

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
НОВГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОГА ПОУ «Новгородский торгово-технологический техникум»**

УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель директора по
учебной работе

И.А. Емельянова
«31» 08 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОП.02 ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ, САНИТАРИИ И
ГИГИЕНЫ**

43.01.01 Официант, бармен

*по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих по
профессии
на базе основного общего образования*

Великий Новгород, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного стандарта по профессии, 43.01.01 Официант, бармен утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 02 августа 2013 года № 731 и учебного плана, утверждённого Педагогическим советом от 24. 05. 2018 года, протокол №4

Организация-разработчик: областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Новгородский торгово-технологический техникум»

Разработчики:

Шараева А.В. *преподаватель*

Кравченко С.В. *методист УМО*

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.1 Область применения программы	4
1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	4
1.3 Цель и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины	4
1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	6
2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3.1 Требования к минимальному материально – техническому обеспечению	9
3.2 Информационное обеспечение обучения	9
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	11
5.1 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации	11
6. ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	14

1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы физиологии питания, санитарии и гигиены

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО, по направлению подготовки 43.01.01 Официант, бармен:

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по профессиям рабочих: Официант, бармен.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина входит в общепрофессиональный цикл (ОП02).

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

Развитие общепрофессиональных компетенций, повышение престижа высококвалифицированных кадров, демонстрация важности компетенций для экономического роста и личного успеха по стандартам WorldSkills.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;
- осуществлять санитарно-гигиенический контроль качества сырья и кулинарной продукции;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования реализации готовой продукции;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования хранения пищевых продуктов;
- осуществлять органолептическую оценку качества различных групп продовольственных товаров;
- соблюдать правила личной гигиены и выполнять санитарные правила;
- готовить растворы дезинфицирующих и моющих средств;

знать:

- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;

- понятие суточной нормы потребности человека в питательных веществах;
- усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;
- правила личной гигиены;
- санитарные требования к торговым и производственным помещениям организаций общественного питания, инвентарю, посуде и таре;
- санитарные требования к транспортировке и хранению пищевых продуктов и процессу приготовления блюд;
- санитарные требования к реализации готовой продукции;
- санитарные требования к обслуживанию посетителей;
- классификацию моющих средств, правила их применения, условия и сроки их хранения;
- санитарно-пищевое законодательство;
- основные пищевые инфекции, отравления, глистные заболевания.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК1.Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК2.Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК3.Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК4.Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК5.Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК6.Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК7.Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями:

ПК1.1.Выполнять подготовку залов к обслуживанию в соответствии с его характером, типом и классом организации общественного питания.

ПК1.2.Обслуживать потребителей организаций общественного питания всех форм собственности, различных видов, типов и классов.

ПК1.3.Обслуживать массовые банкетные мероприятия.

ПК1.4.Обслуживать потребителей при использовании специальных форм организации питания.

ПК2.1.Выполнять подготовку бара, буфета к обслуживанию.

ПК2.3.Эксплуатировать инвентарь, весоизмерительное и торгово-технологическое оборудование в процессе обслуживания.

ПК2.5.Изготавливать определенный ассортимент кулинарной продукции.

ПК2.7.Изготавливать смешанные напитки, в том числе коктейли, различными методами, горячие напитки.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 32 часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 20 часов; самостоятельной работы обучающегося – 12 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)	32
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	20
в том числе:	
теоретические занятия	10
практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	12
в том числе:	
ответы на вопросы анкеты;	2
подготовка доклада;	4
составление тестов, задач, кроссвордов;	4
поиск материалов в интернете.	2
Промежуточная аттестация в форме зачета	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены»

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. Изучение основ физиологии питания.	Содержание учебного материала		6	1,2
	1	Общие понятие о пищевых веществах: белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества и другие. Процесс пищеварения. Усвояемость пищи.		
	2	Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Понятие об энергетической ценности пищи. Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы.		
	3	Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Санитарные требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков. Лечебное питание. Задачи и принципы, организация лечебного питания. Характеристика номерных стандартных диет. Лечебно-профилактическое питание.		
	Практические занятия №1-№3		6	3
	1	Изучение устойчивости витамина С. Составление таблицы с выводами и рекомендациями на тему «Изменение веществ в пищеварительном аппарате».		
	2	Расчет суточного расхода энергии человека. Решение задач на энергетическую ценность и составление меню на основе рационального сбалансированного питания.		
	3	Составление однодневного меню на школьника начальных классов или старших классов. Расчет химического состава и энергетической ценности предложенного меню. Нахождение допущенных ошибок в меню той или иной болезни.		
Самостоятельная работа обучающихся: Ответить на вопросы и заполнить анкету «Как часто Вы употребляете продукты?» Поиск материала и подготовка доклада на тему «И.П. Павлов – лауреат в Нобелевской премии за открытие в области пищеварения». Подготовить творческую работу на тему «Сбалансированное рациональное питание» (тесты, задачи, кроссворды, интересные вопросы и ответы.			6	2

Тема 2. Изучение санитарно-гигиенических требований в предприятиях общественного питания.	Содержание учебного материала		4	2
	1	Основные пищевые инфекции, отравления. Глистные заболевания. Санитарные требования к производственным помещениям общественного питания, инвентарю, посуде, таре и к размещению готовой продукции.		
	2	Правила личной гигиены и санитарные требования к обслуживанию посетителей Классификация моющих средств, правила их применения, условия и сроки их реализации. Санитарно-пищевое законодательство.		
	Практические занятия №4-№5		4	3
	1	Способы приготовления дезинфицирующих средств. Составление таблицы «Меры предупреждения инфекционно-кишечных заболеваний и отравлений».		
	2	Составление программы «Основные мероприятия по соблюдению санитарных правил содержания инвентаря, посуды, инструментов». Конференция «Личная гигиена и здоровый образ жизни – фактор успеха любой деятельности»		
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка материала к конференции «Личная гигиена и здоровый образ жизни – фактор успеха любой деятельности» Составление трехуровневого теста по теме «Санитарные требования к реализации готовой продукции и обслуживанию посетителей»		6	2
	Всего		32	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета физиологии питания, санитарии и гигиены.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий и раздаточного материала;
- лабораторная посуда;
- инвентарь

Технические средства обучения (по необходимости):

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор.

