

Рабочая программа учебной дисциплиныОП02 «Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих ППКРС 19.01.17. «Повар, кондитер».

Организация-разработчик: ГАПОУ СО «Режевской политехникум»

Разработчик: Хамидуллина Р.А. мастер производственного обучения 1квалификационной категории.

 Рекомендована экспертной группой ГАПОУ СО «Режевской политехникум»

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_\_\_г.

Председатель экспертной группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Подпись ФИО

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины
 | 4 |
| 1. Структура и содержание учебной дисциплины
 | 6 |
| 1. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины
 | 9 |
| 1. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины
 | 10 |

**1. паспорт рабочей ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.**

**Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров.**

**1.1. Область применения программы**

 Программа учебной дисциплины является частью рабочей основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по ППКРС 19.01.17. «Повар, кондитер».

Программа учебной дисциплины может быть использована для реализации программ дополнительного профессионального образования (повышение квалификации, профессиональная подготовка).

 **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Данная дисциплина является структурной единицей общепрофессионального цикла.

**1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:** Выпускник, освоивший ОПОП ППКРС 19.01.17. «Повар, кондитер» 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. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7.  Готовить к работе производственное помещение и поддерживать его санитарное состояние.

ОК 8. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

 Выпускник, освоивший ОПОП ППКРС, должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими основным видам профессиональной деятельности:

**5.2.1. Приготовление блюд из овощей и грибов.**

ПК 1.1. Производить первичную обработку, нарезку и формовку традиционных видов овощей и плодов, подготовку пряностей и приправ.

ПК 1.2. Готовить и оформлять основные и простые блюда и гарниры из традиционных видов овощей и грибов.

**5.2.2. Приготовление блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста.**

ПК2.1.Производить подготовку зерновых продуктов, жиров, сахара, муки, яиц, молока для приготовления блюд и гарниров.

ПК2.2.Готовить и оформлять каши и гарниры из круп и риса, простые блюда из бобовых и кукурузы.

ПК2.3.Готовить и оформлять простые блюда и гарниры из макаронных изделий.

ПК2.4.Готовить и оформлять простые блюда из яиц и творога.

ПК2.5.Готовить и оформлять простые мучные блюда из теста с фаршем.

**5.2.3. Приготовление супов и соусов.**

ПК3.1.Готовить бульоны и отвары.

ПК3.2.Готовить простые супы.

ПК3.3.Готовить отдельные компоненты для соусов и соусные полуфабрикаты.

ПК3.4.Готовить простые холодные и горячие соусы.

**5.2.4. Приготовление блюд из рыбы.**

ПК4.1.Производить обработку рыбы с костным скелетом.

ПК4.2. Производить приготовление или подготовку полуфабрикатов из рыбы с костным скелетом.

ПК 4.3. Готовить и оформлять простые блюда из рыбы с костным скелетом.

**5.5.5. Приготовление блюд из мяса и домашней птицы.**

ПК 5.1. Производить подготовку полуфабрикатов из мяса, мясных продуктов и домашней птицы.

ПК 5.2. Производить обработку и приготовление основных полуфабрикатов из мяса, мясопродуктов и домашней птицы.

ПК 5.3. Готовить и оформлять простые блюда из мяса и мясных продуктов.

ПК 5.4. Готовить и оформлять простые блюда из домашней птицы.

**5.5.6. Приготовление холодных блюд и закусок.**

ПК 6.1. Готовить бутерброды и гастрономические продукты порциями.

ПК 6.2. Готовить и оформлять салаты.

ПК 6.3. Готовить и оформлять простые холодные закуски.

ПК 6.4. Готовить и оформлять простые холодные блюда.

**5.2.7. Приготовление сладких блюд и напитков.**

ПК 7.1. Готовить и оформлять простые холодные и горячие сладкие блюда.

ПК 7.2. Готовить простые горячие напитки.

ПК 7.3. Готовить и оформлять простые холодные напитки.

**5.2.8. Приготовление хлебобулочных, мучных и кондитерских изделий.**

ПК 8.1. Готовить и оформлять простые хлебобулочные изделия и хлеб.

ПК 8.2. Готовить и оформлять основные мучные кондитерские изделия.

ПК 8.3. Готовить и оформлять печенье, пряники, коврижки.

ПК 8.4. Готовить и использовать в оформлении простые и основные отделочные полуфабрикаты.

ПК 8.5. Готовить и оформлять отечественные классические торты и пирожные.

ПК 8.6. Готовить и оформлять фруктовые и легкие обезжиренные торты и пирожные.

В результате освоения дисциплины студент 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 неё факторы;

- понятие рациона питания;

- суточную норму 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;

- общие требования к качеству сырья и продуктов;

- условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки - 93 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки - 62 часа; самостоятельная работа - 31 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)** | *93* |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)**  | *62* |
| в том числе: |  |
|  лабораторные занятия |  |
|  практические занятия | *22* |
|  контрольные работы | *-* |
|  самостоятельная работа | *31* |
| *Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета*  |

**2.2.** Тематический план и содержание учебной дисциплины

**ОП 02. Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** *.* | **Объем часов** | **Уровень освоения** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Раздел 1. Физиология питания** | ***30*** | *1**2**1* |
| **Тема 1.1.****Пищевые вещества** | Белки, жиры, углеводы. витамины, минеральные вещества, вода их значение для организма человека, суточная потребность.  | *8* |
| **Тема 1.2.****Пищеварение и усвояемость пищи** | Пищевые вещества и их значение, пищеварение и усвояемость пищи, обмен веществ, суточный расход энергии, рациональное сбалансированное питание, методика составления рационов питания. | *4* |
| **Тема 1.3.****Обмен веществ и энергии** | Понятие об обмене веществ. Суточный расход энергии человека. Понятие об энергетической и пищевой ценности пищи. | *4* |
| **Тема 1.4.****Рациональное питание** | Рациональное сбалансированное питание. Нормы и принципы. Рационы питания и методика их составления.**Лабораторно-практические занятия:**1. Составление рационов питания для различных возрастных групп.
2. Расчет энергетической ценности рационов питания

**Самостоятельная работа**: Сообщение «Пищеварение и усвояемость пищи» «Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма» «Современные популярные диеты в аспекте требований рационального питания» | *4**10**15* |
| **Раздел 2.Основы товароведения пищевых продуктов** | ***32*** |
| **Тема 2.1.****Свежие овощи, плоды, грибы и продукты их переработки** | Химический состав и пищевая ценность свежих овощей, плодов и грибов. Товароведная характеристика овощей, плодов и грибов. Продукты переработки овощей, плодов и грибов. Квашеные, соленые, сушеные овощи, плоды и грибы. Консервы овощные и плодово-ягодные. Быстрозамороженные овощи, плоды и кулинарные изделия. | *4* |
| **Тема 2.2.****Рыба и рыбные продукты** | Химический состав и пищевая ценность рыбы. Основные семейства промысловых рыб. Живая, охлажденная и мороженая рыба. Соленая, вяленая, копченая рыба, балычные изделия. Балычные изделия. Рыбные консервы и пресервы. Икра, нерыбные пищевые продукты моря.  | *4* |
| **Тема 2.3.****Мясо и мясные продукты.**  | Химический состав и пищевая ценность мяса. Ткани мяса. Классификация мяса. Мясные полуфабрикаты. Субпродукты. Требования к качеству мяса. Мясо птицы. Колбасные изделия. Мясокопчености. Мясные консервы. | *4* |
| **Тема 2.4.****Молоко и молочные продукты.** | Химический состав и пищевая ценность молока. Молоко коровье. Сливки. Сухие молоко и сливки. Сгущенное молоко и сливки. Кисло-молочные продукты. Сыры.  | *2* |
| **Тема 2.5.****Яйца и яйцепродукты.****Пищевые жиры** | Химический состав и пищевая ценность яиц. Яйца куриные, яйцепродукты. Растительные масла. Масло коровье. Маргарин. Животные топленые жиры. | *2* |
| **Тема 2.6.****Зерно и продукты его переработки. Сахар.** | Крупа, мука, макаронные изделия, хлеб и хлебобулочные изделия. Сахар, кондитерские изделия.  | *2* |
| **Тема 2.7.****Качество, хранение, транспортировка и реализация продуктов** | Условия сохранения качества. Правила транспортировки, хранения и реализации продуктов питания.**Лабораторно-практические занятия**: 1. Определение качества пищевых продуктов (овощей, рыбы, мяса, зерновых продуктов, сахара, кондитерских) по органолептическим показателям.

