

Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
Московской области «Университет «Дубна» -
Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж



Савельева О.Г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 «Физиология питания»

название дисциплины

Специальность среднего профессионального образования

19.02.10 Технология производства общественного питания

код и наименование специальности

базовой подготовки

базовой или углубленной (для ППСЗ)

Форма обучения

Очная

очная, очно-заочная, заочная

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 255637FF99444C0D668082BAD493C311
Владелец: Савельева Ольга Геннадьевна
Действителен: с 29.11.2022 до 22.02.2024

г.о. Лыткарино, 2020г.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

Автор программы: Иванова Ч.В., преподаватель Иванова Ч.В.

Рабочая программа переутверждена на заседании предметно цикловой комиссии сервиса и дизайна.

Протокол заседания № 1 от «31» августа 2020г.

Председатель предметно цикловой комиссии

Костикова И.М. И.М. Костикова

СОГЛАСОВАНО

зам. директора филиала по УМР Александрова М.Э.

Александрова М.Э.

«31» августа 2020г.

Представитель работодателя
Генеральный директор ООО «КАРАЛИНА»



Андреанова Н.П.

«31» 08 2020 г.

Руководитель библиотечной системы Романова М.И.

Романова М.И.

Содержание

- 1. Паспорт рабочей программы дисциплины**
 - 1.1. Область применения программы
 - 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы
 - 1.3. Объекты профессиональной деятельности выпускников при изучении дисциплины
 - 1.4. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины
 - 1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины
- 2. Структура и содержание дисциплины**
 - 2.1. Объем дисциплины и виды учебных занятий
 - 2.2. Тематический план и содержание дисциплины
- 3. Условия реализации рабочей программы дисциплины**
 - 3.1. Образовательные технологии
 - 3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению
 - 3.3. Информационное обеспечение обучения
- 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02. Физиология питания

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины является частью основной образовательной программы филиала «Лыткарино» государственного университета «Дубна» по специальности СПО 19.02.10 Технология продукции общественного питания.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы: учебная дисциплина «Физиология питания» входит в общепрофессиональный цикл.

1.3. Объекты профессиональной деятельности выпускников при изучении дисциплины

Объектами профессиональной деятельности в рамках изучаемой дисциплины являются:

- различные виды продуктов и сырья, полуфабрикаты промышленной выработки, в том числе высокой степени готовности;
- технологические процессы приготовления сложной кулинарной продукции, хлебобулочных и мучных кондитерских изделий из различного вида сырья и полуфабрикатов промышленной выработки, в том числе высокой степени готовности;
- процессы управления различными участками производства продукции общественного питания;
- первичные трудовые коллективы организаций общественного питания.

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

Целью изучения дисциплины является освоение теоретических знаний в области физиология питания, приобретение умений применять эти знания при разработке меню.

Задачи освоения учебной дисциплины:

- усвоение основных понятий;
- изучения сущности пищеварения, физиологической роли основных пищевых веществ и свойств пищевой ценности, принципы рационального питания;
- рассмотрение физиологических основ составления суточных рационов питания для различных групп населения;
- характеристика современных тенденций развития науки о физиологии питания, функциональных и обогащенных пищевых продуктов;
- приобретение умений определять химический состав и калорийность суточных рационов потребителей, составлять для них меню.

Требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

Обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовать 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, 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.

Обладать профессиональными компетенциями:

ПК 1.1 Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.2 Организовывать подготовку мяса 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, лёгких и сложных холодных закусок.

ПК 2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и с/х (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 результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

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;
- 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

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 97 часов, в том числе:

Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 62 часов;

Самостоятельной работы обучающегося 30 часа;

Консультации 5 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	97
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	62
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	24
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
консультация	5
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	30
в том числе:	
Подготовка творческих работ (презентаций).	9
Работа с конспектом	3
Составление меню и таблицы	2
Работа с нормативными документами	3
Подготовка к зачету	3
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта, 3 семестр</i>	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Пищеварение	Содержание учебного материала		
	Пищеварение: понятие, назначение, строение пищеварительной системы. Роль пищеварительных ферментов, условия, влияющие на их активность. Особенности переваривания белков, жиров, углеводов. Конечные продукты переваривания.	5	2
	Практическое занятие №1 Пищеварение и усвояемость пищи.	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Изучите строение пищеварительной системы. Заполнить таблицу о деятельности желез пищеварительного аппарата по образцу.	4	
Тема 2. Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма	Содержание учебного материала		
	Основные пищевые вещества: понятие, их классификация. <u>Вода</u> : значение в питании и при производстве продукции общественного питания. Форма воды (свободная и связанная). Норма потребления, последствия недостаточного и избыточного потребления воды. Содержание в пищевых продуктах. Водно-солевой обмен. Водный баланс. Особенности питьевого режима в условиях жаркого климата и в горячих	8	2

