

Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Тюменской области
«Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса»
(ГАПОУ ТО «ТКТТС»)

СОГЛАСОВАНО:

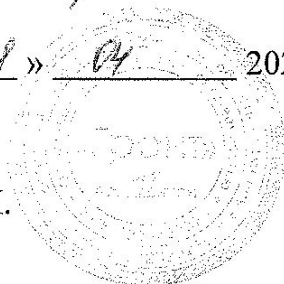
генеральный директор

ООО «Грант»

 В.Ю. Осипов

«28» 04 2021 г.


М.П.



УТВЕРЖДАЮ:

заместитель директора

по учебно - производственной работе

 Н.Ф. Борзенко

«28» 04 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОП.02. Основы физиологии и гигиены питания

43.01.04. Повар судовой

Тюмень 2021

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.02. Основы физиологии и гигиены питания (далее ППКРС) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по профессии 43.01.04 Повар судовой, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.08.2013 г. № 726, зарегистрирован Министерством юстиции от 20.08.2013 г. № 2636.

Рассмотрена на заседании ПЦК Профессионального цикла технологий и сервиса водного транспорта,

протокол № 9 от «21» апреля 2021 г.

Председатель ПЦК  /Ковалева И.Г./

Организация – разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Разработчик:

Дяченко Виктория Александровна, преподаватель ГАПОУ ТО «ТКТТС».

СОДЕРЖАНИЕ

- 1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
- 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
- 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
- 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02. ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ И ГИГИЕНЫ ПИТАНИЯ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.02. Основы физиологии и гигиены питания является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 43.01.04. Повар судовой.

Учебная дисциплина ОП.02. Основы физиологии и гигиены питания обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 43.01.04. Повар судовой. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК по профессии

Код	Наименование общих компетенций
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
ОК 3.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
ОК 4.	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 1.1.	Составлять плановое меню на различные периоды времени (ежедневное, недельное, двух-или четырехнедельное).

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5.	составлять рационы питания; рассчитывать энергетическую ценность блюд	нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания; роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; понятие суточной нормы потребности человека в питательных веществах; усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее; строение и функционирование пищеварительной системы человека.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	48
в том числе:	
теоретическое обучение	20
практические занятия (если предусмотрено)	12
Самостоятельная работа	16

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
I	2	3	
Тема 1. Пищевые вещества и их значение	Содержание учебного материала 1.1. Белки. 1.2. Жиры. 1.3. Углеводы. 1.4. Минеральные вещества. Витамины в питании и профилактика витаминной недостаточности. Практическое занятие №1. Определение химического состава пищевых продуктов. Самостоятельная работа обучающихся	14 2 2 2 2	ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5.
Тема 2. Пищеварение и усвояемость пищи	Подготовка сообщения на тему «Значение питания в жизни человека» Содержание учебного материала 2.1. Пищеварение и усвояемость пищи. Практическая работа №2: Определение физико-химических изменений пищевых веществ в каждом органе пищеварительного аппарата.	4 4 2 2	ОК 2, ОК 3,
Тема 3. Энергетическая ценность пищи и энергетический обмен	Содержание учебного материала 3.1. Энергетические затраты организма и потребность его в энергии. Пища как источник энергии. Баланс энергии. Регуляция массы тела. Практическое занятие №3. Расчет энергетической ценности продуктов. Практическое занятие №4. Расчет энергетической ценности блюд. Практическое занятие №5. Расчет энергетической ценности рационов питания. Самостоятельная работа обучающихся Составить опорный конспект по теме «Пищевая ценность продуктов питания»	12 2 2 2 2 4	ПК 1.1. ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5.
Тема 4. Рациональное питание	Содержание учебного материала 4.1. Научное обоснование рекомендаций по питанию. Болезни, связанные с недостаточным питанием. 4.2. Правила здорового питания для отдельного человека. Комбинация продуктов – основы структуры здорового питания. Правила составления меню. Практическое занятие №6. Составление меню на основе принципов рационального питания. Самостоятельная работа обучающихся Составить опорный конспект темы «Мифы и предрассудки в питании. «Модные» диеты»	14 2 2 2 4 4	ПК 1.1. ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5.
Тема 5. Гигиеническая оценка процессов кулинарной обработки пищи	5.1. Изменение пищевой ценности продуктов при тепловой обработке. Дифференцированный зачет	2 2 2	ОК 2, ОК 3.
	Максимальная учебная нагрузка Обязательная аудиторная учебная нагрузка Самостоятельная работа	48 32 16	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины имеется кабинет «Физиологии и гигиены питания», лаборатория «Микробиологии, гигиены труда и производственной санитарии».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедийный проектор.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

3.2.1. Печатные издания:

Дополнительные источники:

1. Жарикова Г.Г. Микробиология продовольственных товаров. Санитария и гигиена: учебник – М.: Академия, 2015 (25)
2. Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии: учебник./ З.П. Матюхина. – М.: Академия, 2013.- 312 с.
3. Мармузова, Л.В. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевой промышленности: учеб. пособие для нач. проф. образования. / Л.В. Мармузова. - М.: Академия, 2013. – 136 с. - (Профессиональное образование).
4. Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов: ФЗ № 28 02.01.2000
5. Общественное питание. Требования к обслуживающему персоналу: ГОСТ Р. 5935-95
6. Общественное питание. Требования к производственному процессу: ОСТ 28-1-95
7. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения: ФЗ № 52 30.03.1999
8. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья: СанПиН 2.3.2.1324-03

3.2.3. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Гигиена и санитария производства [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.metalbud.ru
2. Микробиология — Википедия [Электронный ресурс] – Режим доступа: ru.wikipedia
3. Пищевая микробиология [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.kodeksoft.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения	Применяет нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения.	Текущий контроль в форме практического занятия №6.
Состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Текущий контроль в форме практических занятий №3, 4, 5. Оценка за составление опорного конспекта «Пищевая ценность продуктов питания».
Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	Характеризует значение пищевых веществ.	Текущий контроль в форме практического занятия №1.
Понятие суточной нормы потребности человека в питательных веществах	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Текущий контроль в форме практических занятий №5, 6.
Усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Текущий контроль в форме практических занятий №3, 4, 5. Оценка за составление опорного конспекта «Мифы и предрассудки в питании. «Модные» диеты», «Пища как источник токсических и биологически активных веществ»
Строение и функционирование пищеварительной системы человека	Характеризует изменения пищевых веществ в каждом органе пищеварительного аппарата.	Текущий контроль в форме практического занятия №2.
Составлять рационы питания	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Текущий контроль в форме практического занятия №5, 6.
Рассчитывать энергетическую ценность блюд	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Текущий контроль в форме практического занятия №6.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	Способности к организации и планированию. Понимание сути профессиональных задач. Применение методов решения профессиональных задач и оценки их эффективности и качества.	Экспертная оценка выполнения практических работ по темам 1, 2, 3, 4 оценка выполнения самостоятельных работ.
ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.	Способности к анализу и контролю. Применение навыков принятия решений в соответствии с ситуацией, ответственность за принятое решение.	Экспертная оценка выполнения практических работ по темам 1, 2, 3, 4 оценка выполнения самостоятельных работ
ПК 1.1. Составлять плановое меню на различные периоды времени (ежедневное, недельное, двух- или четырехнедельное).	Применяет знания при решении профессиональных задач.	Экспертная оценка выполнения практических работ по темам 3, 4, оценка выполнения самостоятельных работ