

Министерство образования Красноярского края
Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Игарский многопрофильный техникум»

Рассмотрено на заседании
Методического совета

Протокол № ____ от _____
Председатель методического совета

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБПОУ «Игарский
многопрофильный техникум»
Андреева М.А. _____

« ____ » _____ 2015 г.

**Рабочая программа учебной дисциплины
Физиология питания с основами товароведения
продовольственных товаров**

г. Игарка
2015 г

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее – СПО) по профессии **19.01.17 Повар, кондитер** по укрупненной группе профессий **19.00.00.**

Промышленная экология и биотехнологии

Организация-разработчик: Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Игарский многопрофильный техникум» (далее - КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»)

Разработчики:

Лукьянова Надежда Александровна, преподаватель специальных дисциплин, старший мастер КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»

Леонович Ирина Ивановна – преподаватель специальных дисциплин, мастер производственного обучения «Игарский многопрофильный техникум»

Шубина Алена Николаевна, методист КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум»

Рассмотрена на заседании Методического совета КГБПОУ «Игарский многопрофильный техникум» протокол № 13 от «10» мая 2015 года

Рекомендована Экспертным советом по профессиональному образованию Федерального государственного учреждения Федерального института развития образования (ФГУ ФИРО)

Заключение Экспертного совета № _____ от « ____ » _____
20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **Физиология питания с основами товароведения продовольственных** **товаров**

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью рабочей основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии **19.01.17 Повар, кондитер**

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в программах профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации по рабочим профессиям: 16675 Повар, 12901 Кондитер на базе основного общего образования. Опыт работы не требуется

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания

В результате освоения 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;
- методику составления рационов питания;

- ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров;
- 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 обучающегося 158 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 118 часов;
самостоятельной работы обучающегося 40 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	158
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	118
в том числе:	
лабораторные работы	8
практические занятия	26
контрольные работы	11
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	40
в том числе:	
Реферат: «Роль пищевых веществ в питании человека»;	4
Домашняя работа: «Решение задач по расчету суточного расхода энергии продавца продовольственных товаров в возрасте 28 лет»	5
Домашняя работа: «Установить режим хранения различного рода продуктов».	3
Домашняя работа: «Определение органолептическим методом качества мясных и молочных продуктов»	5
Домашняя работа по анализу ассортимента групп товаров по сырьевому признаку (продукты переработки зерна)	4
Защита отчетов по практическим занятиям	1
Разработка проекта «Меню для учащихся 9-11 классов.	5
Доклад «История одного продукта»	3
Реферат: «Сахарные кондитерские изделия»	5
Сообщение: «За и против при использовании маргарина»	1
Сообщение: «Особенности вяления, сушения и копчения рыбы малочисленными народами севера»	1
Составление плаката-схемы классификации мяса	3
Итоговая аттестация в форме экзамена	