	<p>цехах.</p> <p>понятие, физиологическая роль, аминокислотный состав белков: заменимые и незаменимые аминокислоты. Свойства белков, их влияние на формирование качества продукции общественного питания.</p> <p>Биологическая ценность белков животного и растительного происхождения, их соотношение в рационе питания. Понятие об азотистом балансе. Потребность организма в белках, влияние избытка и недостатка белков на жизнедеятельность организма. Содержание в пищевых продуктах.</p> <p>Жиры: понятие, физиологическая роль. Растительные и животные жиры, их состав и биологическая эффективность. Свойства, их влияние на формирование качества продукции. Соотношение в суточном рационе питания. Полиненасыщенные жирные кислоты, их роль в нормализации жирового обмена, нормы потребления. Жироподобные вещества, их значение. Современные представления о роли холестерина. Потребность организма в жирах, влияние их избытка и недостатка на обмен веществ. Продукты окисления жиров, их влияние на организм человека. Содержание в пищевых продуктах.</p> <p>Углеводы: понятие, физиологическая роль, классификация. Простые и сложные углеводы, их источники для организма, участие в обмене веществ, соотношение в суточном рационе. Свойства углеводов, их влияние на формирование качества продукции общ. Питания. Роль пищевых волокон. Потребность организма в углеводах, влияние их избытка и недостатка на обмен веществ. Содержание в пищевых продуктах.</p> <p>Витамины. Современные представления о роли витаминов в организме человека. Понятие об авитаминозах, гиповитаминозах и гипертитаминозах. Физиологическая характеристика основных водорастворимых и жирорастворимых витаминов, витаминopodobных веществ. Потребность организма в витаминах, влияние внешних и внутренних факторов. Пути сохранения витаминов при хранении и кулинарной обработке продуктов, витаминизация продуктов и готовой продукции. Содержание в пищевых продуктах.</p> <p>Минеральные вещества: понятие, классификация, значение для организма. Физиологическая роль важнейших макро- и микроэлементов, источники, суточная потребность организма. Содержание в пищевых продуктах.</p> <p>Обмен веществ и энергии: Ассимиляция и диссимиляция. Энергозатраты человека, их зависимость от пола, возраста, физической нагрузки. Энергетический баланс организма.</p>		
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Презентация: Каким болезням ведет не хватка тех или иных витаминов.</p> <p>Таблица- Физиологическое значение отдельных минеральных веществ.</p>	3 2	
Тема 3.	Содержание учебного материала		
Пищевая ценность продовольственного сырья и продукции общ. питания	<p>Пищевая ценность: понятие, назначение, свойства.</p> <p>Энергетическая ценность: понятия, показатели, энергетические вещества и их ценность.</p> <p>Классификация пищевых продуктов по энергетической ценности. Суточная потребность в энергии. Расчет энергетической ценности.</p> <p>Биологическая ценность: понятия, показатели. Классификация продуктов по биологической ценности.</p> <p>Физиологическая ценность: понятия, обуславливающие вещества, их классификация.</p> <p>Представление о биологических активных веществах.</p> <p>Усвояемость: понятия, влияющие на её факторы и вещества.</p>	6	2
	<p>Практические занятия №2 Расчет энергетической ценности пищевых продуктов</p>	4	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Конспект - Определите понятие «пищевая ценность» и укажите её назначение.</p> <p>Выявите факторы, влияющие на усвояемость питательных веществ.</p> <p>Укажите суточную потребность организма человека в энергии.</p>	3	

