

Бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Омской области "Павлоградский техникум  
сельскохозяйственных и перерабатывающих технологий"

СОГЛАСОВАНО:

ООО «Прованс»



20 19 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор БПОУ ПТСиПТ



"08" 08 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.02 Физиология питания**

**по специальности**

**19.02.10 Технология продукции общественного питания**

Павлоградка 2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.03 Организация хранения и контроль запасов и сырья** разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности **19.02.10 Технология продукции общественного питания**

Организация-разработчик:

бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области "Павлоградский техникум сельскохозяйственных и перерабатывающих технологий"

Разработчики:

Богомолова Л.И. – заместитель директора БПОУ ПТСиПТ;

Лавкова Е.П. - мастер производственного обучения высшей квалификационной категории;

Зарипова Л.А. – индивидуальный предприниматель ООО «Прованс»

**РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ**

на заседании методической комиссии:

Протокол № 1 от «24» 08 2019 г.

Председатель МК: 

Н.А. Берковская

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации учебной дисциплины	16
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	19

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОП.02 Физиология питания.**

#### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.02 Физиология питания** является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии ФГОС СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в

дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) для подготовки работников общественного питания и пищевой промышленности, а также для профессиональной подготовки по профессии «повар» в рамках специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального цикла.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

**уметь:**

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

**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 для различных групп населения;
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- методики составления рационов питания.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы профессиональные компетенции, соответствующими видами 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 и 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.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы общие компетенции:

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.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 32 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 16 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
практические занятия	10
контрольные работы	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16

<p>В том числе Выполнение индивидуального задания по теме:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– «Изменение пищевой ценности продуктов при тепловой обработке»</li></ul> <p>Подготовка рефератов по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– «Пищевые добавки»</li><li>– «Мифы и предрассудки в питании»</li><li>– «Модные» диеты»</li></ul>	
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.02 Физиология питания

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	
<b>Раздел 1 . Роль пищи для организма человека</b>		<b>14/6</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Пищевые вещества и их значение.	<b>Содержание:</b>	2	2
	Химический состав тела человека. Роль пищи для организма человека. Понятие о пищевых веществах. Белки: определение, состав, физиологическое значение, энергетическая ценность. Жиры: определение, состав, физиологическое значение, энергетическая ценность. Суточная норма потребности человека в жирах. Углеводы: определения, состав, физиологическое значение для организма моносахаридов, полисахаридов, дисахаридов.. Витамины: определение, физиологическое значение, классификация и их краткая характеристика.. Минеральные вещества: определение, физиологическое значение, классификация и их характеристики. Суточная потребность в минеральных веществах и сбалансированность отдельных элементов в питании. Вода ее физиологическое значение для организма.		
	<b>Самостоятельная работа:</b>	1	
Доклад: «Основные химические реакции при синтезе пищевых веществ» Электронная презентация- « Значение пищевых веществ для организма человека» [Электронный ресурс] <a href="https://multiurok.ru/files/priezientsiia-znachieniie-pitaniia-pishchievyie-produkty-i-pitatiel">https://multiurok.ru/files/priezientsiia-znachieniie-pitaniia-pishchievyie-produkty-i-pitatiel</a>			
<b>Тема 1.2.</b> Процессы при усвоении пищи, усвояемость пищи	<b>Содержание:</b>	2	2
	Понятие о водном обмене и его регулирование.		

	<p>Суточная норма потребности человека в белке, процесс усвоения белка пищи в организме при недостатке белка в питании.</p> <p>Процесс усвоения жиров в организме человека. Изменения в организме человека при недостаточном и избыточном потреблении жиров.</p> <p>Суточная норма потребности человека в углеводах. Процесс усвоения углеводов пищи в организме человека. Изменения в организме человека при недостатке и избытке углеводов в питании</p> <p>Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Понятие усвояемости пищи, факторы, влияющие на усвояемость пищи.</p> <p>Основные процессы обмена веществ в организме. Усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p>	<p><b>1</b></p>	
<p><b>Тема 1.3. Практическая работа №1</b>  Определение и расчет индивидуальных суточных энергетических затрат</p>	<p><b>Содержание:</b></p> <p><b>Задание:</b> Произвести расчет индивидуальных (собственных) энергозатрат</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомиться с понятием об энергетической ценности, энергетическими затратами организма.</li> <li>2. Составить режим дня (с учетом видов физической активности за сутки в хронологическом порядке).</li> <li>3. Расчет индивидуальных энергозатрат.</li> </ol>	<p><b>2</b></p>	<p>2,3</p>
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Доклад: «Суточная норма потребности человека в питательных веществах» [Электронный ресурс].  <a href="https://otherreferats.allbest.ru/medicine/00376414_0.html">https://otherreferats.allbest.ru/medicine/00376414_0.html</a>  Подготовка реферата по теме: «Модные» диеты» [Электронный ресурс].  <a href="http://valeologija.ru/knigi/aspekti-polnocennogo-pitaniya-petrov/modnie-dieti">http://valeologija.ru/knigi/aspekti-polnocennogo-pitaniya-petrov/modnie-dieti</a></p>	<p><b>1</b></p>	
<p><b>Тема 1.4</b> Обмен веществ и</p>	<p><b>Содержание:</b></p>	<p><b>2</b></p>	<p><b>2</b></p>