3.2 Информационное обеспечение обучения

нормативно – правовые акты

- 1.Федеральный закон РФ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (с изменениями на 23 апреля 2018 года)
- 2.СанПиН 2.3.2.1078-01 Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов от 14 ноября 2001 года №36 (с изменениями на 6 июля 2011 года)
- 3.МР 2.3.1.2432-08 Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации
- 4.Приказ Минздрава РФ от 5 августа 2003 г. № 330 "О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации" с изменениями и дополнениями от (7 октября 2005 г., 10 января, 26 апреля 2006 г., 21 июня 2013 г., 24 ноября 2016 г).
- 5.ГОСТ 30524-2013 «Услуги общественного питания. Требования к персоналу»

основные источники:

- 1.Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / З.П. Матюхина. –8-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 256
- 2.Мартинчик, А.Н. Микробиология, физиология питания, санитария : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / А.Н. Мартинчик, А.А.Королев, Ю.В. Несвижский. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 352 с.

Дополнительные источники:

- 1.Вестник индустрии питания [Электронный ресурс].–Режим доступа: <http://www.pitportal.ru/>
- 2.Всё о весе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.vseovese.ru

- 3.Грамотей: электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.gramotey.com
- 4.Каталог бесплатных статей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.rusarticles.com
- 5.Каталог ГОСТов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.gost.prototypes.r

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Умения:	
составлять рационы питания для различных категорий потребителей;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
осуществлять санитарно-гигиенический контроль качества сырья и кулинарной продукции;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
соблюдать санитарно-гигиенические требования реализации готовой продукции;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
соблюдать санитарно-гигиенические требования хранения пищевых продуктов;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
осуществлять органолептическую оценку качества различных групп продовольственных товаров	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
соблюдать правила личной гигиены и выполнять санитарные правила;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
готовить растворы дезинфицирующих и моющих средств;	Наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
Знания:	
состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка

	внеаудиторной самостоятельной работы
понятие суточной нормы потребности человека в питательных веществах;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
правила личной гигиены;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
санитарные требования к торговым и производственным помещениям организаций общественного питания, инвентарю, посуде и таре;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы Зачет
санитарные требования к транспортировке и хранению пищевых продуктов и процессу приготовления блюд;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
санитарные требования к реализации готовой продукции; санитарные требования к обслуживанию посетителей;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
классификацию моющих средств, правила их применения, условия и сроки их хранения;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
санитарно-пищевое законодательство;	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы
основные пищевые инфекции, отравления, глистные заболевания.	Устный и письменный контроль, наблюдение и оценка выполнения работ на практических занятиях, оценка внеаудиторной самостоятельной работы

5 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ, САНИТАРИИ И ГИГИЕНЫ

1.1 Материалы для подготовки к промежуточной аттестации

Примерный перечень вопросов

1. Белки: определение, классификация, функции в организме, суточная потребность, последствия избытка и недостатка, основные источники белков.
2. Жиры: определение, классификация, функции в организме, суточная потребность, последствия избытка и недостатка, основные источники жиров.
3. Углеводы: определение, классификация, функции в организме, суточная потребность, последствия избытка и недостатка, основные источники углеводов.
4. Витамины: классификация, функции, основные источники.
5. Минеральные вещества: классификация, функции, основные источники.
6. Процесс пищеварения. Усвояемость пищи.
7. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека.
8. Понятие об энергетической ценности пищи.
9. Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы.
10. Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков.
11. Санитарные требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков.
12. Лечебное питание. Задачи и принципы, организация лечебного питания. Характеристика номерных стандартных диет. Лечебно-профилактическое питание.
13. Основные пищевые инфекции.
14. Основные пищевые отравления.
15. Глистные заболевания.
16. Санитарные требования к производственным помещениям общественного питания.
17. Санитарные требования к инвентарю, посуде, таре.
18. Санитарные требования к размещению и хранению готовой продукции.
19. Правила личной гигиены официанта-бармена.
20. Санитарные требования к обслуживанию посетителей.

1.2 Критерии оценки для проведения зачета по дисциплине

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если он усвоил программный материал курса, грамотно и по существу его излагает, умеет связывать теорию с практикой, справляется с задачами и вопросами, правильно обосновывает принятые решения, владеет навыками и приемами выполнения практических задач.

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки при ответе, с большими затруднениями выполняет практические задания или не справляется с ними самостоятельно.

1.3 Методические материалы, определяющие процедуру оценивания по дисциплине

Процедура оценивания результатов освоения программы дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности компетенций обучающегося.

При сдаче зачета:

- знания обучающегося могут проверяться при ответе на теоретические вопросы;
- степень владения умениями при выполнении практических работ и других заданий.

6. ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа: одобрена на 20__/_ учебный год и
утверждена начальником учебно – методического отдела
от ____ 20__г.

(подпись)

Рабочая программа: одобрена на 20__/_ учебный год и утверждена
начальником учебно – методического отдела
от ____ 20__г.

(подпись)