Тема 4. Рациональное питание и физиологические основы его организации	Содержание учебного материала		
	Рациональное питание: понятие, основные принципы (учет физиологических особенностей организма, сбалансированность пищевых веществ, разнообразие пищи). Режим питания и его значение. Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда. Адекватное питание. Особенности питания людей, занятых умственным трудом, пожилых людей, студентов. Порядок составления меню для разных групп взрослого населения. Разнообразие современных представлений о рациональном питании («модные диеты», вегетарианство, раздельное питание, и др.), их достоинство и недостатки.	5	2
	Практические занятия №3 Составление меню суточного рациона и его физиологическая оценка	6	
	Самостоятельная работа обучающихся Составления меню для своей группы. Оценка питания методом меню- раскладки	3	
Тема 5. Адекватное и функциональное питание	Содержание учебного материала		
	Современные тенденции развития и совершенствования науки о физиологии питания. Адекватное питание: понятие, назначение, особенности. Функциональное (здоровое) питание: понятие, назначение, обоснование целесообразности, особенности. Представление о функциональных пищевых ингредиентах, пробиотиках, пребиотиках, синбиотиках. Функциональные продукты питания: понятие, назначение, классификация, отличие от традиционных продуктов. Обогащенные пищевые продукты.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся. Презентация Презентация - Изучите современные тенденции развития и совершенствования науки о физиологии питания. Разработайте схему «Классификация функциональных продуктов питания». Выявите отличия функциональных продуктов питания от традиционных.	3	
Тема 6. Питание детей и подростков	Содержание учебного материала Физиологические нормы суточной потребности детей в пищевых веществах и энергии, в основных витаминах, минеральных веществах. Примерный суточный набор продуктов для детей и подростков. Режимы питания учащихся в зависимости от учебной смены. Распределение калорийности суточного рациона при разных режимах питания.	4	
	Практические занятия №4 Составление меню для школьника начальных классов и его физиологическая оценка.	6	
	Самостоятельная работа Презентация: Особенности питания детей, физиологические особенности детей, режим питания детей и подростков	3	
Тема 7. Диетическое и лечебно-профилактическое питание	Содержание учебного материала Диетическое питание: понятие, назначение. Основные физиологические принципы построения диетического питания. Принципы щажения: механическое, химическое, термическое. Постепенность расширения рациона питания, степень строгости диеты. Дробное питание, режим питания. Понятие о полноценности диеты. Назначение и характеристика основных лечебных диет. Лечебно – профилактическое питание: понятие, назначение, его рационы.	7	2
	Практические занятия №5 составление меню суточного рациона, для больного язвенной болезнью. Определение его химического состава и калорийности.	4	
	Самостоятельная работа	3	

	Подготовка к дифференцированному зачету		
	Дифференцированный зачет.	2	
	Консультации для обучающихся - <i>групповые</i>	5	
	Всего:	97	

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)

При реализации дисциплины организуется практическая подготовка путем проведения практических занятий, предусматривающих участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью (24 часов).

Практическая подготовка при изучении дисциплины реализуется непосредственно в колледже.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Образовательные технологии

Активные и интерактивные формы проведения занятий, используемые в учебном процессе

Семестр	Вид занятия*	Активные и интерактивные формы проведения занятий	Разработанные учебно-методические материалы, обеспечивающие реализацию формы проведения занятий
4	Л	Инновационные формы проведения учебных занятий 1. Лекция интерактивная в форме: - лекция – диалог - лекция с разбором конкретных ситуаций.	Конспект лекций Презентации к урокам Тесты
	ПЗ	- тест - презентации - поисковая деятельность учащихся	Инструкционные карты к практическим работам Сборники тестов Перечень презентаций и требования к их оформлению Ситуационные задачи

3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Социально-экономических дисциплин».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебников по дисциплине, справочные таблицы «Химический состав пищевых продуктов», Сборники рецептур;
- сборник практических работ;
- стенды.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением:

Windows 7	13	1	лицензионная
Microsoft Office 365	13	1	свободно распространяемая без ограничений
АВАСТ антивирус	13	1	свободно распространяемая без ограничений
CitrixReceiver	13	1	свободно распространяемая без ограничений
Google Chrome	13	1	свободно распространяемая без ограничений
7-zip 9.20	13	1	свободно распространяемая без ограничений
Adobe Acrobat Reader	13	1	удаленный рабочий стол
еТХТ Антиплагиат	13	1	свободно распространяемая без ограничений
Справочно-правовая система "ГАРАНТ-образование"	13		свободно распространяемая без ограничений
"Сеть КонсультантПлюс"	13		договор об информационной поддержке

- мультимедиа проектор;
- теле и видео аппаратура.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина Микробиология, физиология питания, санитария: учебное пособие М.: ФОРУМ, 2013г. -240с.
2. Физиология питания [Электронный ресурс]: Учебник и практикум В. Васильева. - М.: Юрайт, 2017. - 212 с. для СПО //ЭБС ЮРАЙТ/сom». – URL/ <https://biblio-online.ru/viewer/33833A17-1A7F-4FF9-82C3-1936CE12FEF5#page> (дата обращения 26.08.2017) .-Режим доступа: ограниченный по логину и паролю

