

Министерство образования и науки Мурманской области

**«Северный национальный колледж»
(филиал государственного автономного профессионального образовательного учреждения
Мурманской области «Оленегорский горнопромышленный колледж»)**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины

ОП.08 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров

основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих,
служащих по профессии среднего профессионального образования

35.01.23 Хозяйка(ин) усадьбы

с. Ловозеро, Мурманской области
2021

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.08 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров** разработана на основе Федерального государственного стандарта по профессии среднего профессионального образования (далее СПО) **35.01.23 Хозяйка(ин) усадьбы**

Организация-разработчик:

«Северный национальный колледж» (филиал государственного автономного профессионального образовательного учреждения Мурманской области «Оленегорский горнопромышленный колледж»)

Составитель:

Мировова Е.Л., преподаватель

Ответственный:

Советкина С.В., начальник отдела по учебной работе

РАССМОТРЕНО:

на заседании ЦМК филиала

Протокол

от «01» сентября 2021 г. № 1

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров

1.1. Область применения рабочей программы

Программа общепрофессиональной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФОГС по профессии СПО, 112201.01 Хозяйка (ин) усадьбы

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по профессиям рабочих: «Повар, кондитер».

Преподаватель вправе внутри темы менять очередность проведения теоретических уроков и лабораторно-практических работ соблюдая логику изложения материала.

1.2. Место общетехнического предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:

предмет входит в вариативную часть общепрофессионального цикла.

1.3. Цели и задачи общетехнического предмета – требования к результатам освоения предмета:

В результате освоения учебной дисциплины

обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения учебной дисциплины

обучающийся должен 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;
- - суточная норма потребности человека в питательных веществах;
- - нормы и принципы рационального сбалансированного питания;
- - методику составления рационов питания;
- - ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;
- - общие требования к качеству сырья и продуктов;
- - условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов

продовольственных товаров.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 48 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 32 часов;

самостоятельной работы обучающегося - 16 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
лабораторные работы	8
практические занятия	4
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
Формы промежуточной аттестации - дифференцированный зачет	

2.2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.12 Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров»

Наименование разделов и тем		Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1		2	3	4
		Раздел 1. Основы физиологии питания	9	
Тема 1.1 Основы физиологии питания	Содержание		2	
	1.	Роли пищи для организма человека. Пищевые вещества и их значение. Значение пищи для организма человека.	1	2
	2.	Основные процессы обмена веществ в организме. Общее понятие об обмене веществ в организме. Суточный расход энергии.	1	
Тема 1.2 Общие сведения о пищевых продуктах	Содержание		2	
	3,4	Состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания. Химический состав пищевых продуктов. Энергетическая и пищевая ценность различных продуктов	2	2
Тема 1.3 Пищеварение и усвояемость пищи	Содержание		3	
	5,6, 7	Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Понятие о пищеварении. Состав пищеварительного аппарата человека. Пищеварение пищи в ротовой полости, в желудке, в тонких и толстых кишках. Значение в пищеварении поджелудочной железы, печени.	2	2
		Усвояемость пищи Понятие усвоенной пищи. Факторы, влияющие на усвояемость пищи	1	
Тема 1.4 Рациональное сбалансированное питания	Содержание		2	
	8, 9	Нормы и принципы рационального питания. Понятие о сбалансированном питании. Количественная и качественная полноценность питания. Нормы и принципы сбалансированного питания. Требования к режиму и суточному рациону питания. Методика составления рационов питания. Суточная потребность человека в питательных веществах. Режим питания. Принципы составления суточного рациона питания. Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Лечебное питание. Характеристика диет. Лечебно-профилактическое питание.	2	2
		Раздел №2 Основы товароведения	24	
2. 1 Основные группы	Содержание		24	

