

Министерство образования и науки Калужской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Калужской области «Людиновский индустриальный техникум»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 6bf4669320459c27639881eb3b9834e0998e267  
Владелец Харламов Владимир Максимович  
Действителен с 25.10.2021 по 25.01.2023

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОП.09 Физиология питания**

программы подготовки специалистов среднего звена  
специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело

2021 г

Программа учебной дисциплины ОП.09 Физиология питания разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ N 1565 от 9 декабря 2016 года с учетом примерной основной образовательной программой (регистрационный номер: 43.02.15-170519, дата регистрации в реестре: 19.05.2017 года, реквизиты решения о включении ПООП в реестр: Протокол N 1 от 28.03.2017.), укрупненной группы 43.00.00 Сервис и туризм.

СОГЛАСОВАНО

Заведующая по учебной работе  
\_\_\_\_\_ О.Е.Селиверстова

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель директора по УПР  
\_\_\_\_\_ Т.П. Киселева

Рекомендована цикловой комиссией профессиональных дисциплин сферы обслуживания

Протокол №  1  от «  31  »  08  2021 г.

Председатель ЦК \_\_\_\_\_ Л.В.Хмельницкая

Разработчик:

Воронкова А. А., преподаватель спецдисциплин

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.09 Физиология питания

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.09 Физиология питания является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, укрупненной группы 43.00.00 Сервис и туризм.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.09 Физиология питания может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников в области сервиса.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина ОП.09 Физиология питания является общепрофессиональной дисциплиной.

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины в соответствии с требованиями ФГОС по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело обучающимися осваиваются профессиональные (ПК) и общие (ОК) компетенции. В рамках программы воспитания обучающимися осваиваются личностные (ЛР) результаты:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1 – 7, 9, 10 ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30	– проводить органолептическую оценку качества и безопасности пищевого сырья и продуктов;	– пищевые вещества и их значение для организма человека;
ОК 1 - 7, 9, 10 ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30	– рассчитывать энергетическую ценность блюд;	– суточную норму потребности человека в питательных веществах; – основные процессы обмена веществ в организме; – суточный расход энергии; – состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;
ОК 1 - 7, 9, 10 ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30	– составлять рационы питания для различных категорий потребителей, в том числе для различных диет с учетом индивидуальных особенностей человека	– физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения; – усвояемость пищи, влияющие на нее факторы; – нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; – назначение диетического (лечебного) питания, характеристику диет; – методики составления рационов питания

*общие компетенции:*

- ОК 1 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
- ОК 2 Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.
- ОК 3 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
- ОК 4 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
- ОК 5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.
- ОК 6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.
- ОК 7 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
- ОК 9 Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 10 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

*профессиональные компетенции:*

*Организация и ведение процессов приготовления и подготовки к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий сложного ассортимента:*

- ПК 1.2 Осуществлять обработку, подготовку овощей, грибов, рыбы, нерыбного водного сырья, мяса, домашней птицы, дичи, кролика.
- ПК 1.3 Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из рыбы и нерыбного водного сырья.
- ПК 1.4 Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из мяса, домашней птицы, дичи, кролика

*Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания:*

- ПК 2.2 Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение бульонов, отваров разнообразного ассортимента.
- ПК 2.3 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации супов разнообразного ассортимента.
- ПК 2.4 Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение горячих соусов разнообразного ассортимента
- ПК 2.5 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд и гарниров из овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий разнообразного ассортимента
- ПК 2.6 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из яиц, творога, сыра, муки разнообразного ассортимента
- ПК 2.7 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента
- ПК 2.8 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из мяса, домашней птицы, дичи и кролика разнообразного ассортимента

*Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к*

*реализации холодных блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания:*

- ПК 3.2 Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение холодных соусов, заправок разнообразного ассортимента.
- ПК 3.3 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации салатов разнообразного ассортимента.
- ПК 3.4 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации бутербродов, канапе, холодных закусок разнообразного ассортимента.
- ПК 3.5 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента
- ПК 3.6 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из мяса, домашней птицы, дичи разнообразного ассортимента

*Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации холодных и горячих десертов, напитков сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания:*

