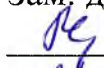
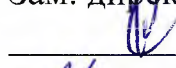


**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ
ТАТАРСТАН
ГАПОУ «НИЖНЕКАМСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по НМР
 В.П. Кузиева
« 21 » 03 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УПР
 Р.М. Сабитов
« 21 » 03 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

ОП.02 Физиология питания

Специальность СПО: 43.02.15 Поварское и кондитерское дело

Квалификация: специалист по поварскому и
кондитерскому делу

Форма обучения – очная

Нормативный срок обучения – 2 года 10 мес.
на базе основного общего образования

Профиль получаемого профессионального образования –
социально-экономический

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины *ОП.02 Физиология питания* разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 г. № 1565 (ред.от 17.12.2020) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.
2. Учебного плана и профессиональной образовательной программы ГАПОУ «Нижекамский многопрофильный колледж» по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.
3. Примерной программы - учебной дисциплины из примерной образовательной программы СПО «профессионалитет» по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело. Разработчик: Федеральное учебно-методическое объединение в системе среднего профессионального образования по укрупненной группе профессий, специальностей 43.00.00 Сервис и туризм
4. Рабочей программы воспитания ГАПОУ «Нижекамский многопрофильный колледж» по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

Организация-разработчик:

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Нижекамский многопрофильный колледж»

Разработчик (и):

Соленкова Эльвира Габделахатовна преподаватель дисциплин профессионального цикла.

Рассмотрена и рекомендована методической цикловой комиссией ГАПОУ «Нижекамский многопрофильный колледж» по профессии «Повар, кондитер», специальностям: «Технология продукции общественного питания», 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

Протокол заседания МЦК № 8 от « 13 » марта 2023г.

Председатель МЦК  Гафур И.В.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.02 Физиология питания»

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.02 Физиология питания» является обязательной частью общепрофессионального цикла учебных дисциплин профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности программы подготовки специалистов среднего звена 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, 02, 04, 09.;

ПК 1.4. Осуществлять разработку, адаптацию рецептур полуфабрикатов с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

ПК 2.8. Осуществлять разработку, адаптацию рецептур горячих блюд, кулинарных изделий, закусок, в том числе авторских, брендовых, региональных с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

ПК 3.7. Осуществлять разработку, адаптацию рецептур холодных блюд, кулинарных изделий, закусок, в том числе авторских, брендовых, региональных с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

ПК 4.6. Осуществлять разработку, адаптацию рецептур холодных и горячих десертов, напитков, в том числе авторских, брендовых, региональных с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

ПК 5.6. Осуществлять разработку, адаптацию рецептур хлебобулочных, мучных кондитерских изделий, в том числе авторских, брендовых, региональных с учетом потребностей различных категорий потребителей.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины: В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения (-далее У), знания (-далее З), элементы профессиональных (-далее ПК) и общих компетенций (-далее ОК), личностные результаты воспитания(-далее ЛР):

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07 ЛР 07 ЛР10 ЛР 15 ПК 1.4 ПК 2.8. ПК 3.7 ПК 4.6 ПК 5.6	У1- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов У2 - рассчитывать энергетическую ценность блюд У3 - составлять рационы питания для разных категорий потребителей	31 - роль пищи для организма человека; 32 - основные процессы обмена веществ в организме; 33 - суточный расход энергии; 34 - состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания; 35 - роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; 36 -физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения; 37 - усвояемость пищи, влияющие на нее факторы; 38 - понятие рациона питания; 39 - суточная норма потребности человека в питательных веществах; 310 - нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; 311 -назначение лечебного и лечебно-профилактического питания; 312 - методики составления рационов питания

1.2.1 Перечень общих компетенций (ОК.) и личностных результатов (ЛР) элементы которых формируются в рамках дисциплины:

Личностные результаты воспитания (ЛР)	Общие компетенции (ОК) Критерии результатов
ЛР 15 Проявляющий самостоятельность и ответственность в принятии решений во всех сферах своей деятельности, готовый к исполнению разнообразных социальных ролей, востребованных бизнесом, обществом и государством	ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
	ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.
ЛР 7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
--	---

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	28
в том числе во взаимодействии с преподавателем:	28
теоретические занятия	8
практические занятия	20
Промежуточная аттестация	Контрольная работа

2.2. Тематический план

Наименование	Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем				
	всего	теория	л/р	п/р	к/р
Курс обучения 2	28	8		18	2
Семестр 2					
Введение	1	1			
Раздел 1. Основы физиологии человека	4			4	
Тема 1.1. Анатомо-физиологические основы пищеварения		2		2	
Раздел 2 Обмен веществ и энергии	4				
Тема 2.1 Энергетические затраты организма и энергетическая ценность пищи.		2		2	
Раздел 3 Основные пищевые вещества и их энергетические пластические и регуляторные функции	4			4	
Тема 3.1 Физиологическое значение белков				1	
Тема 3.2 Физиологическое значение жиров и углеводов				1	
Тема 3.3. Роль витаминов в поддержании здоровья				1	
Тема 3.4 Значение минеральных веществ для организма				1	
Раздел 4 Основные принципы рационального питания	6	1		5	
Тема 4.1. Рациональное питание и физиологические требования к его организации				2	