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «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 I.				
Тема 1.1. Пищевые вещества и их значение	Содержание учебного материала	7	1	
	1 Химический состав тела человека. Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания			
	2 Белки. Химический состав пищевых продуктов. Значение белков в питании, их содержание в пищевых продуктах. Белки полноценные и неполноценные.			
	3 Углеводы и жиры. Роль углеводов и жиров в питании человека, их содержание в продуктах. Пищевая ценность жиров. Жироподобные вещества. Деление углеводов в зависимости от строения.			
	4 Вода и минеральные вещества. Значение в питании человека воды и минеральных веществ, их содержание в пищевых продуктах. Влияние содержания воды в продуктах на их пищевую ценность, условия и сроки хранения.			
	5 Витамины и прочие вещества пищевых продуктов. Содержание в продуктах витаминов, их роль в жизнедеятельности организма человека. Прочие веществ пищевых продуктов, их значение и содержание.			
	Лабораторные работы: не предусмотрены			-
	Практические занятия: не предусмотрены			-
	Контрольные работы: «Химический состав пищевых продуктов			1
Самостоятельная работа обучающихся: выполнение реферата «Роль пищевых веществ в жизни человека»	4			
Тема 1.2. Обмен веществ и энергии 1	Содержание учебного материала	5	2	
	1 Общее понятие об обмене веществ. Процессы ассимиляции и диссимиляции.			
	2 Факторы, влияющие на обмен веществ. Процесс регулирования обмена веществ в организме человека			
	3 Суточный расход энергии. Понятие об основном обмене. Понятие коэффициента физической активности.			
	4 Понятие трудовых групп. Группы населения в зависимости от характера трудовой деятельности и суточного расхода энергии			
	Лабораторные работы: не предусмотрены			-
	Практические занятия: «Расчет энергетической ценности блюд»			2
	Контрольные работы: не предусмотрены			-
Самостоятельная работа: Решение задач по расчету суточного расхода энергии продавца продовольственных товаров в возрасте 28 лет	5			
Тема 1.3. Пищеварение и усвояемость пищи 2	Содержание учебного материала	3	2	
	1 Понятие о процессе пищеварения. Схема пищеварительного тракта. Состав пищеварительных соков.			
	2 Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Пищеварение в ротовой полости, желудке, двенадцатиперстной кишке, толстом и тонком кишечнике. Роль поджелудочной железы и печени в процессе пищеварения.			

	3	Усвояемость пищи. Понятие о усвояемости пищи, факторы, влияющие на усвояемость.		2
		Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
		Практические занятия: не предусмотрены	-	
		Контрольные работы: «Процесс пищеварения. Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения»	1	
		Самостоятельная работа обучающихся:	-	
Тема 1.4. Питание различных групп населения		Содержание учебного материала		
	1	Понятие рациона питания. Суточная норма потребности человека в питательных веществах		2
	2	Рациональное сбалансированное питание. Нормы и принципы рационального сбалансированного питания. Нормы соотношения белков, жиров и углеводов в рационе основных групп населения.	4	2
	3	Методика составления рационов питания. Используя таблицы норм составить суточный рацион питания.		3
		Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
		Практические занятия: «Составление рациона питания для учащихся 9-11 классов»	2	
		Контрольные работы: не предусмотрены	-	
		Самостоятельная работа обучающихся: выполнение домашнего задания по теме 1.4. (Разработать меню для учащихся 9-11 классов)	5	
Раздел 2.				
Тема 2.1. Введение в товароведение.		Содержание учебного материала		
	1	Понятие о качестве пищевых продуктов. Методы определения качества пищевых продуктов. Понятие сертификата соответствия.		2
	2	Стандартизация пищевых продуктов. Задачи стандартизации. Виды стандартов.		2
	3	Хранение пищевых продуктов. Физические, химические, биохимические и биологические процессы, происходящие при хранении пищевых продуктов.	6	2
	4	Режим хранения пищевых продуктов. Факторы, вызывающие изменения качества пищевых продуктов. Виды тары для хранения пищевых продуктов.		2
	5	Методы консервирования пищевых продуктов. Физические, физико-химические, биохимические и химические методы консервирования.		2
		Лабораторные работы: «Определить процессы, произошедшие в пищевых продуктах в процессе хранения по предоставленным образцам»; «По предоставленным образцам определить способ консервирования продукта»	4	
		Практические работы: не предусмотрены	-	
	Контрольные работы: тестовые задания по теме 2.1.	1		
	Самостоятельная работа обучающихся: установить режим хранения различного рода продуктов.	3		
Тема 2.2. Зерно и продукты его переработки		Содержание учебного материала		
	1	Крупы. Характеристика ассортимента круп. Требования к качеству. Условия хранения, упаковки, транспортирования		2
	2	Мука. Характеристика ассортимента муки. Требования к качеству. Условия хранения, упаковки, транспортирования	4	2
	3	Хлебобулочные изделия. Характеристика ассортимента хлебобулочных изделий. Требования к качеству. Условия хранения, упаковки, транспортирования		2
	4	Макаронные изделия. Характеристика ассортимента макаронных изделий. Требования к качеству. Условия хранения, упаковки, транспортирования		2
		Лабораторные работы: «Определение качества клейковины»	2	
		Практические занятия: не предусмотрены	-	
	Контрольные работы: «Товароведная характеристика муки»; «Характеристика хлебобулочных изделий»	2		