Нормативные источники:

1. ФЗ РФ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» / Утв. 02.01.2000г. ФЗ-29

Профессиональные ресурсы Интернет

1. Правильное питание. Таблица калорийности продуктов. <http://www.calorizator.ru>
2. Большой справочник калорийности и химического состава продуктов питания и блюд <http://pbprog.ru/databases/foodmeals/>
3. Энергетическая и пищевая ценность готового блюда <https://alexsolor.ru/proizvodctvo/energeticheskaya-i-pishhevaya-tsennost-gotovogo-blyuda>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ 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, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки	Критерии оценок (шкала оценок)
Умения:		
- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	оценка выполнения практического задания	От 2 до 5 баллов
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;	оценка выполнения практического задания и при выполнении самостоятельной работы	От 2 до 5 баллов
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей.	оценка выполнения практического задания и при выполнении самостоятельной работы	От 2 до 5 баллов
Знания:		От 2 до 5 баллов
- роль пищи для организма человека;	письменный опрос	От 2 до 5 баллов

- основные процессы обмена веществ в организме;	письменный опрос	От 2 до 5 баллов
- суточный расход энергии;	оценка выполнения практических заданий.	От 2 до 5 баллов
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	оценка выполнения практических заданий.	От 2 до 5 баллов
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	оценка при выполнении самостоятельной работы	От 2 до 5 баллов
- физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;	оценка при выполнении практических заданий и самостоятельной работы	От 2 до 5 баллов
- усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;	письменный опрос оценка при выполнении практических заданий и самостоятельной работы	От 2 до 5 баллов
- понятие рациона питания;	оценка выполнения практических заданий на занятии и при выполнении самостоятельной работы.	От 2 до 5 баллов
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;	оценка выполнения практических заданий на занятии и при выполнении самостоятельной работы.	От 2 до 5 баллов
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	оценка выполнения практических заданий на занятии и при выполнении самостоятельной работы.	От 2 до 5 баллов
- назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;	оценка выполнения практических заданий на занятии и при выполнении самостоятельной работы.	От 2 до 5 баллов
- методики составления рационов питания	оценка выполнения практических заданий на занятии и при выполнении самостоятельной работы.	От 2 до 5 баллов

Результаты освоения программы (компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки	Критери и оценок (шкала оценок)
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Понимать значимость знаний по физиологии питания для техника-технолога.	Оценка результатов самостоятельной работы Экспертная оценка на практических занятиях Опрос Наблюдения с фиксацией фактов	От 2 до 5 баллов
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных	Организовывать собственную деятельность с учетом знаний о роли пищи в организме человека, химическом составе продуктов, норм и принципов организации рационального	Экспертная оценка эффективности и правильности принимаемых решений на занятиях	От 2 до 5 баллов

задач, оценивать их эффективность и качество.	питания.		
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Организовывать свой рабочий процесс с учетом знаний по физиологии питания отдельных возрастных групп населения.	Наблюдение с фиксацией фактов по принятию решений в нестандартных ситуациях	От 2 до 5 баллов
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Использовать научную информацию по физиологии питания для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного совершенствования.	Наблюдение и экспертная оценка эффективности и правильности отбора, обработки использования информации для выполнения профессиональных задач во время выполнения практических задач, домашних заданий.	От 2 до 5 баллов
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии профессиональной деятельности.	Использовать информационно-коммуникативные технологии в оценке деятельности предприятия общественного питания и его персонала	Наблюдение и экспертная оценка эффективности и правильности выбора информации для выполнения профессиональных задач во время выполнения практических работ и презентаций	От 2 до 5 баллов
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	Работать в коллективе, уметь общаться с коллегами, руководством и потребителями, основываясь на правилах этики и знаниях по физиологии питания.	Наблюдения и экспертная оценка способности работать в коллективе, находить общий язык, бесконфликтное общение с коллегами и преподавателями на практических занятиях	От 2 до 5 баллов
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	Брать на себя ответственность за соблюдение норм и принципов рационального питания при составлении меню, соблюдении правил обработки продукции для сохранения ее пищевой ценности.	Наблюдение и экспертная оценка возможности брать на себя ответственность за совместную работу при выполнении заданий на практических занятиях	От 2 до 5 баллов
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	В ходе подготовки к занятиям и выполнения самостоятельной работы привлекать дополнительные источники знаний (литературу и Интернет), уметь планировать свою работу по самосовершенствованию в процессе обучения и практической деятельности.	Высокая заинтересованность в личностном совершенствовании при выполнении профессиональных заданий на практических занятиях	От 2 до 5 баллов
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности	Интересоваться новыми технологиями, применяемыми в сфере деятельности повара, техника-технолога, осваивать их. Осваивать новые методы приготовления блюд и способы кулинарной обработки продукции с целью	Экспертная оценка и наблюдение за работой студента при выполнении практических работ	От 2 до 5 баллов