продовольственных товаров	10, 11	Предмет и задачи товароведения. Понятие об ассортименте и товарном сорте. Качество пищевых продуктов. Методы определения качества продуктов. Хранение пищевых продуктов. Стандартизация. Сертификация. Штриховой код	2	2
	12, 13, 14, 15	Свежие овощи, плоды, грибы и продукты их переработки. Химический состав и пищевая ценность свежих овощей и плодов. Ассортимент. Продукты переработки овощей, плодов, грибов. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация свежих овощей, плодов, грибов и продуктов их переработки.	4	2
	16, 17, 18, 19	Пищевые жиры. Химический состав и пищевая ценность жиров. Ассортимент. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация	4	2
	20-25	Зерно и продукты его переработки. Химический состав и пищевая ценность. Ассортимент. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация.	6	2
	26, 27, 28, 29	Крахмал. Мёд. Сахар. Кондитерские изделия. Химический состав и пищевая ценность. Ассортимент. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация	4	2
	30, 31	Вкусовые товары. Классификация. Ассортимент. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация.	2	2
	32, 33	Хлебопекарные дрожжи, химические разрыхлители, пищевые красители. Ассортимент. Требования к качеству сырья, условия хранения, упаковка, транспортирование и реализация.	2	
	34	Контрольная работа по курсу	1	
		Итого	32	
		Самостоятельная работа	16	

		1.Подготовка презентации по теме: «Плоды, значение для жителей Кольского полуострова». 2.Характеристика диет. 3.Изучение документации, подтверждающей качество продуктов животного происхождения (ветеринарное свидетельство). 4.Изучение ГОСТов на продовольственные товары. 5.Подготовка презентации: «Торты и кондитерские изделия» 6.Изучения ассортиментов субпродуктов на предприятиях розничной торговли. 7.Составления глоссария по экзотическим плодам. 8.Просмотр видеоматериала о пищевой ценности оленины. 9.Производители молочной продукции в Мурманской области. 10.Производители мясной продукции в Ловозерском районе, изучения ассортимента.». 11. Конспектирование рационов ЛПП. 12.ТКК пряностей, подборка к блюдам. 13.Составление хронологической таблицы о появления овощей на Руси 14.Подготовить сообщение по теме «Показатели качества пищевых продуктов». 15.Составить и записать алгоритм контроля качества пищевых товаров на предприятиях общественного питания. 16. Расшифровать штриховой код. 17.Составить схему классификации овощей.		
--	--	---	--	--

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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация общетехнического предмета требует наличия учебного кабинета Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по наличию обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Физиология питания», «Товароведение продовольственных товаров»;
- комплект учебно-методической документации.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Мартинчик А.Н. Физиология питания: Учебник для СПО образования. – М.: «Издательский центр «Академия», 2013.- 240 с.
 2. Рубина Е.А.. Микробиология, физиология питания, санитария: Учебник для СПО образования. – М.: «Форум», 2008.- 240 с.
 3. Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов.
 4. Качурина Т.А. Метрология и стандартизация: учебник для студентов СПО.-М.: Издательский центр «Академия», 2013.-128 с.
 5. Козлова А.В. Стандартизация, метрология, сертификация в общественном питании: учебник для студентов СПО СПО.-М.: Издательский центр «Академия», 2002.-160 с.
 6. Тимофеева В.А. Товароведение продовольственных товаров: учебник, изд.6 доп. и пер...- Ростов н/Дону: Феникс, 2006.-480 стр. (СПО).
 7. Справочник по товароведению продовольственных товаров:Т,2: учебное пособие для НПО (Т.С. Голубкина, Н.С. Никифорова.)- М
- Дополнительные источники:

Электронные ресурсы:

<http://www.comodity.ru> «Пищевое производство и товароведение продовольственных товаров»

<http://rus-kuhna.ru> «Русская национальная кухня»

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
(освоенные умения, освоенные знания)	
Умения:	
- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	лабораторная работа, тестовые задания.
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;	практическое занятие .
- составлять рационы питания.	Лабораторная работа, тестовые задания,
Знания:	
- роль пищи для организма человека;	устный опрос, тестирование.
- основные процессы обмена веществ в организме;	устный опрос, тестирование.
- суточный расход энергии;	устный опрос, анализ самостоятельной работы.
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	тестовые задания.
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	анализ самостоятельной работы.
- физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	тестовые задания,
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	устный опрос, тестирование
- понятие рациона питания;	устный опрос, тестирование
- нормы и принципы сбалансированного питания	устный опрос, тестирование
- методику составления рационов питания	анализ самостоятельной работы.
- ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров	устный опрос, тестирование
- общие требования к качеству сырья и продуктов	тестирование.
- условия хранения, упаковки, транспортировки и реализации различных видов продовольственных товаров	устный опрос, тестирование.

Оценка индивидуальных образовательных достижений при проведении экзамена

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
90-100	5	отлично
80-89	4	хорошо
70-79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно