МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУРТАМЫШСКОЕ СПЕЦИАЛЬНОЕ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗАКРЫТОГО ТИПА»

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.02 ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ ПИТАНИЯ, САНИТАРИИ И ГИГИЕНЫ

43.01.01 Официант, бармен

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
00FB5C9870B52A53AB5154115ED212953B
Владелец: Сердюкова Ольга Анатольевна
Действителен: с 25.03.2026 до 18.06.2027

2025 г.

Программа учебной дисциплины «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены» разработана в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования, (далее – СПО) по профессии 43.01.01 Официант, бармен, примерной рабочей программой учебной дисциплины «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены» для профессиональных образовательных организаций, разработанной ФГБОУ ДПО ИРПО, 2024г, утвержденной ФУМО СПО по УГПС 43.00.00, Протокол № 18 от 10.10.2024г.

	Фамилия, имя, отчество составителя (разработчика)	**Квалификационная категория**	**Должность**
1	Баёва Лариса Семеновна	высшая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МК преподавателей, мастеров производственного обучения			
	Фамилия, имя, отчество председателя МК	**Дата заседания МК**	**№ протокола**
1	Орлова Татьяна Владимировна	20.05.2025	6

Согласовано на заседании методического совета	
Дата заседания МС	**№ протокола**
23.05. 2025	7

СОДЕРЖАНИЕ

1	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙДИСЦИПЛИНЫ	4
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯУЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

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

1.1.Цель и место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Цель дисциплины «ОП.02 Основы физиологии питания, санитарии и гигиены»: формирование представлений в области физиологии питания, санитарии и гигиены на предприятиях общественного питания.

Дисциплина «ОП.02 Основы физиологии питания, санитарии и гигиены» включена в обязательную часть общепрофессионального цикла образовательной программы.

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код ОК, ***ПК***	**Уметь**	**Знать**
ПК 1.1 - 1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7 ОК 1	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	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

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	**42**
в т. ч.:	
теоретическое обучение	22
практические занятия	14
самостоятельная работа	2
консультация	2
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет	2

2.2 . Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы	Код Н/У/З
1	2	3	4	5
Раздел 1. Основы физиологии питания		**12**		
Тема 1.1 Основные пищевые вещества и их роль в структуре питания	**Содержание учебного материала:** Цели, задачи дисциплины. Основные понятия и термины. Значение пищи в жизни человека. Понятие о пищевых веществах.	1	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	
	Практические занятия: 1. Белки, жиры, углеводы. Их основные функции, химический состав, ценность и нормы потребления. 2. Витамины. Их классификация и нормы потребления. 3. Вода. Её функции и нормы потребления. 4. Минеральные вещества. Характеристика макро- и микроэлементов, нормы потребления.	4		
Тема 1.2 Обмен веществ и энергии	**Содержание учебного материала:** Обмен веществ. Факторы, влияющие на обмен веществ. Обмен энергии. Суточный расход энергии человека. Энергетическая и пищевая ценность пищи. Методика расчёта энергетической ценности продукта, блюда.	2	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	

	Практические занятия: **1.** Выполнение расчёта энергетической ценности некоторых пищевых продуктов, блюд (по заданию педагога).	1		
Тема 1.3 Пищеварение и усвояемость пищи	**Содержание учебного материала:** Процесс пищеварения. Физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения. Усвояемость пищи: процессы всасывания и усвоения пищевых веществ. **Практические занятия:** 1. Изучение схемы пищеварительного тракта.	1 1	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	
Тема 1.4 Рациональное, сбалансированное питание для различных групп населения	**Содержание учебного материала:** Рациональное питание: понятие, принципы. Питание различных профессиональных групп населения. Лечебное, лечебно-профилактическое питание. Методика составления рационов питания. **Практические занятия:** 1. Составление рационов питания для различных категорий потребителей.	1 1	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	
Раздел 2. Основы микробиологии в пищевом производстве		**8**		
Тема 2.1. Основные группы микроорганизмов, их роль в пищевом производстве	**Содержание учебного материала:**	2		
	Микробиология, как наука. Основные понятия и термины микробиологии. Микробиологические исследования и открытия А. Левенгука, Л. Пастера, И.И. Мечникова, А.А. Лебедева. Основные группы, классификация микроорганизмов, отличительные признаки бактерий, плесневых грибов, дрожжей, вирусов. Влияние условий внешней среды на микроорганизмы. Распространение микроорганизмов. **Практические занятия :** 1. Изучение устройства микроскопа, правил работы с ним. 2. Изучение морфологических особенностей микроорганизмов.	2	ОК 1-7 ПК 1.1 ПК 2.1	
Тема 2.2.	**Содержание учебного материала:**	3		