<p>энергии. Питание различных групп населения</p>	<p>Понятия об обмене веществ. Процессы ассимиляции и диссимиляции. Факторы, влияющие на обмен веществ и процесс регулирования его в организме человека. Суточный расход энергии. Понятие об основном обмене. Группы населения в зависимости и суточного расхода энергии. Понятие об энергетической ценности пищи, основных пищевых веществах и суточном рационе питания, нормы и принципы его для различных групп населения. Требование к режиму питания. Возрастные особенности детей и подростков. Нормы питания детей разного возраста. Особенности сырья и кулинарной обработки блюд для детей и подростков. Режим питания.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Электронная презентация - «Особенности питания различных групп населения»  [Электронный ресурс] <a href="http://www.myshared.ru/slide/472210/">http://www.myshared.ru/slide/472210/</a>  Подготовка реферата по теме: [Электронный ресурс] <a href="http://cinref.ru/razdel/04650raznoe/21/409877.htm">http://cinref.ru/razdel/04650raznoe/21/409877.htm</a></p>	<b>1</b>	
<p><b>Тема 1.5. Практическая работа № 2.</b> Определение химического состава и калорийности блюд и отдельных приемов пищи  Анализ рационов питания</p>	<p><b>Содержание:</b></p> <p><b>Задание:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определить химический состав и калорийность блюда (по заданию преподавателя);</li> <li>2. Составить меню завтрака, обеда или ужина, включив в данный прием пищи блюдо из задания;</li> <li>3. Определить химический состав и калорийность завтрака, обеда или ужина;</li> <li>4. Написать вывод, насколько составленное меню определённого приема пищи соответствует принципам сбалансированного рационального питания. В случае отклонений предложить корректировку меню.</li> <li>5. Изучить предложенное однодневное меню для школьника начальных классов, используя таблицы химического состава пищевых продуктов. Дать заключение по предложенному рациону питания</li> </ol>	<b>2</b>	2
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Заполнить таблицу «Суточная потребность среднестатистического</p>	<b>1</b>	

	человека (г) составляет» учебник Основы физиологии питания, гигиены и санитарии Матюхина З. П. стр. 34		
<b>Тема 1.6. Практическая работа № 3.</b> Составление меню суточного рациона питания детей и подростков и определение химического состава и калорийности пищи	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	<p>1. Составить меню суточного рациона.</p> <p>2. Пользуясь сборником рецептов блюд и кулинарных изделий выписать раскладку продуктов и рассчитать количество белков, жиров, углеводов для блюд по составленному меню в табл.2</p> <p>3. Определить калорийность суточного рациона. Расход энергии колеблется в зависимости от возраста детей. Организм школьников 7-10 лет за сутки расходует в среднем 2300 ккал, мальчиков 11-13 лет – 2700, девочек этого же возраста – 2450, юношей 14-17 лет – 3000, девушек – 2600 ккал.</p> <p>4. Сравнить полученные результаты и занести в табл.3.</p>		
	<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>1</b>	
	<p>Электронная презентация - «Особенности питания детей и подростков» [Электронный ресурс] <a href="http://www.myshared.ru/slide/472210/">http://www.myshared.ru/slide/472210/</a></p> <p>Подготовка реферата по теме: [Электронный ресурс] <a href="http://valeologija.ru/knigi/aspekti-polnocennogo-pitaniya-petrov/mifi-i-predrassudki-v-pitanii">http://valeologija.ru/knigi/aspekti-polnocennogo-pitaniya-petrov/mifi-i-pedrassudki-v-pitanii</a></p>		
<b>Тема 1.7 Контрольная работа №1.</b> Ассортимент основных групп	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	по теме «Роль пищи для организма человека»		
	<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>1</b>	
	Проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы		
<b>Раздел 2. Основы товароведения</b>		<b>19/9</b>	
<b>Тема 2.1.</b>  <b>Тема 2.1.</b> Характеристика	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	<b>2,3</b>
	Ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров: Химический состав и пищевая ценность овощей и плодов.		

