

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

Рассмотрено и принято
на заседании
Педагогического Совета
СПб ГБПОУ ЛСИТ

Протокол № _____
от « ____ » августа 2024 г.

Утверждаю:
Директор СПб ГБПОУ ЛСИТ

_____ Ю. В. Богданова
« ____ » августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 03 ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ

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

Срок обучения 1 год 10 месяцев

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2024

Адаптированная основная образовательная программа профессионального обучения по профессиям рабочих, должностям служащих по профессии ОКПР 16675 Повар, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на базе выпускников специальных (коррекционных) школ VIII вида без получения среднего общего образования, сроком обучения 1 год 10 месяцев, разработана на основании требований профессионального стандарта 30.011 Повар, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 08.09.2015 № 610н, квалификационной характеристики Повар 3 разряда Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (ЕТКС) и Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.04.2015 № 06-443 «Методические рекомендации по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», 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»

Рассмотрено на заседании Методического совета СПб ГБПОУ ЛСИТ

Протокол № _____

«__» _____ 2024 г.

Эксперт от работодателя:

Адаптированная основная образовательная программа по учебной дисциплине ОП 03. Основы физиологии питания профессионального обучения по рабочей профессии ОКПР 16675 Повар соответствует современным требованиям. С содержанием и объемом представленной программы согласен

«__» _____ 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8

**1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.03 Основы физиологии питания**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

учебная дисциплина «**Основы физиологии питания**» входит в обязательную часть общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с учебным планом по рабочей профессии **ОКПР 16675 Повар**

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Умения	Знания
<ul style="list-style-type: none"> - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов 	<ul style="list-style-type: none"> - 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.

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	41
в т. ч. в форме практической подготовки	
в т. ч.	
теоретическое обучение	26
практические занятия	14
Лабораторные работы	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	1

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем акад. часов, в том числе в форме практической подготовки акад. час.	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Пищеварение, обмен веществ и энергии	Содержание учебного материала	7/-	
	1. Пищевые вещества и их значение. 2. Сущность и строение пищеварительной системы. 3. Усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее. Роль пищеварительных ферментов 4. Обмен веществ и энергии. Энергозатраты человека 5. Понятие о калорийности пищи. 6. Энергетическая ценность белков, жиров, углеводов. 7. Энергетический баланс организма.	8	2
Тема 2. Роль пищевых веществ в жизнедеятельности организма	Содержание учебного материала	18/9	
	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	2
	В том числе практических занятий	9	
	Практическое занятие № 1. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение белков веществ для организма человека»	1	
	Практическое занятие № 2. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение жиров веществ для организма человека.»	1	
	Практическое занятие № 3. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение углеводов веществ для организма человека»	1	
	Практическое занятие № 4. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение витаминов для организма человека»	1	
	Практическое занятие № 5. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение минеральных веществ для организма человека»	3	
Практическое занятие № 6. Составление таблицы «Физиологическая оценка и значение воды для организма человека»	2		
Тема 3	Содержание учебного материала	15/5	

Особенности питания различных групп населения	1. Понятие и основные принципы рационального питания. 2. Режим питания и его значение. 3. Суточный рацион в зависимости от пола, возраста, массы тела и интенсивности труда. 4. Особенности питания различных групп населения 5. Питание детей и подростков.		10	2
	Практические занятия		5	
	№ 7	Составление таблицы «Режим питания»	3	
	№ 8	Составление таблицы «Суточный расход энергии подростков».	2	
Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет			1	
Всего			41/14	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет, оснащенный:

- компьютер преподавателя с лицензионным программным обеспечением, мультимедийным проектором и интерактивной доской,
- комплект учебно-наглядных пособий «Основы физиологии питания»;
- комплект презентаций, видеороликов по «Основы физиологии питания»;

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Лаушкина Т.А. Основы микробиологии, физиологии питания, санитарии и гигиены. Учебник. Изд-во: Академия, М., 2021.

3.2.2. Основные электронные издания

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

Ф. В. Церевитинова, 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. Слайдовые презентации по всем темам программы.

3.2.3. Дополнительные источники

- Лаушкина Т.А. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевом производстве. (1-е изд.) Учебник. Изд-во: Академия, М., 2014.
- Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: учебник Изд-во: Академия, М., 2013.
- Лапшина В.Т. Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции: Изд-во: Академия, М., 2008.
- Малыгина В.Ф. Рубина Е.А. Микробиология, физиология питания санитария: Учеб. пособие. Профессиональное образование Изд-во: Академия, М., 2010.
- Мармузова Л.В. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевой промышленности: Учебник. Изд-во: Академия, М., 2007
- СанПин 2.3.2.1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов;

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Полнота ответов и точность формулировок.</p> <p>Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения профессиональной терминологии.</p>	<p>Текущий контроль при проведении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - письменного/устного опроса; - тестирования; <p>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</p>
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<ul style="list-style-type: none"> - проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов 	<p>Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, точность расчетов, соответствие требованиям</p> <p>Адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д.</p> <p>Точность оценки, самооценки выполнения.</p> <p>Соответствие требованиям инструкций, регламентов</p> <p>Рациональность действий.</p>	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение инструкций по практическим занятиям; - оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий в процессе практических занятий. <p>Промежуточная аттестация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценка выполнения практических заданий на дифференцированном зачете