

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины

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

Рассмотрено и согласовано методической комиссией
пищевой промышленности и ресторанного обслуживания

Протокол № 10 от «19» Июня 2023 г.


Разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.01 Официант, бармен (утв. Приказом Минобрнауки России от 02.08.2013 №731 (ред. от 13.07.2021))

Председатель методической комиссии



О.С. Хижнякова

Заместитель директора по УПР



Е.В. Меренкова

Составитель:

Пилушенко Юлия Олеговна, преподаватель дисциплин
обще профессионального цикла, ГБОУ СПО ЛНР «Луганский колледж
информационных технологий и предпринимательства»

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02. ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ, САНИТАРИИ И ГИГИЕНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.02 Основы физиологии питания, санитарии и гигиены является обязательной частью общепрофессионального цикла ОПОП в соответствии с ФГОС СПО по профессии. 43.01.01 Официант, бармен.

Особое значение дисциплина имеет при формировании ОК 01-07.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ОК, ПК	Дисциплинарные результаты	
	Умения	Знания
ОК 01-07, ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	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	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,

	моющих средств	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
--	----------------	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	120
в т.ч. в форме практической подготовки	10
теоретическое обучение	62
практические занятия	10
<i>Самостоятельная работа</i>	36
Консультация	6
Промежуточная аттестация: экзамен	6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.02. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающегося	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Физиология питания		23/4	ОК01-07, ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7
Тема 1.1. Состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания.	Содержание	6/2	
	Понятие об энергетической ценности. Белки, незаменимые и заменимые аминокислоты. Жиры, насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты. Углеводы: моносахариды, дисахариды, полисахариды. Пектиновые (углеводоподобные) вещества.	4	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие	2	
	1. Определение энергетической ценности пищевых продуктов.		
Тема 1.2. Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания.	Содержание	3/-	
	Витамины: водорастворимые, жирорастворимые. Сохранение витаминов при кулинарной обработке. Витаминизация пищи. Минеральные вещества: макроэлементы, микроэлементы, ультрамикроэлементы. Вода, питьевая вода. Водный обмен.	3	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тематика самостоятельной работы: Сохранение витаминов при кулинарной обработке (сообщение)	2	
Тема 1.3. Понятие суточной нормы потребности человека в питательных веществах	Содержание	7/-	
	Нормы физиологических потребностей населения. Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке блюд и режиму питания детей и подростков. Особенности сырья и кулинарной обработки блюд. Нормы физиологических потребностей витаминов у детей и подростков. Режим питания детей и подростков.	7	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тематика самостоятельной работы: Составить меню суточного рациона, соблюдая сбалансированность пищевых веществ Составить расчет калорийности суточного рациона	3	

Тема 1.4. Усвояемость пищи и факторы, влияющие на нее.	Содержание	2/-	
	Усвояемость пищи. Влияние химического состава, кулинарной обработки, внешнего вида, объема, режима питания, условия приемы пищи, состояние пищеварительного аппарата на усвояемость пищи.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
Тематика самостоятельной работы: Изучение усвоения пищи и факторов, влияющих на него (конспект)			
Тема 1.5. Нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения.	Содержание	5/2	
	Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы. Режим питания. Альтернативные теории о питании.	3	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	2	
	Практическое занятие	2	
	2. Составление режима питания (меню).		
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
Тематика самостоятельной работы: Выполнение рефератов: - Нормы физиологических потребностей витаминов у детей и подростков. - Режим питания у детей и подростков. - Альтернативные теории о питании.			
Раздел 2. Гигиена и санитария предприятий общественного питания		39/7	
Тема 2.1. Личная гигиена работников общественного питания.	Содержание	5/-	
	Личная гигиена. Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию тела. Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию рук. Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию полости рта. Санитарно-эпидемиологические требования к санитарной одежде Санитарный режим поведения и медицинские обследования работников общественного питания.	5	
	Самостоятельная работа обучающихся	3	
	Тематика самостоятельной работы: Изучение гигиенических требований (реферат)		
Тема 2.2. Санитарные требования к торговым и производственным помещениям организаций общественного	Содержание	8/-	
	Требования к планировке и устройству помещений. Производственные помещения. Торговые помещения. Складские помещения. Административно-бытовые помещения. Требования к санитарному содержанию предприятий общественного питания. Требования к материалам, из которых изготавливают оборудование, инвентарь, инструменты, посуду и тару. Требования к технологическому оборудованию. Требования к инвентарю и инструментам производства. Требования к кухонной	8	