Микробиология пищевых продуктов	Микробиология пищевых продуктов: мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, жиров и масел, яиц и яйцепродуктов, фруктов и ягод, зернопродуктов, крупы, хлеба, баночных консервов. **Практические занятия:** 1. Определение микробиологических показателей пищевых продуктов.	1	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1	
Раздел 3. Санитария и гигиена в пищевом производстве		**12**		
Тема 3.1. Личная гигиена работников предприятий общественного питания	**Содержание учебного материала:**	**1**		
	Общие требования к условиям труда и личной гигиене работников предприятий питания. Требования к гигиене тела, полости рта, волосам, мытью рук. Кожа человека, её строение.		ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	
Тема 3.2 Санитарно-гигиенические требования к территории и помещениям	**Содержание учебного материала:** Санитарно-гигиенические требования к территории, устройству, планировке и отделке помещений предприятий питания. Гигиенические требования к освещению. Гигиенические требования к содержанию помещений, оборудования,	3		

предприятий питания	инвентаря, посуды в организациях питания. Дезинфекция. Дезинфицирующие и моющие средства, классификация, правила применения. Дезинсекция, дератизация. Правила проведения. **Практические занятия:** 1. Изучение способов приготовления дезинфицирующих растворов различной концентрации. 2. Маркировка и дезинфекция разделочных досок по Сан ПиН. Требования к материалам. 3. Изучение санитарных норм и правил СП 2.3.6.1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья.	3	ОК 1-7 ПК 1.1-1.4 ПК 2.1 ПК 2.3 ПК 2.5 ПК 2.7	
Тема 3.3 Санитарно-гигиенические требования к кулинарной обработке пищевых продуктов	**Содержание учебного материала:** Санитарные требования к приготовлению и реализации блюд и кулинарной продукции. Блюда и изделия повышенного эпидемиологического риска (студни, заливные, паштеты, омлеты). **Практические занятия:** 1. Гигиеническая оценка качества готового блюда (бракераж).	1 1		
Тема 3.3 Санитарно-гигиенические требования к транспортированию, приёмке и хранению пищевых продуктов	**Содержание учебного материала:** Санитарно-гигиенические требования к транспорту, к приёмке и хранению продовольственного сырья, продуктов питания, кулинарной продукции. Сопроводительная документация. **Самостоятельная работа** Санитарные требования к складским помещениям, таре. Запреты и ограничения на приёмку отдельных видов сырья и продукции	1 2		
Раздел 4. Пищевые инфекции, пищевые отравления, глистные заболевания		**6**		
Тема 4.1	**Содержание учебного материала:**	1		

Пищевые инфекционные заболевания.	Общее понятие об инфекционных заболеваниях. Основные пищевые инфекции. Зоонозы.			
Тема 4.2 Пищевые отравления	**Содержание учебного материала:** Общее понятие о пищевых отравлениях. Пищевые отравления бактериального происхождения. Пищевые отравления немикробного происхождения. Микотоксикозы.	2		
Тема 4.3 Глистные заболевания	**Содержание учебного материала:** Глистные заболевания. Пути заражения. Виды глистных заболеваний, возбудители.	1		
	Самостоятельная работа обучающихся Работа над учебным материалом, ответы на контрольные вопросы; изучение нормативных материалов, решение ситуационных производственных (профессиональных) задач	2		
Консультации (в рамках промежуточной аттестации)		**2**		
Промежуточная аттестация		**2**		
Всего:		**42**		

2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Физиология питания, санитарии и гигиены», оснащенный в соответствии с п.6.1.2.1 образовательной программы по профессии «Официант, бармен».

Оборудование учебного кабинета: .
- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- доска мельная;
- открытый стеллаж для учебников, пособий.

Технические средства обучения:
- ноутбук с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор;
- экран.

3.2. *Информационное обеспечение реализации программы*

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

3.2.1. *Основные печатные издания*

1. Антипова, Л. В. Технология обработки сырья: мясо, молоко, рыба, овощи: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Антипова, О. П. Дворянинова; под научной редакцией Л. В. Антиповой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 204 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13610-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/516221
2. Васильева, И. В. Физиология питания: учебник и практикум для среднего профессионального образования / И. В. Васильева, Л. В. Беркетова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16048-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/530347
3. Донченко, Л. В. Национальные кулинарные традиции: история продуктов питания: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. В. Донченко, В. Д. Надыкта. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 349 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15571-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/510096
4. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 187 с. — (Профессиональное образование). — ISBN

978-5-534-12965-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518549

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Показатели освоенности компетенций	Методы оценки
Умеет: Проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов рассчитывать энергетическую ценность блюд составлять рационы питания для различных категорий потребителей	Владеет методами оценки качества пищевых продуктов; Определяет качество основных групп товаров; Дает краткую товароведную характеристику основных групп товаров;	Экспертное наблюдение выполнения практических работ и видов работ по практике Диагностика (тестирование, контрольные работы)
Знает: Роль пищи для организма человека, основные процессы обмена веществ в организме Состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания Роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания Суточную норму потребности человека в питательных веществах нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения; Методики составления рационов питания;		