- ПК 4.2 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.
- ПК 4.3 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.
- ПК 4.4 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных напитков разнообразного ассортимента.
- ПК 4.5 Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих напитков разнообразного ассортимента

*Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания:*

- ПК 5.2 Осуществлять приготовление и подготовку к использованию отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий.
- ПК 5.3 Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации хлебобулочных изделий и хлеба разнообразного ассортимента
- ПК 5.4 Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента
- ПК 5.5 Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов разнообразного ассортимента

*Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала:*

- ПК 6.1 Осуществлять разработку ассортимента кулинарной и кондитерской продукции, различных видов меню с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

В рамках реализации программы воспитания ГАПОУ КО «Людиновский индустриальный техникум» на занятиях учебной дисциплины реализуются следующие личностные результаты (ЛР):

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: активный, проектно-мыслящий,	<b>ЛР 13</b>

эффективно взаимодействующий и сотрудничающий с коллективом, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, демонстрирующий профессиональную жизнестойкость.	
Готовый к профессиональной конкуренции и конструктивной реакции на критику.	ЛР 15
Ориентирующийся в изменяющемся рынке труда, гибко реагирующий на появление новых форм трудовой деятельности, готовый к их освоению, избегающий безработицы, мотивированный к освоению функционально близких видов профессиональной деятельности, имеющих общие объекты (условия, цели) труда, либо иные схожие характеристики.	ЛР 16
Содействующий поддержанию престижа своей профессии, отрасли и образовательной организации.	ЛР 17
Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного и социокультурного развития России, готовый работать на их достижение.	ЛР 18
Управляющий собственным профессиональным развитием, рефлексивно оценивающий собственный жизненный опыт, критерии личной успешности, признающий ценность непрерывного образования,	ЛР 19
Способный генерировать новые идеи для решения задач цифровой экономики, перестраивать сложившиеся способы решения задач, выдвигать альтернативные варианты действий с целью выработки новых оптимальных алгоритмов; позиционирующий себя в сети как результативный и привлекательный участник трудовых отношений.	ЛР 20
Самостоятельный и ответственный в принятии решений во всех сферах своей деятельности, готовый к исполнению разнообразных социальных ролей, востребованных бизнесом, обществом и государством	ЛР 21
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации</b>	
Проявляющий интерес к изменению регионального рынка труда.	ЛР 22
Осознающий состояние социально-экономического и культурного-исторического развития потенциала Калужской области и содействующий его развития.	ЛР 23
Демонстрирующий готовность к участию в инновационной деятельности Калужского региона.	ЛР 24
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные ключевыми работодателями</b>	
Способность к самообразованию и профессиональному образованию по выбранной специальности (профессии)	ЛР 25
Умение грамотно использовать профессиональную документацию	ЛР 26
Готовность поддерживать партнерские отношения с коллегами, работать в команде	ЛР 27
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса</b>	
Готовый к эффективной деятельности в рамках выбранной профессии, обладающий наличием трудовых навыков	ЛР 28
Соблюдающий Устав и правила внутреннего распорядка, сохраняющий и преумножающий традиции и уклад ГАПОУ КО «Людиновский индустриальный техникум», владеющий знаниями об истории образовательного учреждения, умеющий транслировать положительный опыт собственного обучения	ЛР 29
Соблюдающий этические нормы общения	Л 30

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>32</b>
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>-</b>
<b>Объем образовательной программы</b>	<b>32</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	14
лабораторные работы	-
практические занятия	16
контрольная работа	-
самостоятельная работа	-
<b>Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины: ОП.09 Физиология питания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Тема 1.1. Пищеварение. Роль основных пищевых веществ</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	
	1. Химический состав и роль пищевых веществ.	2	ОК 1 - 7, 9, 10 ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30
	2. Физиология пищеварения. Изменение пищевых веществ.	2	
	3. Энергетическая ценность пищи и энергетический обмен.	2	
	Практические занятия	<b>4</b>	
	Расчеты энергетической ценности продуктов и блюд.	2	
	Органолептическая оценка качества пищевого сырья и продуктов.	2	
<b>Тема 1.2. Рациональное питание</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	1. Гигиеническая оценка процессов кулинарной обработки пищи. Рациональное питание.	2	ОК 1 - 7, 9, 10 ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30
	2. Особенности питания в различные периоды жизни человека. Современные концепции питания: вегетарианство, «модные диеты».	2	
	Практические занятия	<b>6</b>	
	Меню суточного рациона для детей и подростков. Подсчет калорийности блюд.	2	
	Меню суточного рациона студентов и людей умственного труда. Подсчет калорийности блюд.	2	
	Меню для пожилых людей. Подсчет калорийности блюд.	2	