	Самостоятельная работа обучающихся: анализ ассортимента групп товаров по сырьевому признаку (продукты переработки зерна).	4	
Тема 2.3. Фрукты, овощи, грибы и продукты их переработки	Содержание учебного материала		
	1 Свежие овощи. Классификация овощей, характеристика основных видов. Показатели качества. Условия хранения и транспортирования	6	2
	2 Свежие плоды. Классификация плодов, характеристика основных видов. Показатели качества. Условия хранения, упаковки, транспортирования		2
	3 Продукты переработки плодов и овощей. Способы переработки, показатели качества, условия и сроки хранения продуктов переработки овощей и грибов.		2
	Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
	Практические занятия: «Органолептическая оценка качества свежих овощей»; «Органолептическая оценка качества свежих плодов»; «Органолептическая оценка качества продуктов переработки плодов и овощей»	6	
	Контрольные работы: не предусмотрены	-	
Тема 2.4. Вкусовые товары	Самостоятельная работа обучающихся: защита отчета по практическим работам.	1	
	Содержание учебного материала		
	1 Чай и чайные напитки.. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия хранения и транспортирования чая и чайных напитков	5	2
	2 Кофе и кофейные напитки. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия хранения и транспортирования кофе и кофейных напитков		2
	3 Пряности и приправы. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия хранения пряностей и приправ		2
	4 Алкогольные и безалкогольные напитки. Характеристика ассортимента, требования к качеству, упаковка и маркировка алкогольных и безалкогольных напитков		2
	Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
	Практические занятия: «Органолептическая оценка качества кофе в зернах и чая черного крупнолистового»	2	
Контрольные работы: тестовое задание по темам 2.2 и 2.3.	1		
Самостоятельная работа обучающихся: доклад: «История одного продукта»	3		
Тема 2.5. Крахмал, сахар и кондитерские изделия	Содержание учебного материала		
	1 Сахар, крахмал, мед. Характеристика ассортимента, требования к качеству, упаковке, условиям и срокам хранения сахара, крахмала и меда	6	2
	2 Фруктово-ягодные кондитерские изделия. Классификация кондитерских изделий. Ассортимент, требования к качеству, условия и сроки хранения фруктово-ягодных кондитерских изделий		3
	3 Мучные кондитерские изделия. Классификация мучных кондитерских изделий по виду выпеченного полуфабриката. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия и сроки хранения мучных кондитерских изделий		2
	4 Шоколад и какао-порошок. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия и сроки хранения шоколада и какао-порошка		2
	Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
	Практические занятия: «Органолептическая оценка качества фруктово-ягодных кондитерских изделий»	2	
	Контрольные работы: не предусмотрены	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: реферат «Сахарные кондитерские изделия»	5	
Тема 2.6. Молоко и молочные продукты	Содержание учебного материала		
	1 Молоко и сливки. Признаки классификации молока. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия и сроки хранения молока и сливок.	6	2
	2 Молочнокислые продукты. Характеристика ассортимента, требования к качеству, условия и		2