продовольственных товаров. Товароведная характеристика овощей и плодов	Классификация, использование в кулинарии.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Подготовить сообщение «Классификация продовольственных товаров по назначению» - [Электронный ресурс] <a href="http://fb.ru/article/163888/klassifikatsiya-produktov-pitaniya-po-grupпам-klassifikatsiya-molochnyih-produktov">http://fb.ru/article/163888/klassifikatsiya-produktov-pitaniya-po-grupпам-klassifikatsiya-molochnyih-produktov</a>	<b>1</b>	
<b>Тема 2.2.</b> Товароведная характеристика рыбных, мясных товаров	<b>Содержание:</b> Клубнеплоды. Капустные, луковые, листовые, пряные, плодовые овощи; плоды и ягоды; свежие и солёные грибы, квашеная капуста, солёные овощи, сушёные овощи, плоды, овощные консервы, маринованные овощи, грибы;	<b>2</b>	<b>2</b>
	<b>Самостоятельная работа:</b> Подготовить сообщение « <b>Товароведная характеристика и экспертиза качеств свежих овощей</b> » - [Электронный ресурс] <a href="http://mypresentation.ru/presentation/9278_prezentaciya_na_temu_tovarovednaya_karakteristika_i_ekspertiza_">http://mypresentation.ru/presentation/9278_prezentaciya_na_temu_tovarovednaya_karakteristika_i_ekspertiza_</a>	<b>1</b>	
<b>Тема 2.3.</b> Товароведная характеристика молочных товаров, яиц, жиров, круп, макаронных изделий, муки	<b>Содержание:</b> Химический состав и пищевая ценность рыбы. Классификация семейств. Общие требования к качеству; Пищевая ценность мяса. Основные ткани мяса, классификация, клеймение мясных туш. Общие требования к качеству. Колбасы: пищевая ценность, ассортимент, мяскопчённости, мясные консервы; Молоко, сливки: виды, пищевая ценность. Молочные консервы: сгущённое молоко, сухое молоко, способы получения, виды. Кисломолочные продукты: творог и творожные изделия, сметана, сыры	<b>2</b>	<b>2,3</b>
	<b>Самостоятельная работа:</b> Подготовить сообщение «Классификация рыбных товаров:» - [Электронный ресурс] <a href="http://studopedia.org/1-27405.htm">http://studopedia.org/1-27405.htm</a> , «Классификация мясных товаров: [Электронный ресурс]» <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	<b>1</b>	

	<a href="http://prezentaciya-po-tovarovedeniyu-na-temu-myasnie-tovari-1288268.html">prezentaciya-po-tovarovedeniyu-na-temu-myasnie-tovari-1288268.html</a>		
<b>Тема 2.4.</b> Товароведная характеристика, вкусовых товаров . Основы хранения продовольственных товаров	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	2,3
	Яйца куриные: строение, пищевая ценность, виды, брак, яйцепродукты: меланж, яичный порошок. классификация жиров, значение. Растительное масло, сливочное масло, животные топленые жиры, маргарин, кулинарные жиры – их виды, пищевая ценность. Крупы, мука, макаронные изделия, крахмал, сахар: Вкусовые товары. Общие требования к качеству сырья и продуктов; Условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров (овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, алкогольные, вкусовые, кондитерские и хлебобулочные )		
	<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>1</b>	
	Подготовить электронную презентацию «Яйца и яичные товары» [Электронный ресурс]- <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-yaichnie-tovari-i-produkti-864377.html">https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-yaichnie-tovari-i-produkti-864377.html</a> Заполнить таблицу- «Классификация жиров, муки, круп» - учебник «Товароведение пищевых продуктов» Матюхина З. П.- стр. 190 ,196,210,212 Составить презентацию на тему: "Хранение пищевых продуктов" [Электронный ресурс] <a href="http://uchitelya.com/tehnologiya/76098-prezentaciya-hranenie-pischevyh-produktov.html">http://uchitelya.com/tehnologiya/76098-prezentaciya-hranenie-pischevyh-produktov.html</a>		
<b>Тема 2.5.</b> Упаковка, реализация продовольственных товаров.	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	2,3
	по теме «Основы товароведения»		
<b>Контрольная работа №2</b>	<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>1</b>	
	Проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы		
<b>Тема 2.6.</b> Требования к качеству полуфабрикатов и готовой продукции	<b>Содержание:</b>	<b>2</b>	2
	Основные понятия: качество, требования к качеству, свойства и показатели. Виды продукции в общественном питании: производственного назначения, сырье, полуфабрикаты, готовая продукция.		

	<p>Требования к качеству продукции потребительского назначения, функционального назначения: энергетическая, биологическая и физиологическая ценность, органолептические свойства: внешний вид, вкус, запах, консистенция, безопасность, сохраняемость, эстетические свойства: оформление блюд, внешний вид. Требования к качеству: обязательные и рекомендательные; нормативные документы, их устанавливающие.</p> <p>Группы показателей качества: органолептические, физико-химические и микробиологические.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p>	<b>1</b>	
	<p>Составить презентацию на тему: « Методы контроля качества и безопасности сырья» [Электронный ресурс]  <a href="http://900igr.net/prezentacija/ekonomika/metody-kontrolja-kachestva-i-bezopasnosti-syrja-i-mjasoproduktov-222039.html">http://900igr.net/prezentacija/ekonomika/metody-kontrolja-kachestva-i-bezopasnosti-syrja-i-mjasoproduktov-222039.html</a></p>		
<p><b>Тема 2.7. Практическая работа № 4.</b> Проведение органолептической оценки качества пищевого сырья и продуктов.</p>	<p><b>Содержание:</b></p>	<b>2</b>	<b>2</b>
	<p>Определить качество продукции потребительского назначения, функционального назначения: энергетическую, биологическую и физиологическую ценность, органолептические свойства: внешний вид, вкус, запах, консистенция, безопасность, сохраняемость, эстетические свойства: оформление блюд, внешний вид.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b></p>	<b>2</b>	
	<p>Составить презентацию на тему: " Презентация на тему: Методика органолептической оценки пищевых продуктов " [Электронный ресурс]  <a href="https://ppt4web.ru/tehnologija/metodika-organolepticheskoyj-ocenki-pishhevykh-produktov.html">https://ppt4web.ru/tehnologija/metodika-organolepticheskoyj-ocenki-pishhevykh-produktov.html</a></p>		
<p><b>Тема 2.8. Практическая работа №5.</b> Работа с документами.</p>	<p><b>Содержание:</b></p>	<b>2</b>	<b>2</b>
	<p>Подготовить обязательные и рекомендательные нормативные документы.</p>		

	<b>Самостоятельная работа:</b> – Составление теста с эталоном ответов по теме «Товароведные характеристики продовольственных товаров» – Сообщение по теме «Особенности транспортировки скоропортящихся товаров»	<b>2</b>	
<b>Тема 2.9. Дифференцированный зачёт.</b>	<b>Содержание работы:</b> Выполнение контрольных заданий, тестовых и лабораторно-практических работ по изученным темам дисциплины.	<b>2</b>	<b>2,3</b>
<b>Всего:</b>		<b>32</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

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

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

Кабинет «Микробиологии, санитарии и физиологии», «Товароведения продовольственных товаров»

Оборудование учебного кабинета:

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

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор.

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

##### **Основные источники**

Для преподавателей:

1. Малыгина В.Ф. Рубина В.А. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии. – М.: Экономика, 2012.- 224 с.
2. Мартинчик, А.Н. Физиология питания, санитария и гигиена.: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ А.Н. Мартинчик, А.А. Королев, Л.С. Трофименко.- М.: Мастерство: Высшая школа, 2011.-192 с.
3. Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии.: Учеб. для нач. проф. образования.-М: ИРПО; Академия, 2011.-184 с.

Нормативные документы:

1. ГОСТ 30349-96. Плоды, овощи, продукты их переработки. Методы определения качества.
2. СанПин 42-123-57777 . 2010г Санитарные нормы и правила для предприятий общественного питания.
3. Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения. Утверждены Главным Государственным врачом РФ 10 мая 2008 №5786 – 2010г
4. Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. СанПин 2.3.2.560. – 2010г.
5. Сан Пи Н 42 -123-1417-2009г Санитарные правила для предприятий общественного питания. Условия и сроки хранения особо скоропортящихся продуктов».

6. Сан Пи Н 42-123-6777-2010 «Санитарные правила для предприятий общественного питания, включая кондитерские цехи и предприятия, вырабатывающие мягкое мороженое».
7. Федеральный закон «О защите прав потребителей».

#### Для обучающихся:

1. Малыгина В.Ф. Рубина В.А. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии. - М.: Экономика, 2012. – 224с.
2. Мартинчик, А.Н. Физиология питания, санитария и гигиена.: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ А.Н. Мартинчик, А.А. Королев, Л.С. Трофименко.- М.: Мастерство: Высшая школа, 2011.-192 с.
3. Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии.: Учеб. для нач. проф. образования.-М: ИРПО;Академия, 2011.-184 с.

#### **Дополнительные источники**

##### Для преподавателей:

1. Фатыхов Д.Ф. Охрана труда в торговле, в общественном питании М: Изд-Центр «Академия», 2011г.
2. Мармузова Л.В., Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевой промышленности М: Изд-Центр «Академия»
3. Богатырёва Е.А. , Основы физиологии питания, санитарии и гигиены «Академкнига/учебник», 2011г.
4. Педенко, А.И. Гигиена и санитария общественного питания/А.И.Педенко – М.: Экономика, 2010. – 268с.
5. Жвирблянская, А.Ю. Основы микробиологии, санитарии и гигиены в пищевой промышленности/ А.Ю.Жвирблянская, О.А. Бакушинская. – М.: Просвещение, 2012. – 312с.
6. Нецепляев, Ю.Г. Основы микробиологии и санитарии на предприятиях пищевой промышленности/ Ю.Г.Нецепляев. – М.: Академия, 2013. – 295с.
7. Красницкая, Е.С. Гигиена и санитария предприятий общественного питания/ Е.С. Красницкая. – М.: Экономика, 2010. – 245с.
- 8.Чоговадзе Ш. К. Теоретические основы товароведения продовольственных товаров. М.: Экономика, 2000
9. Чижова К.Н., Шкваркина Т.И., Волкова И.П., Чинчук А.М.. Справочник для работников лабораторий хлебопекарных предприятий. — М.: Пищевая промышленность, 2011г. — 119 с

#### **Интернет-ресурсы**

1. <http://www.bestlibrary.ru> Он–line библиотека
2. <http://www.lib.msu.su/> научная библиотека МГУ
3. <http://www.vavilon.ru/> Государственная публичная научно–техническая библиотека России
- 4.<http://www.edic.ru> Электронные словари

Для обучающихся:

1. Богатырёва Е.А. , Основы физиологии питания, санитарии и гигиены «Академкнига/учебник», 2012г.
2. Снегирева И. А., Николаева М. А. Практикум по товароведению и стандартизации. М.: МЭГУ, 2012
3. Журнал Питание и общество.
4. Федеральный закон «О защите прав потребителей».

**Интернет-ресурсы**

1. <http://www.bestlibrary.ru> On–line библиотека
2. <http://www.lib.msu.su/> научная библиотека МГУ
3. <http://www.vavilon.ru/> Государственная публичная научно–техническая библиотека России
4. <http://www.edic.ru> Электронные словари

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ УСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения</b>	
проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	Практические работы
рассчитывать энергетическую ценность блюдов;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа
составлять рационы питания ;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа
<b>Знания</b>	
роль пищи для организма человека;	Тестирование
основные процессы обмена веществ в организме;	Тестирование
суточный расход энергии;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	Контрольные работы Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	Контрольные работы
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	Контрольные работы
усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	Контрольные работы
понятие рациона питания;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
суточную норму потребности человека в питательных веществах;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная

	работа Контрольные работы
нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;	Контрольные работы
методики составления рационов питания	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
общие требования к качеству сырья и продуктов;	Внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы
условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров	Внеаудиторная самостоятельная работа Контрольные работы

### Приложение 1 ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК

Название ОК	Технологии формирования ОК
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	– технология проблемного обучения,
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	– игровые технологии,
ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	– личностно-ориентированные технологии,
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного	– здоровье-сберегающие технологии,
	– технологии интегрированного урока,

<p>развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> <p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.</p>	<p>– компьютерные технологии,</p> <p>– технология группового обучения.</p>
--	--