	сохранения ее пищевой ценности		
Профессиональные компетенции			
ПК 1.1 Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	Уметь оценивать качество мяса с точки зрения органолептических показателей перед его использованием, соблюдать правила первичной обработки с целью сохранения пищевой ценности.	Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 1.2 Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	Уметь оценивать качество рыбы с точки зрения органолептических показателей перед её использованием, соблюдать правила первичной обработки с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 1.3 Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.	Уметь оценивать качество домашней птицы с точки зрения органолептических показателей перед его использованием, соблюдать правила первичной обработки с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 2.1. Организовывать и проводить приготовление канапе, лёгких и сложных холодных закусок.	Уметь оценивать качество продуктов, используемых при приготовлении канапе, легких и сложных холодных закусок, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать правила приготовления и сроки реализации готовой продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и с/х (домашней) птицы.	Уметь оценивать качество сырья с точки зрения органолептических показателей, соблюдать правила приготовления и реализации рыбных, мясных блюд и блюд из сельскохозяйственной домашней птицы с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 2.3. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.	Уметь оценивать качество продуктов, используемых при приготовлении, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать правила приготовления и сроки реализации холодных	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов

	соусов с целью сохранения пищевой ценности.		
ПК 3.1. Организовывать и проводить приготовление сложных супов.	Уметь оценивать качество продуктов, используемых при приготовлении сложных супов, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 3.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов	Уметь оценивать качество продуктов, используемых при приготовлении сложных соусов, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 3.3. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра	Уметь оценивать качество овощей, грибов и сыров, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 3.4. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.	Уметь оценивать качество рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 4.1. Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба;	Уметь оценивать качество продуктов (муки, дрожжей, сахаристых изделий) с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов

	сохранения пищевой ценности.		
ПК 4.2. Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов;	Уметь оценивать качество продуктов (муки, дрожжей, сахаристых изделий) с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 4.3. Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий;	Уметь оценивать качество продуктов (муки, дрожжей, сахаристых изделий) с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 4.4. Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.	Уметь оценивать качество продуктов (муки, дрожжей, сахаристых изделий) с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 5.1 Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.	Уметь оценивать качество продуктов, используемых для приготовления сложных холодных десертов, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 5.2 Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.	Уметь оценивать качество продуктов, используемых для приготовления сложных горячих десертов, с точки зрения их органолептических показателей, соблюдать гигиенические правила и	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов

	последовательность приготовления и реализации продукции с целью сохранения пищевой ценности		
ПК 6.1 Участвовать в планировании основных показателей производства.	Участвовать в планировании поставки сырья, его хранения и использования.	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 6.2 Планировать выполнение работ исполнителями.	Планировать работу персонала по выполнению своих профессиональных обязанностей	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 6.3 Организовывать работу трудового коллектива.	Организовывать работу трудового коллектива с целью организации рационального питания	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 6.4 Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.	Контролировать ход и оценивать результаты организации рационального сбалансированного питания	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов
ПК 6.5 Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.	Составление меню и расчет энергетической ценности	- Экспертная оценка на практическом занятии Устная проверка; - Оценка освоенных знаний в ходе выполнения самостоятельной работы;	От 2 до 5 баллов

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости:

Критерии оценки тестов

Оценка «5» - 9-10 правильных ответов

Оценка «4» - 7-8 правильных ответов

Оценка «3» - 5-6 правильных ответов

Оценка «2» - 4 и менее правильных ответов

КЛЮЧ К ОТВЕТУ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Б	А	А	А	Б	В	А	58,8	355,2	Б -751,3

Критерии оценки контрольной работы:

оценка «отлично» выставляется студенту, если он полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;