		сроки хранения различных видов молочнокислых продуктов.		
	3	Сыры. Классификация, характеристика ассортимента, требования к качеству, условия и сроки хранения сыров		2
		Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
		Практические занятия: «Изучение видов упаковок с использованием плакатов и натуральных образцов	2	
		Контрольные работы: тестовые задания по темам 2.4 и 2.5	1	
		Самостоятельная работа обучающихся: определение органолептическим методом качества молочных продуктов	2	
Тема 2.7. Пищевые жиры		Содержание учебного материала		
	1	Масло коровье. Характеристика ассортимента, показатели качества, пороки, упаковка, условия и сроки хранения масла коровьего	3	2
	2	Растительные масла. Классификация, характеристика ассортимента, показатели качества, упаковка, условия и сроки хранения растительных жиров		2
	3	Животные топленые и кулинарные жиры, маргарин. Классификация, характеристика ассортимента, показатели качества, упаковка, условия и сроки хранения животных, кулинарных жиров и маргарина.		2
		Лабораторные работы: не предусмотрены	-	
		Практические занятия: «Органолептическая оценка качества сливочного масла и маргарина»	2	
		Контрольные работы: «Способы получения, характеристика ассортимента и качество растительных масел»	2	
		Самостоятельная работа обучающихся: сообщение «За и против при использовании маргарина»	1	
Тема 2.8. Яичные продукты		Содержание учебного материала		
	1	Яйца куриные. Виды и категории яиц. Показатели качества, упаковка, транспортировка, условия и сроки хранения яиц.	2	2
	2	Продукты переработки яиц. Показатели качества, условия и сроки хранения продуктов переработки яиц.		2
		Лабораторные работы: « Органолептическая оценка качества яиц методом овоскопирования»	2	
		Практические занятия: не предусмотрены	-	
		Контрольные работы: не предусмотрены	-	
		Самостоятельная работа обучающихся:	-	
Тема 2.9. Мясо и мясные продукты		Содержание учебного материала		
	1	Мясо убойных животных. Признаки классификации, характеристика ассортимента, показатели качества, условия и сроки хранения мяса убойных животных.	7	2
	2	Мясные субпродукты. Классификация, пищевая ценность, показатели качества, условия и сроки хранения мясных субпродуктов		2
	3	Мясо сельскохозяйственной птицы и пернатой дичи. Виды, особенности химического состава, классификация, показатели качества, условия и сроки хранения мяса сельскохозяйственной птицы и пернатой дичи.		2
	4	Колбасные изделия и мясные копчености. Сырье, процессы производства, Характеристика ассортимента, показатели качества, условия и сроки хранения колбасных изделий и мясных копченостей.		2
	5	Мясные консервы. Классификация, характеристика ассортимента, показатели качества, пороки, упаковка, маркировка и хранение мясных и мясорастительных консервов.		2
		Лабораторные работы: не предусмотрены		
		Практические занятия: «Органолептическая оценка качества мяса»; «Органолептическая оценка качества мяса сельскохозяйственной птицы»	4	
		Контрольные работы: тестовые задания по темам 2.7 и 2.8.	1	
		Самостоятельная работа обучающихся: составление плаката-схемы классификации мяса	3	

Тема 2.10. Рыба и рыбные продукты	Содержание учебного материала			
	1	Основные семейства промысловых рыб. Отличительные особенности семейств, классификация и кулинарное использование семейств промысловых рыб.	8	2
	2	Живая, охлажденная и мороженая рыба. Характеристика ассортимента рыбы живой, охлажденной и замороженной, показатели качества, условия и сроки хранения		2
	3	Соленая и маринованная рыба. Способы посола рыбы. Характеристика ассортимента, показатели качества, условия и сроки хранения, упаковка рыбы соленой, маринованной.		2
	4	Рыба вяленая, копченая, сушеная. Виды копчения. характеристика ассортимента, показатели качества, условия и сроки хранения рыбы вяленой, сушеной и копченой		2
	5	Икра рыб. Пищевая ценность икры рыб. Характеристика ассортимента, показатели качества, условия и сроки хранения, упаковка икры рыб.		2
	6	Рыбные консервы и пресервы. Классификация консервов. Характеристика ассортимента, показатели качества, признаки недоброкачества, условия и сроки хранения, маркировка рыбных консервов и пресервов		2
	7	Нерыбные продукты моря. Особенности видов и химического состава, показатели качества, условия и сроки хранения нерыбных продуктов моря.		2
	Лабораторные работы: не предусмотрены		-	
	Практические занятия: «Распознавание основных семейств рыб с использованием дидактического материала»: «Органолептическая оценка качества мороженой рыбы»		4	
Контрольные работы: «Особенности производства, ассортимент, требования к качеству соленой и копченой рыбы»		1		
Самостоятельная работа обучающихся: сообщение: «Особенности вяления, сушения и копчения рыбы малочисленными народами севера»		1		
Итоговая контрольная работа		2		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Товароведение продовольственных товаров»

