырья и пищевых продуктов.

11. Методические указания по санитарно-бактериологическому контролю на предприятиях общественного питания и торговли пищевыми продуктами. ГСУМЗ, 1985 г.

12. Гигиенические требования по применению пищевых добавок. СанПиН 2.3.2.1293-03.

13. Общественное питание. Требования к производственному процессу: ОСТ 28-1-95.

14. О Федеральной службе по надзору в сфере защиты прав потребителя и благополучия человека: положение: утв. Постановлением Правительства РФ 30.06.2004 г., №322.

15. Химический состав российских продуктов питания / под ред. И.М.Скурихина, В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи-принт, 2012.

16. З.П.Матюхина, Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии. - М.: Издательский центр «Академия», 2010.

17. А.Н.Мартынюк, Микробиология, физиология питания, санитария. - М.: Издательский центр «Академия», 2010.

***Интернет-ресурсы:***

1. <http://www.obese.ru/nutrition/>

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

Текущий контроль результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических, практических занятий и лабораторных работ (устный опрос, тестирование, выполнение обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.). Итогом по учебной дисциплине является оценка, полученная на экзамене. Формы и методы промежуточной аттестации разрабатываются образовательным учреждением и доводятся до сведения обучающихся не позднее двух месяцев до начала аттестации. Для промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости создаются фонды оценочных средств (ФОС), предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки.

Раздел (тема) учебной дисциплины	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, приобретаемые ОК и ПК)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
Тема 6.	<b>Умения:</b> -проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	Аргументация выбора метода исследования; анализ и оценка результатов своей деятельности	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 3,4,5.	-рассчитывать энергетическую ценность блюд	Обоснование выбора методики расчета энергетической ценности; анализ и оценка результатов своей деятельности	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 3,4,5.	-составлять рационы питания для различных категорий потребителей	Аргументация выбора рациона; анализ и оценка результатов своей деятельности	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Тема 2.	<b>Знания:</b> -роль пищи для организма человека	Изложение роли пищи в жизни человека, исследование схем расщепления питательных веществ.	Самостоятельная работа. Тестирование.
Тема 2.	-основные процессы обмена веществ в организме	Изложение возникновения пищевых инфекций; Исследование путей заражения; Установление взаимосвязи заболеваний и пищи.	Самостоятельная работа. Тестирование.

Темы 3, 4.	-суточный расход энергии	Установление зависимости расхода и образования энергии от возраста, пола, физической нагрузки.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 3,4,5.	-состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания	Установление пищевой ценности продуктов питания.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Тема 2.	-роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	Аргументация роли питательных веществ, анализ и оценка результатов своей деятельности.	Самостоятельная работа. Тестирование.
Тема 1.	-физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения	Аргументация процессов пищеварения.	Самостоятельная работа. Тестирование
Темы 1,2.	-усвояемость пищи, влияющие на нее факторы	Осознание роли различных факторов в усвояемости пищи.	Самостоятельная работа. Тестирование
Тема 3.	-понятие рациона питания	Установление роли рационального питания и правильного подхода к выбору продуктов для составления меню.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 3,4.	-суточную норму потребности человека в питательных веществах	Аргументация определения потребности в питательных веществах.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Тема 3.	-нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения	Анализ и оценка результатов своей деятельности.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Тема 5.	-назначение лечебного и лечебно-профилактического питания	Аргументация назначения лечебных и профилактических диет.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 3, 4, 5.	-методики составления рациона питания	Анализ и оценка результатов своей деятельности при составлении рациона.	Самостоятельная работа. Практическая работа. Тестирование.
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 1. Понимать сущность и социальную	-объясняет сущность деятельности в рамках своей будущей профессии	Выполнение компетентностно ориентированного

	значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	-приводит примеры, подтверждающие значимость выбранной профессии -воспроизводит оценки социальной значимости своей будущей профессии и объясняет основания этих оценок -называет не менее трех возможностей горизонтальной и вертикальной карьеры в рамках будущей профессии	задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность	-планирует деятельность, применяя технологию с учетом изменения параметров объекта, к объекту того же класса, сложному объекту (комбинирует несколько алгоритмов последовательно или параллельно) -выбирает способ достижения цели в соответствии с заданными критериями качества и эффективности	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность	-проводит анализ причин существования проблемы -предлагает способ коррекции деятельности на основе результатов оценки продукта -определяет показатели результативности деятельности в соответствии с поставленной задачей деятельности -задает критерии для определения способа разрешения проблемы -прогнозирует последствия принятых решений -называет риски на основе самостоятельно проведенного анализа ситуации	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	-предлагает источник информации определенного типа / конкретный источник для получения недостающей информации/ и обосновывает свое предложение -характеризует произвольно заданный источник информации в соответствии с задачей деятельности, -принимает решение о завершении \ продолжении информационного поиска на основе оценки достоверности \ непротиворечивости полученной информации -извлекает информацию по самостоятельно сформулированным основаниям,	Выполнение компетентностно ориентированного задания

		<p>исходя из понимания целей выполняемой работы, систематизирует информацию в рамках самостоятельно избранной структуры - делает вывод о причинах событий и явлений на основе причинно-следственного анализа информации о них,</p> <p>-делает обобщение на основе предоставленных эмпирических или статистических данных</p>	
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности. (Владеть информационной культурой, анализировать и оценивать информацию с использованием информационно-коммуникационных технологий.)</p>	<p>-выполняет работу с разными видами информации: диаграммами, символами, графиками, текстами, таблицами и т.д.</p> <p>-владеет современными средствами получения и передачи информации (факс, сканер, компьютер, принтер, модем, копир и т.п.) и информационными и телекоммуникационными технологиями (аудио-видеозапись, электронная почта, СМИ, Интернет)</p> <p>-проявляет умение и желание работать с книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, CD- Rom, Интернет</p>	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	<p>ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p>	<p>-при работе в команде фиксирует особые мнения; использует приемы выхода из ситуации, когда дискуссия зашла в тупик, или резюмирует причины, по которым группа не смогла добиться результатов обсуждения</p> <p>-дает сравнительную оценку идей, высказанных участниками группы, относительно цели групповой работы</p> <p>-самостоятельно готовит средства наглядности</p> <p>-самостоятельно выбирает жанр монологического высказывания в зависимости от его цели и целевой аудитории</p> <p>-работает с вопросами в развитие темы и \ или на дискредитацию позиции</p> <p>-выделяет и соотносит точки зрения, представленные в диалоге или дискуссии</p> <p>самостоятельно определяет жанр</p>	Выполнение компетентностно ориентированного задания

		продукта письменной коммуникации в зависимости от цели, содержания и адресата	
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий	-проявляет ответственность за выполняемую заботу членов команды -берет ответственность на себя за принятие творческих решений в нестандартной ситуации и результат деятельности.	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	-анализирует собственные мотивы и внешнюю ситуацию при принятии решений, касающихся своего продвижения -стремится к успеху, самосовершенствуется, проявляет самокритику -корректирует поведение на основе анализа причин успехов и неудач в деятельности.	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 1; 2; 3; 4; 5; 6	ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	-готов к самостоятельной деятельности в условиях неопределенности -проявляет инициативу и склонность к предпринимательской деятельности анализирует различные варианты выполнения решений, сравнивает их, оценивает риски -организует разработку новых проектов принимает непопулярные решения в зависимости от ситуации.	Выполнение компетентностно ориентированного задания
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 1.1 Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	-определяет качество сырья для приготовления мясных блюд -соблюдает правила техники безопасности -проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции -составляет план определения качества мяса -составляет рацион питания с учетом калорийности мяса	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 1.2 Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	-определяет качество сырья для приготовления рыбных блюд -соблюдает правила техники безопасности -проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции -составляет план определения	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической



		<p>качества рыбы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности рыбы</li> </ul>	<p>деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 1.3 Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления блюд из мяса домашней птицы</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества мяса птицы</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мяса птицы</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 2.1 Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления канапе, легких и сложных холодных закусок</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества канапе, легких и сложных холодных закусок</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мяса</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 2.2 Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных холодных соусов</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных холодных соусов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сложных холодных соусов</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 2.3 Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>