Тема 4.2 Дифференцированное питание различных групп населения		1		3	
Раздел 5 Лечебное питание	3	2		1	
Тема 5.1 Лечебно-профилактическое питание		1			
Тема 5.2 Физиологические основы диетического питания		1		1	
Раздел 6 Питание современного человека	4			4	
Тема 6.1 Пищевые добавки				2	
Тема 6.2 Питание современного человека				2	
Итоговая аттестация по дисциплине: контрольная работа	2				2

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Урок № п.п</i>	<i>Содержание и формы организации деятельности обучающихся</i>	<i>Объем часов</i>	<i>Коды осваиваемых У.3 элементов ПК. ОК. ЛР</i>	<i>Уровень освоения</i>
1	2	3	4	5	6
Введение		Содержание учебного материала	1		
	1	Введение. Предмет и задачи дисциплины. Вклад отечественных ученых в развитие науки о питании Социальные, экономические, технологические аспекты питания человека.	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15,	1
Раздел 1.		Основы физиологии человека	4		
Тема 1.1. Анатомо-физиологические основы пищеварения	2	Понятие о процессе пищеварения. Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения.	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6 31, 32, 34, 37, У1 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15,	2
	3	Усвояемость пищи: понятие, факторы, влияющие на усвояемость пищи	1		2
	4-5	Практическое занятие №1 Изучение влияние пищевых факторов на нейрогуморальную регуляцию. Влияние слюны на крахмал	2		3
Раздел 2		Обмен веществ и энергии	4		
		Содержание учебного материала			
Тема 2.1 Энергетические затраты организма и энергетическая ценность пищи.	6	Общее понятие об обмене веществ. Процессы ассимиляции и диссимиляции. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6 32, 33, 36, У2 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15,	2
	7	Общее понятие об обмене энергии. Понятие о калорийности пищи. Суточный расход энергии. Энергетический баланс организма. Методика расчёта энергетической ценности блюда	1		2
	8-9	Практическое занятие №2 Методика определения суточных энергозатрат. Решение задач	2		3
Раздел 3		Основные пищевые вещества и их энергетические пластические и регуляторные функции	4		
		Содержание учебного материала			
Тема 3.1 Физиологическое	10	Практическое занятие №3 Изучение роли белков в жизнедеятельности. Азотистый	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6	3

значение белков		баланс. Биологическая ценность белка. Физиологическая потребность в белке Содержание холестерина в белке и желтке яиц		32, 33, 36, 31, 34, 35, 39, У1, У2, У3 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15	
Тема 3.2 Физиологическое значение жиров и углеводов	11	Практическое занятие №4 Изучение значения жиров. Рекомендуемые нормы жиров в рационе питания. Классификация углеводов. Нормирование углеводов. Методика определения энергетической и биологической ценности продукта	1		3
Тема 3.3. Роль витаминов в поддержании здоровья	12	Практическое занятие №5 Изучение классификации витаминов. Причины авитаминозов Потеря витаминов при обработке Гигиеническая оценка пищевой и энергетической ценности продукта	1		3
Тема 3.4 Значение минеральных веществ для организма	13	Практическое занятие №6 Изучение классификации минеральных веществ. Микро- и макроэлементы. Роль воды в организме.	1		3
Раздел 4		Основные принципы рационального питания	6		
Тема 4.1. Рациональное питание и физиологические требования к его организации		<i>Содержание учебного материала</i>			
	14-15	Практическое занятие №7 Принципы рационального питания. Требования к режиму питания	2	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6,ПК 5.6 31, 34, 36, 37, 38, 39, 310, 312, У2, У3 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15	3
Тема 4.2 Дифференцированное питание различных групп населения	16	Физиологические потребности и режим питания взрослого трудоспособного населения. Возрастные особенности и физиологические нормы питания детей и подростков. Возрастные особенности и нормы питания беременных и кормящих женщин. Рациональное питание лиц пожилого и старческого возраста.	1		2
	17-	Практическое занятие №8 Решение задач	3		3

	19				
Раздел 5		Лечебное питание	3		
Тема 5.1 Лечебно-профилактическое питание	20	<i>Содержание учебного материала</i> Научные основы лечебно-профилактического питания, его цель и виды. Состав и назначение отдельных рационов	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6 31, 34, 36, 37, 38, 39, 310, 312, У1, У3 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15	2
Тема 5.2 Физиологические основы диетического питания	21	Научные принципы и задачи построения лечебных диет Особенности режима питания Система стандартных диет. Вариант диеты с механическим и химическим щажением Вариант диеты с повышенным и пониженным содержанием белка Диеты с пониженной калорийностью	1		2
	22	Практическое занятие №9 Оценка состояния питания	1		3
Раздел 6		Питание современного человека	4		
Тема 6.1 Пищевые добавки	23	Практическое занятие №10 Классификация пищевых добавок Безопасность применения пищевых добавок	1	ПК 1.4, ПК 2.8, ПК 3.7, ПК4.6, ПК 5.6 31, 34, 36, 37, 38, 39, 310, 312, У1, У3 ОК 01, ОК 02, ОК 04 ЛР 07, ЛР10, ЛР 15	3
	24	Заполнение таблицы «Пищевые добавки»	1		2
Тема 6.2 Питание современного человека	25	Практическое занятие №11 Питание и предупреждение болезней Рекомендуемое потребление пищевых веществ	1		3
	26	Подсчет индекса массы тела (ИМТ)	1		2
Итоговая аттестация	27-28	Контрольная работа	2		3