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по темам: «Физиология питания», «Ассортимент продовольственных товаров»;
- образцы продовольственных товаров;
- прибор для определения качества яиц
- оборудование для лабораторных, практических работ

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор или электронная доска.
- обучающие видеофильмы по профилю общественного питания.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: учебник для нач. проф. образования/ З.П.Матюхина, М.: издат.центр «Академия», 2008г.
2. Товароведение пищевых продуктов: учебник для нач. проф. образов./ З.П.Матюхина, М.: издат.центр «Академия», 2007г.

Дополнительные источники:

1. Основы физиологии питания: учебное пособие /Г.Г. Лутошкина.-М: издат. центр «Академия», 2010.

2. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены. Рабочая тетрадь: учебное пособие для нач. проф.образования / Т.А.Качурина. –М.: издат. центр «Академия», 2009.
3. Товароведение продовольственных товаров: Практикум: учебное пособие для нач. проф. образов. / Н.С. Никифорова. – М.: издат. центр «Академия» 2007.
4. «Нормативные документы индустрии питания». Справочник: 6-е изд., испр. и доп. А.Иванов. 2009.

Журналы:

1. «Питание и общество»
2. «Современный ресторан»
3. «Товаровед»

Интернет ресурсы:

Вестник академии гостеприимства www.nha.ru

Вестник ПИР для индустрии питания www.hospitality.ru

Портал гильдии шеф-поваров www.chefs.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов	Экспертное наблюдение в ходе выполнения лабораторной работы, оценка выполнения домашней и контрольной работы
рассчитывать энергетическую ценность блюд	Текущий контроль в форме защиты практического занятия
составлять рационы питания	Оценка выполнения домашней и контрольной работы
Знания:	
роль пищи для организма человека	Оценка выполнения домашней и контрольной работы, оценка выполнения защиты реферата
основные процессы обмена веществ в организме	Текущий контроль и оценка выполнения практического занятия, оценка выполнения домашней и контрольной работы
суточный расход энергии	Практическое занятие, домашние работы, решение расчетных задач
состав, физиологическое значение	Оценка выполнения домашней работы
энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания	Оценка выполнения домашней работы, наблюдение и оценка практического занятия
роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания	Оценка реферата по итогам защиты
физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения	Наблюдение и оценка практического занятия, оценка выполнения домашней работы
усвояемость пищи, влияющие на нее факторы	Оценка выполнения контрольной работы и домашнего задания
понятие рациона питания	Наблюдение и оценка практического занятия, оценка выполнения домашней работы
суточная норма потребности	Оценка выполнения домашней работы,

человека в питательных веществах	наблюдение и оценка практического занятия
нормы и принципы рационального сбалансированного питания	Наблюдение и оценка практического занятия, оценка выполнения домашней работы
методика составления рационов питания	Оценка выполнения домашней работы, наблюдение и оценка практического занятия
ассортимент и характеристики основных групп продовольственных товаров	Экспертное наблюдение в ходе лабораторной работы и контрольной работы, оценка выполнения домашней работы
общие требования к качеству сырья и продуктов	Текущий контроль в форме защиты практического занятия, оценка выполнения домашней работы
условия хранения, упаковки, транспортирования и реализации различных видов продовольственных товаров	Наблюдение и оценка практического занятия, оценка выполнения домашнего задания