**Самостоятельная работа** конспектирование текста с использованием ГОСТов и Нормативной документации по классификации пищевых продуктовИзучение основной и дополнительной литературы.Использование интернет ресурсовРабота с нормативными документами | *2**12**16* |
|  | **Всего:** | ***93***  |

**3. условия реализации программы дисциплины**

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

 Реализация программы дисциплины производится в учебных кабинетах: Кабинет «Технология кулинарного и кондитерского производства». - № 34 по адресу: ул. Трудовая, 93.

Кабинет информационных технологий № 36 по адресу: ул. Трудовая,93.

Кабинет « Оборудования кулинарного и кондитерского производства**» №** 35 по адресу: г. Реж, ул. Трудовая 93.

**Оборудование учебного кабинета:**

- рабочее место преподавателя;

 -рабочие места студентов;

- доска;

- плакаты, таблицы.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;

- рабочее место преподавателя;

- трибуна преподавателя;

- лампа настольная;

- наглядные учебные пособия.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедийная установка, интерактивная доска.

**3.2. Информационное обеспечение обучения.**

**Основная литература:**

Матюхина З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии.- М.: ИЦ «Академия» 2012г.

**Дополнительная литература.**

1.Барышева Е.С., Баранова О.В. Организация рационального питания детей в образовательном учреждении. Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2012 - 305с. /Электронная версия/.

2.Володина М.В., Сопачева Т.А. Организация хранения и контроль запасов сырья.-2 изд. М.: Издательский центр Академия, 2014-192с.

3.Матюхина З. П. Товароведение пищевых продуктов - 7 изд. - М.: Издательский центр Академия, 2016-336с. /Электронная версия/.

4.Ногина А.А. Организация обслуживания на предприятии общественного питания. Челябинск: ЗАО Библиотека А.Миллера, 2018-136с. /Электронная версия/.

**Справочная литература**

1. СП 2.3.6.1066-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям торговли и обороту в них продовольственного сырья и пищевых продуктов»;
2. СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и обороноспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»;
3. СП 2.3.6.1254-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовления и обороноспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья. Дополнение №1 к СП 2.3.6.1079-01.»;
4. СП 2.4.1 2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
5. СП 2.4.2. 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
6. СП 2.4.5.2409-08 « Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека».

**Дополнительная литература:**

Сайты: 1. ozon.ru

 2. npo. Skool-cabinet.ru

**3.3 Кадровые условия:**

Учебную дисциплину **Физиология питания с основами товароведения продовольственных товаров** реализует преподаватель с высшим специальным образованием первой квалификационной категории.

**4. Контроль и оценка результатов освоения Дисциплины**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения****(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**  |
| ***Знания:***- 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 неё факторы;- понятие рациона питания;- суточную норму 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;- общие требования к качеству сырья и продуктов;- условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров.  | Выполнение контрольных работПроведение тестированияПроведение устного опросаВыполнение внеаудиторной самостоятельной работы |
| ***Умения:***- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;- рассчитывать энергетическую ценность блюд;- составлять рационы питания. | Выполнение практических заданий.Наблюдение за процессом оценки качества сырья.Проверка правильности расчета энергетической ценности блюд. |