<b>Тема 1.3. Диетическое и лечебно- профилактическое питание</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	
	1.	Значение диетического питания. Принципы щажения. Назначение и характеристики диет.	2	ОК 1 - 7, 9, 10
	2.	Лечебно-профилактическое питание. Правила здорового питания для отдельного человека.	2	ПК 1.2-1.4, 2.2-2.8, 3.2-3.6, 4.2-4.5, 5.2-5.5, 6.1 ЛР 13 - 30
	Практические занятия		<b>6</b>	
	Составление меню с диетой №2. Определение калорийности.		2	
	Составление меню с диетой №5. Определение калорийности.		2	
	Составление меню с диетой №10. Определение калорийности.		2	
			Дифференцированный зачет	<b>2</b>
		<b>Всего:</b>	<b>32</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Физиология питания».

*Оборудование учебного кабинета:*

- комплект учебно-наглядных пособий «Физиология питания»;
- комплект инструкций для проведения практических работ по дисциплине «Физиология питания».

*Технические средства обучения:*

- компьютер, мультимедийная установка.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсы, дополнительной литературы**

*Основные источники:*

1. Мартинчик А.Н., Королев А.А., Несвижский Ю.В. Микробиология, физиология питания и санитария: учебник студ. учреждений сред. проф. образования – М.: Издательский центр «Академия», 2018.
2. Матюхина З.П. «Основы физиологии питания, микробиологии, санитарии и гигиены»: учебник для нач. проф. образования.- М.: Издательский центр «Академия», 2018

*Дополнительные источники:*

1. Малыгина В.Ф., Рубина Е.А. «Основы физиологии питания, гигиена и санитария», М., Экономика, 2019
2. Скурихин И.М. «Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания», М., ДеЛипринт, 2018
3. Справочник руководителя предприятий общественного питания, М., 2017
4. Электронный ресурс «Медицинский архив». Форма доступа <http://www.medarchive.info/animation/92/html>

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>умения:</i>		
- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	Сформированность умений проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при выполнении практических работ
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;	Сформированность умений рассчитывать энергетическую ценность блюд	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при выполнении практических работ
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей, в том числе для различных диет с учетом индивидуальных особенностей человека.	Сформированность умений составлять рационы питания для различных категорий потребителей, в том числе для различных диет с учетом индивидуальных особенностей человека	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при выполнении практических работ
<i>знания:</i>		
- пищевые вещества и их значение для организма человека;	Демонстрирует знания законодательных и нормативно-правовых актов, регламентирующих предпринимательскую деятельность	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, выполнении самостоятельной работы, на дифференцированном зачете
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;	Демонстрирует знания суточной нормы потребности человека в питательных веществах	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- основные процессы обмена веществ в организме;	Демонстрирует знания основных процессов обмена веществ в организме	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- суточный расход энергии;	Демонстрирует знания суточного расхода энергии	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	Демонстрирует знания состава, физиологического значения, энергетической и пищевой ценности различных продуктов питания	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- физико-химические	Демонстрирует знания	Экспертная оценка

изменения пищи в процессе пищеварения;	физико-химических изменений пищи в процессе пищеварения	результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	Демонстрирует знания усвояемости пищи, влияющие на нее факторы	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	Демонстрирует знания норм и принципов рационального сбалансированного питания для различных групп населения	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- назначение диетического (лечебного) питания, характеристику диет;	Демонстрирует знания назначения диетического (лечебного) питания, характеристик диет	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете
- методики составления рационов питания.	Демонстрирует знания методик составления рационов питания	Экспертная оценка результатов деятельности обучающегося при устном и письменном опросе, на дифференцированном зачете