питания, инвентарю, посуде и таре.	посуде и таре их мытье и содержание. Требования к столовой посуде, способы ее мытья и содержания. Санитарно-эпидемиологический контроль за санитарным состоянием оборудования, инструментов, посуды, тары.		
	Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Санитарно-эпидемиологический контроль за санитарным состоянием оборудования, инструментов, посуды, тары. (реферат)	3	
Тема 2.3. Санитарные требования к транспортировке и хранению пищевых продуктов и процессу приготовления блюд.	Содержание Требования к транспортным средствам и перевозке пищевых продуктов Требования к складским помещениям и условиям хранения пищевых продуктов. Общие санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке пищевых продуктов, состоянию рабочего места повара, кондитера. Санитарно-эпидемиологические требования к механической кулинарной обработке продуктов. Санитарно-эпидемиологические требования к тепловой обработке пищевых продуктов и процессу приготовления блюд. Санитарно-эпидемиологические требования к приготовлению скоропортящихся мясных блюд и изделий Санитарно-эпидемиологические требования к приготовлению холодных и сладких блюд. Санитарно-эпидемиологические требования к приготовлению мучных кондитерских кремовых изделий. Санитарно-эпидемиологические требования к приготовлению мучных кондитерских кремовых изделий. Санитарно-эпидемиологический контроль качества готовой пищи.	14/4	10
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	4	
	Практическое занятие	4	
	3. Санитарно-гигиенический контроль качества сырья и кулинарной продукции.	2	
	4. Органолептическая оценка качества различных групп продовольственных товаров.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Изучение санитарно-эпидемиологических требований (конспект)	3	
	Содержание	3/-	
	Санитарно-эпидемиологические требования к реализации готовой продукции. Условия и сроки хранения готовой продукции. Сроки реализации блюд.	3	
Тема 2.4. Санитарные требования к реализации готовой продукции.	Самостоятельная работа обучающихся Тематика самостоятельной работы: Общие санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке пищевых продуктов, состоянию рабочего места (реферат) Санитарно-эпидемиологический контроль качества готовой пищи. (доклад)	5	
	Содержание Санитарные требования к обслуживанию посетителей.	2/- 2	
Тема 2.5. Санитарные требования к			

обслуживанию посетителей			
Тема 2.6. Классификация моющих средств, правила их применения, условия и сроки хранения	Содержание Моющие средства для обработки помещений, оборудования, инвентаря, посуды. Моющие средства для ручной мойки посуды, для механической мойки посуды. Моющие средства для мытья рук. Дезинфицирующие средства (хлорсодержащие, поверхностно-активные, кислородосодержащие). Способ приготовления дезинфицирующих средств.	7/2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	5	
	Практическое занятие	2	
	5. Изучение санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке продуктов.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тематика самостоятельной работы: Виды дезинфицирующих средств (презентация)	3	
Раздел 3. Основы микробиологии		8/-	
Тема 3.1. Основные пищевые инфекции, отравления, глистные заболевания.	Содержание Общее понятие о пищевых отравлениях. Пищевые отравления. Пищевые отравления микробного происхождения (бактериальные). Отравление условно-патогенными микробами. Меры предупреждения пищевых токсикоинфекций. Ботулизм. Меры предупреждения ботулизма. Стафилококковое отравление. Меры предупреждения стафилококкового отравления. Пищевые отравления немикробного происхождения. Отравление грибами. Отравление ядрами косточковых плодов. Отравление сырой фасолью. Отравление некоторыми видами рыб. Отравление нитратами. Общее понятие о глистных заболеваниях. Виды глистов и характеристика гельминтов. Меры предупреждения глистных заболеваний	8/-	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тематика самостоятельной работы: Виды глистов и характеристика гельминтов. (реферат) Меры предупреждения глистных заболеваний. (доклад)	5	
Консультация		6	
Промежуточная аттестация: экзамен		6	
Всего:		84/72/36	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены».

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

рабочее место преподавателя;

посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);

комплект технологической документации;

комплект учебно-методической документации;

наглядные пособия и презентации;

комплект тестовых заданий.

Технические средства обучения:

компьютер с программным обеспечением и мультимедиа проектор;

обучающие видеофильмы.

3.1. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен другими изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены в пищевой промышленности: учеб. для нач. проф. образования/Л.В.Мармузова-2 изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2008;

2. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии: Учеб. для нач. проф. образования/З.П. Матюхина.-2-е изд. стер.- М.: Издательский центр «Академия», 2003.

3.2.2. Дополнительные источники:

1. Микробиология, физиология питания, санитария: учеб. пособие /Е.А.Рубина, В.Ф.Малыгина. М.: ФОРУМ, 2009 - (Профессиональное образование).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>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.</p>	<p>обслуживание потребителей организаций общественного питания всех форм собственности, различных видов, типов и классов; выполнять подготовку бара, буфета к обслуживанию; обслуживать потребителей бара, буфета.</p>	<p>тестирование; устный и письменный опрос; анализ выполнения внеаудиторной самостоятельной работы.</p>
<p>Уметь: составлять рационы питания для различных категорий потребителей; осуществлять санитарно-гигиенический контроль качества сырья и кулинарной</p>	<p>при обслуживании потребителей организаций общественного питания всех форм собственности, различных видов, типов и классов соблюдение</p>	<p>оценка выполнения практических занятий.</p>

<p>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</p>	<p>правила личной гигиены и санитарии; при выполнении подготовки.</p>	
---	---	--