оценка «хорошо» выставляется студенту, если он дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1 - 2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1 - 2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого;

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если контрольная работа выполнена не в полном объеме со значительными ошибками. При ответах на вопросы прослеживается неполное владение материалом;

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он обнаруживает незнание большей части соответствующего изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал

Критерии оценки презентации:

оценка «отлично» выставляется студенту, если презентация состоит из 10 - 12, слайдов, содержит краткую, но достаточно полную информацию по представляемой теме и дополняется красочными иллюстрациями. Студент хорошо владеет информацией, четко и быстро отвечает на поставленные вопросы;

оценка «хорошо» выставляется студенту, если презентация состоит из 8-10, слайдов, содержит недостаточно полную информацию, частично отсутствует иллюстративный материал. В ответах допускает незначительные ошибки;

оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если презентация состоит менее 8 слайдов, содержит только текстовую или иллюстрированную информацию. При ответах на вопросы прослеживается неполное владение материалом;

оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, не сдавшему презентационную работу.

Критерии оценки практических навыков

Оценка «отлично» ставится, если студент демонстрирует знание теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» ставится, если студент демонстрирует знание теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент дает неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Ключи к тестам к ДЗ:

№	Ответы	№	Ответы	№	Ответы
1	В	7	Б	13	А
2	А	8	В	14	А
3	В	9	Г	15	В
4	Б	10	А	16	А, Б
5	В	11	Б	17	Б
6	Б	12	В	18	Б

Оценка за вопросы теста к ДЗ

Оценка в баллах	% выполнения	Оценка по традиционной системе
90-100	90-100	Отлично
75-89	75-89	Хорошо
50-74	50-74	Удовлетворительно
0-49	0-49	Неудовлетворительно

Критерии оценки за ДЗ:

- оценка «отлично» выставляется студенту, обнаружившему всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, обнаружившему полное знание учебно-программного материала, успешно выполнивший предусмотренные в программе задания;
- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой;
- оценка «неудовлетворительно» обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма.

Задание №1

1. Каковы нормы потребления основных пищевых веществ:

Белки _____ Жиры _____ Углеводы _____

2. Закончите предложения:

Липиды – это.....

Белок необходим для

Углеводы делятся на

Источниками углеводов являются....

Белком богаты....

Причиной ожирения, сердечно – сосудистых и онкологических заболеваний является....

3. Что понимают по положительным и отрицательным азотистым балансом?

4. Чем определяется биологическая ценность белков?

5. К чему приводит недостаток жиров в организме?

6. На какие группы подразделяются углеводы?

7. Объясните, почему даже при недостаточном поступлении жира в организм человека не наступает истощение, если в пище имеется достаточное количество углеводов.

Ответьте на вопросы теста, указав правильный ответ.

1. Обмен веществ – это процесс:

а) поступление веществ в организм

б) удаление из организма непереваренных остатков

в) удаление жидких продуктов распада

г) потребления, превращения, использования, накопления и потери веществ и энергии

2. Энергия, поступившая с пищей, расходуется на:

- а) основной обмен
 - б) рост и дыхание
 - в) физическую работу
 - г) основной обмен + физическая работа + поддержание температуры тела
3. Суточный расход энергии для женщины 55 лет, масса тела 55кг, работает медсестрой
- а) 3100ккал
 - б) 1560ккал
 - в) 1708ккал
 - г) 4320ккал

Практическая работа №5

Тема: Диетическое питание

Цель работы: Составление меню суточного рациона, для больного язвенной болезнью.
Определение его химического состава и калорийность.

Ход работы

Изучите однодневное меню, для больного язвенной болезнью и ответе на вопросы.

Меню (Диета №1)

1-й завтрак

Биточки паровые(говядина-50г, хлеб пшеничный-14г, соль-2г, масло сливочное-5г, вода-20г.)
Морковное пюре припущенное, протертое (морковь -200г, масло сливочное-5г)
Каша гречневая молочная протертая (крупа гречневая-75г, сахар-3г, вода-120г, молоко-120г,)
Чай без сахара (чай-5г, вода-200г,)
Хлеб пшеничный -30г

2-й завтрак

Рыба отварная (судак-85г.)
Хлеб пшеничный -30г

Обед

Рассольник (картофель-150г, лук репчатый-20г, огурцы соленые-30г, маргарин молочный-10г, соль-3г, вода-290г, говядина отварная-50г,)
Рулет картофельный (картофель-180г, капуста белокачанная-40г, маргарин-10г, яйцо-10г, сметана05г, соль-2г)
Желе из клюквы (клюква-24г, сахар-песок-24г, желатин-6г, вода-145г)
Хлеб пшеничный -30г