		<p>продукции</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составляет план определения качества блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы</li> </ul>	
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 3.1 Организовывать и проводить приготовление сложных супов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления мясных блюд</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных супов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мяса</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 3.2 Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления мясных блюд</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных горячих соусов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мяса</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 3.3 Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных блюд из овощей, грибов и сыра</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных блюд из овощей, грибов и сыра</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сложных блюд из овощей, грибов и сыра</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение задания;</p> <p>Оценка продукта практической деятельности</p>
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 3.4 Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления блюд из рыбы, мяса и с/х (домашней) птицы</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности;</p> <p>Выполнение</p>

	рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы	<ul style="list-style-type: none"> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности блюд из рыбы, мяса и с/х (домашней) птицы</li> </ul>	задания; Оценка продукта практической деятельности
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 4.1 Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба</li> </ul>	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 4.2 Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мучных кондитерских изделий и праздничных тортов</li> </ul>	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Темы 2; 3; 4; 5; 6	ПК 4.3 Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления мелкоштучных кондитерских изделий</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой</li> </ul>	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта

		<p>продукции</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-составляет план определения качества мелкоштучных кондитерских изделий</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности мелкоштучных кондитерских изделий</li> </ul>	<p>практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 4.4 Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных отделочных полуфабрикатов</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных отделочных полуфабрикатов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сложных отделочных полуфабрикатов</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 5.1 Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных холодных десертов</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных холодных десертов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сложных холодных десертов</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Темы 2; 3; 4; 5; 6</p>	<p>ПК 5.2 Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определяет качество сырья для приготовления сложных горячих десертов</li> <li>-соблюдает правила техники безопасности</li> <li>-проводит оценку качества полуфабрикатов и готовой продукции</li> <li>-составляет план определения качества сложных горячих десертов</li> <li>-составляет рацион питания с учетом калорийности сложных горячих десертов</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности</p>
<p>Тема 1</p>	<p>ПК 6.1 Участвовать в планировании</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-составляет план повышения основных показателей</li> </ul>	<p>Наблюдение результатов</p>

	основных показателей производства.	производства	практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Тема 1	ПК 6.2 Планировать выполнение работ исполнителями.	-составляет план выполнения работ	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Тема 1	ПК 6.3 Организовывать работу трудового коллектива.	-организует работу трудового коллектива в соответствии с СанПИН	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Тема 1	ПК 6.4 Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.	-осуществляет контроль и оценивает результаты выполнения работ исполнителями	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности
Тема 1	ПК 6.5 Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.	-ведет утвержденную учетно-отчетную документацию.	Наблюдение результатов практической деятельности; Выполнение задания; Оценка продукта практической деятельности Промежуточный контроль в форме устного экзамена

## **Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины ОП. 02 Физиология питания**

Программа учебной дисциплины Физиология питания является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

Учебная дисциплина Физиология питания входит в профессиональный учебный цикл, относится к общепрофессиональным дисциплинам.

В результате изучения обязательной части профессионального учебного цикла по общепрофессиональным дисциплинам обучающийся должен уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;

В результате изучения обязательной части профессионального учебного цикла по общепрофессиональным дисциплинам обучающийся должен знать:

- роль пищи для организма человека;
- основные процессы обмена 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 для различных групп населения;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания.

В результате изучения дисциплины учебного цикла обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способности:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ПК 1.1. Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.2. Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.3. Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.

ПК 2.1. Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.

ПК 2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса, сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 2.3. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.

ПК 3.1. Организовывать и проводить приготовление сложных супов.

ПК 3.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.

ПК 3.3. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.

ПК 3.4. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 4.1. Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.

ПК 4.2. Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.

ПК 4.3. Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.

ПК 4.4. Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.

ПК 5.1. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.

ПК 5.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.

ПК 6.1. Участвовать в планировании основных показателей производства.

ПК 6.2. Планировать выполнение работ исполнителями.

ПК 6.3. Организовывать работу трудового коллектива.

ПК 6.4. Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.

ПК 6.5. Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.

## **Личностные результаты реализации программы воспитания**

ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 22 Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности

Количество часов на освоение программы дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося 93 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 62 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 31 часа.

Рабочая программа включает в себя: паспорт программы учебной дисциплины, структуру и содержание учебной дисциплины, условия реализации программы учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины.

Текущий контроль результатов освоения дисциплины осуществляется в процессе проведения теоретических, практических занятий и лабораторных работ (устный опрос, тестирование, выполнение обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.).

Промежуточная аттестация в форме экзамена.