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины осуществляется в учебном кабинете «Микробиологии, физиологии питания, санитарии и гигиены»

Оборудование учебного кабинета:

- комплект ученической мебели на 30 посадочных мест;
- комплект учительской мебели на 1 посадочное место;
- классная доска;
- стенды – 3 шт.;
- книжный шкаф – 3 шт.

электронные образовательные ресурсы;

комплект учебно-методической документации;

комплект образцов, наглядные пособия.

Технические средства обучения:

- моноблок – 1,
- доска интерактивная – 1,
- проектор - 1.

3.2. Информационное обеспечение для реализации программы

Электронные ресурсы ЭБС ZNANIUM.COM

1. Гернет, М. В. Микробиология : учебник / Н.Г. Ильяшенко, Л.Н. Шабурова, М.В. Гернет. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 263 с. + Доп. Материалы.
2. Кисленко, В. Н. Микробиология. Практикум: учебное пособие / В.Н. Кисленко. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 239 с.
3. Рубина, Е. А. Микробиология, физиология питания, санитария: учебник / Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 240 с.

Дополнительные источники:

Электронные ресурсы ЭБС ZNANIUM.COM

1. Мудрецова-Висс, К. А. Основы микробиологии: учебник / К. А. Мудрецова Висс, В. П. Дедюхина, Е. В. Масленникова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2020. — 384 с
2. Джум, Т. А. Санитария и гигиена питания: учебник / Т.А. Джум, М.Ю. Тамова, М.В. Букалова. — Москва: Магистр: ИНФРА-М, 2021. — 544 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Знает:		
31 - роль пищи для организма человека; 32 - основные процессы обмена веществ в организме; 33 - суточный расход энергии; 34 - состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания; 35 - роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; 36-физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения; 37-усвояемость пищи и влияющие на нее факторы; 38-понятие рациона питания, 39 -суточная норма потребности человека в питательных веществах; 310-нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; 311-назначение лечебного и лечебно-профилактического питания; 312–методики составления различных меню рационов питания	– Полнота ответов, точность формулировок, полнота и обоснованность изложения изученного материала не менее 75% правильных ответов. – Грамотно выступает с сообщениями; – владеет понятиями учебной дисциплины и применяет их адекватно ситуации.	Устный опрос, тестирование, Оценка результатов выполнения практической работы №1, №2 Устный опрос, тестирование, контрольная работа Оценка результатов выполнения практической работы №3, №4, №5, №6, Устный опрос, оценка результатов, контрольная работа выполнения практической работы №7, 8, 9, №10, №11
умеет		
У1–проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов У2 - рассчитывать энергетическую ценность блюд У3 - составлять рационы питания для разных категорий потребителей	- Правильность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательности. - Правильность, полнота выполнения заданий, точность расчетов, соответствие требованиям безопасности, инструкций, регламентов Рациональность действий	Оценка результатов выполнения практической работы №1, №2, №3, №4, №5, №6, №7, №8, №9, №10, №11
Итоговая контрольная работа	Соответствие требованиям критерий оценки теста	Оценка результатов тестирования и практического задания

Результаты обучения по дисциплине (умения и знания, элементы компетенций ПК, ОК)	Основные показатели оценки результата и их критерии	Формы и методы контроля и оценки
ЛР 15 Проявляющий самостоятельность и ответственность в принятии решений во всех сферах своей деятельности, готовый к исполнению разнообразных социальных ролей, востребованных бизнесом, обществом и государством ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.	- работать с основными компонентами текста учебника или учебного пособия; -понимать и соблюдать последовательность действий по индивидуальному выполнению учебной задачи в отведенное время; -отслеживать свои ошибки по ходу работы; осознавать значимость знаний, умений, навыков учебной деятельности; -выделять наиболее значимое в перечне информации; -структурировать получаемую информацию; -оценивать практическую значимость результатов поиска; -оформлять результаты поиска	выполнение и оценивание практических работ выполнение и оценивание самостоятельной работы устный фронтальный опрос контрольная работа.
ЛР 7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности. ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	-взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами -излагать свои мысли на государственном языке -оформлять документы	выполнение и оценивание практических работ выполнение и оценивание самостоятельной работы устный фронтальный опрос контрольная работа.
ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Соблюдать нормы экологической безопасности Определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии	выполнение и оценивание практических работ выполнение и оценивание самостоятельной работы устный фронтальный

		опрос контрольная работа.
--	--	------------------------------