Полдник

Творог нежирный протёртый-100г
Отвар шиповника-180г (шиповник-5г,сахар-15г, соль-2г)

Ужин

Яичница – глазунья(яйцо-80г, жир кулинарный-5г, соль-2г)
Пюре из цветной капусты (капуста цветная-200г, масло сливочное -5г)
Хлеб пшеничный -30г
Чай без сахара (чай-5г, вода-200г)

Проанализировав приведенное меню, выполните следующие задания:

- 1) Какую ошибку допустили составители меню для больного язвенной болезнью?
- 2) Рассчитайте, используя таблицы приложения 1, химический состав и калорийность предложенного меню:

Содержание белков _____ г, жиров _____ г, углеводов _____ г;
Калорийность _____ ккал.

Вывод: Дайте физиологическую оценку, данного меню для больного язвенной болезнью.

Темы презентаций:

1. Каким болезням ведет не хватка тех или иных витаминов.
2. Современные тенденции развития и совершенствования науки о физиологии питания.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

А. Письменно ответьте на вопросы, заканчивая предложения, давая определения или вставляя пропущенные слова.

1. Физиология питания – это...
2. Определите каждую группу продуктов по содержанию белков, жиров, углеводов:
 - а) орехи, творог, мясо, яйцо, сыр, рыба, бобовые;
 - б) рис, картофель, хлеб, свекла, сахар, морковь;
 - в) орехи, масло сливочное, масло подсолнечное, шоколад.
3. В каких группах продуктов содержатся витамины С, А, Д, группа В:
 - а) шиповник, смородина, салат, картофель, яблоки, томаты, апельсины, лук, капуста;
 - б) яйца, шиповник, лук, горох, морковь, масло, томаты, салат, рыбий жир;
 - в) пшеница, овес, капуста, яйца, морковь, лук, яблоки;
 - г) рыбий жир, яйца.
4. Авитаминоз – это...

Б. Письменно ответьте на вопросы теста.

1. Питательные вещества выполняют функции:
 - а) транспортную
 - б) двигательную
 - в) строительную и энергетическую
 - г) все варианты верны
2. Расщепление белков происходит в...
 - а) желудке и тонком кишечнике
 - б) ротовой полости
 - в) толстом кишечнике
 - г) все варианты верны
3. Суть пищеварения в организме заключается в...
 - а) химическом расщеплении органических соединений на неорганические
 - б) механическом раздроблении пищи на мелкие частички
 - в) ферментативном расщеплении крупных органических соединений на более мелкие

Полный комплект заданий и иных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине приводится в фонде оценочных средств.

Методический комплект обеспечения внеаудиторной работы обучающихся по учебной дисциплине включает:

- 1) Инструкционные карты по лабораторно-практическим работам.

- 2) Методические рекомендации по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ студентов по дисциплине.

Для самостоятельной работы студентов закреплен кабинет № 12 с 14 компьютерами и свободным выходом в Интернет

Windows 7	12	14	соглашение о подписке	без ограничений
Microsoft Office 365	12	14	свободно распространяемая	без ограничений
360 total security	12	14	свободно распространяемая	без ограничений
CitrixReceiver	12	14	свободно распространяемая	без ограничений
Google Chrome	12	14	свободно распространяемая	без ограничений
7-zip 9.20	12	14	свободно распространяемая	без ограничений
Справочно-правовая система "ГАРАНТ-образование"	12		свободно распространяемая	
без ограничений				
"Сеть Консультант Плюс"	12	договор	об	информационной поддержке

Для самостоятельной работы студентов закреплен кабинет № 12 с 14 компьютерами и свободным выходом в Интернет

Windows 7 ограничений	12	14	соглашение о подписке	без
Microsoft Office 365 ограничений	12	14	свободно	распространяемая без
360 total security ограничений	12	14	свободно	распространяемая без
CitrixReceiver ограничений	12	14	свободно	распространяемая без
Google Chrome ограничений	12	14	свободно	распространяемая без
7-zip 9.20 ограничений	12	14	свободно	распространяемая без
Справочно-правовая система "ГАРАНТ-образование" без ограничений	12			свободно распространяемая
"Сеть Консультант Плюс"	12		договор об информационной поддержке	