

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Лицей сервиса и индустриальных технологий»

Рассмотрено и принято
на заседании
Педагогического Совета
СПб ГБПОУ ЛСИТ

Протокол № 17
от «30» августа 2023 г.

Утверждаю:
Директор СПб ГБПОУ ЛСИТ

Ю. В. Богданова
«30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ

**адаптированной основной образовательной программы
профессионального обучения по рабочей профессии ОКПР 16675 Повар**

Срок обучения 1 год 10 месяцев

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2023

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.02 Основы физиологии питания** адаптированной основной образовательной программы профессионального обучения по рабочей профессии ОКПР 16675 Повар на базе общеобразовательной программы коррекционно-развивающей направленности VIII вида разработана на основании требований профессионального стандарта 30.011 Повар, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 08.09.2015 № 610-н, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 28.10.2020 № 755н и Письма Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения РФ от 08.09.2022 г. № 05-1597 «Методические рекомендации по организации и осуществлению образовательной деятельности по программам профессионального обучения лиц с умственной отсталостью (нарушениями интеллектуального развития)», Федерального базисного плана для профессиональной подготовки, примерных программ учебных дисциплин и методических рекомендаций по обучению, воспитанию детей с ОВЗ (с умственной отсталостью) с учетом их психофизических особенностей.

Организация-разработчик:

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Лицей сервиса и промышленных технологий»

Разработчики:

Коптева Марина Викторовна - мастер производственного обучения, преподаватель
СПб ГБПОУ ЛСИТ

Кузьмина Эммилия Владимировна, мастер производственного обучения, преподаватель
СПб ГБПОУ ЛСИТ

Липнина Ирина Алексеевна- мастер производственного обучения, преподаватель
СПб ГБПОУ ЛСИТ

Консультант:

Голубева Таисия Алексеевна- методист СПб ГБПОУ ЛСИТ

Рассмотрено на заседании Методического совета СПб ГБПОУ ЛСИТ

Протокол № 1

«29» августа 2023 г.

Эксперт от работодателя:

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.02 Основы физиологии питания, адаптированной основной образовательной программы профессионального обучения по рабочей профессии Повар соответствует современным требованиям. С содержанием и объемом представленной программы согласна.

Генеральный директор

«28» августа 2023 г.



СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП 02. Основы физиологии питания

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью адаптированной основной образовательной программы профессионального обучения по профессии ОКПР 16675 Повар.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих: входит в общепрофессиональный учебный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;

знать:

- 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;

Требования к результатам освоения адаптированной основной образовательной программы профессионального обучения по профессии

Дисциплина способствует формированию профессиональной обучения по профессии.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **41 час**;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	41
в том числе:	
практические занятия	14
контрольные работы	1
Дифференцированный зачет	1
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП 02. Основы физиология питания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
Тема 1.1. Пищеварение, обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала	9		
	1. Пищевые вещества и их значение. 2. Сущность и строение пищеварительной системы. 3. Понятие об усвояемости основных пищевых веществ. 4. Усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее. Роль пищеварительных ферментов 5. Обмен веществ и энергии. 6. Энергозатраты человека. 7. Понятие о калорийности пищи. 8. Энергетическая ценность белков, жиров, углеводов. 9. Энергетический баланс организма.	9	2	
Тема 1.2. Роль пищевых веществ в жизнедеятельности организма	Содержание учебного материала	18		
	1. Общие понятия о пищевых веществах. 2. Белки. 3. Жиры. 4. Углеводы. 5. Витамины. 6. Минеральные вещества. 7. Физиологическая оценка и значение воды для организма человека 8. Общие понятия об обмене веществ	8	2	
	Практические занятия	10		
	№ 1	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение белков веществ для организма человека»	2	
	№ 2	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение жиров веществ для организма человека.»	2	
	№ 3	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение углеводов веществ для организма человека»	2	
	№ 4	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение витаминов для организма человека»	1	
	№ 5	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение минеральных веществ для организма человека»	2	
№ 6	Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение воды для организма человека»			
Тема 1.3	Содержание учебного материала	12		

Особенности питания различных групп населения	1. Понятие и основные принципы рационального питания. 2. Режим питания и его значение. 3. Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности. 4. Суточный рацион в зависимости от пола, возраста, массы тела и интенсивности труда. 5. Особенности питания различных групп населения 6. Питание детей и подростков.		8	2
	Практические занятия		4	
	№ 7	Составление таблицы «Режим питания»	2	
	№ 8	Составление таблицы «Суточный расход энергии подростков».	2	
	Контрольная работа		1	
	Дифференцированный зачет		1	
	Итого		41	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета.

Оборудование кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических материалов преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине;

Технические средства обучения:

- компьютер, мультимедийное оборудование, проектор, интерактивная доска.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1.Лаушкина Т.А. Основы микробиологии, физиологии питания, санитарии и гигиены, учебник, М.: Академия, 2021.

Дополнительные источники:

1.Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: уч. пособие: допущено Минобразованием России. — 3-е изд., стер. — М.: Академия, 2017.

2.Федеральный Закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» Утв. 02.01.2000 ФЗ-29.

3.ГОСТ Р 53104 – 2008. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания.

4.СанПин 2.3.2.1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов

5.Сборник технологических нормативов. – М.: Хлебпродинформ, 1997.

6.Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Ч.1,2— М.: Хлебпродинформ, 1996-1997.

7.Скурихин И.М. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания/ В.А. Тутельян. — М.: Де Ли принт, 2008

Интернет- ресурсы:

1. <http://www.comodity.ru/foodcommodity/index.shtml>

Ф. В. Цереветинова, В. С. Смирнова, Н. И. Козина «[Общее товароведение пищевых и вкусовых товаров](#)»

2. <http://dietmax.ru/diet/?&sitemap>

На данном сайте представлены статьи по физиологии питания, о пищеварении, о рациональном питании, диетах, ожирении, о пользе и ценности продуктов.

3. <http://www.cross-kpk.ru/ims/files>.

Основы микробиологии, физиологии питания, санитарии и гигиены

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Формы и методы контроля и оценки обучения должны позволять проверять у обучающихся сформированность умений

Результаты освоения	Формы и методы контроля и оценки
уметь: - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	Практические задания по темам Ответы при устных опросах обучающихся Дифференцированный зачет