

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 02 Физиология питания

для специальности 19.02.10

«Технология продукции общественного питания»

Рассмотрено на заседании предметной цикловой комиссии
общепрофессиональных дисциплин и профессиональных
модулей,

Протокол № 1 от « 31 » 08. 2020 г

Председатель ПЦК _____ Е.М.Антонова

Утверждаю

Заместитель директора по УПР

_____ М.Н.Шумилкина

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания» (пр.№ 384 от 22.04.2014г.; зарегистрирован в Минюсте России 23.07.2014г. № 33234), входящей в состав укрупнённой группы специальностей 19 00 00 «Промышленная экология и биотехнологии», с учётом требований и пожеланий работодателей региона

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Донской техникум кулинарного искусства и бизнеса»

Разработчики:

С.Н.Шаповалова – заместитель директора по учебно-методической работе ГБПОУ РО «ДонТКИиБ» высшей квалификационной категории

Т.И. Топчей – методист ГБПОУ РО «ДонТКИиБ» высшей квалификационной категории

Т.И. Наумова – преподаватель спецдисциплин ГБПОУ РО «ДонТКИиБ»

СОДЕРЖАНИЕ

	страница
1 Паспорт программы учебной дисциплины	3
2 Структура и содержание учебной дисциплины ОП.02. Физиология питания	6
3 Условия реализации учебной дисциплины	14
4 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.02. Физиология питания

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной подготовки программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания».

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации, переподготовки, профессиональной подготовки по рабочим профессиям) по специальности СПО 19.02.10 «Технология продукции общественного питания»

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:**

- У.1 проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- У.2 рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- У.3 составлять рационы питания для различных категорий потребителей.
- У.4 составлять мероприятия по профилактике недостатка в организме пищевых веществ;
- У.5 расшифровывать штрихкоды и маркировку баночных консервов;
- У.6 составлять рацион лечебного и лечебно-профилактического питания
- У.7. Рассчитывать суточный расход энергии человека;
- У.8 Составлять меню рациона питания в соответствии с диетами номерной системы.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- 3.1 роль пищи для организма человека;
- 3.2 основные процессы обмена веществ в организме;
- 3.3 суточный расход энергии;
- 3.4 состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;
- 3.5 роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;
- 3.6 физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;
- 3.7 усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;
- 3.8 понятие рациона питания;
- 3.9 суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- 3.10 нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;
- 3.11 назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;
- 3.12 методики составления рационов питания.
- 3.13 строение пищеварительной системы;
- 3.14. процессы, происходящие в различных отделах желудочно-кишечного тракта;
- 3.15 антипищевые и другие компоненты пищи;

- 3.16. понятие водного обмена и питьевого режима;
- 3.17. лечебное и лечебно-профилактическое питание;
- 3.18. понятие об изменении органолептической и химической ценности различных продуктов питания;
- 3.19. альтернативные теории питания;
- 3.20. питание различных групп населения;
- 3.21. органолептическая оценка качества продуктов питания;
- 3.22. история открытия витаминов;
- 3.23. диетические продукты питания

Выпускник, освоивший ППКРС, 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, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

Вариативная часть учебной дисциплины **ОП.02 «Физиология питания»** составляет: **4 часа**, указанные часы использованы с целью расширения содержания учебной дисциплины – для овладения дополнительными знаниями:

Теоретические занятия:

Введение в предмет. *Антипищевые и другие компоненты пищи.*

Тема 1.4. Витамины: понятие, характеристика, значение. *История открытия витаминов*

Тема 1.5. Вода. Минеральные вещества: понятие, характеристика, значение. *Понятие водного обмена и питьевого режима.*

Тема 3.1. Диетические продукты питания. *Диетические продукты и питание человека.*

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	44
в том числе: <i>вариативная часть</i>	4ч
теория	30
лабораторные занятия	2
практические занятия	10
контрольные работы	2
курсовая работа (проект) <i>(не предусмотрено)</i>	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего) Тематика внеаудиторной работы: Витамины: роль в обмене веществ. Профилактика гиповитаминозов. Содержание минеральных веществ в продуктах питания Составление кроссворда по теме «Физиология пищеварения». Составление презентации по теме: «Физиология пищеварения» «Обмен веществ», «Пищевые вещества и их значение»; «Физиология пищеварения и обмен веществ»; «Лечебное питание»; «Питание различных групп населения», «Диетические продукты питания». Составление реферата по теме: «Альтернативные теории питания». Составление реферата по теме: «Анарексия: причины и лечение». Составление реферата по теме: «Как справиться с ожирением». Составление реферата по теме: «Всегда ли нужно худеть?». Составление реферата по теме: «Можно ли вылечить сахарный диабет?». Составление реферата по теме: «Причины развития гастрита». Составление реферата по теме: «Мифы и предрассудки в питании. «Модные» диеты». 1. Составление кроссворда по теме: «Лечебное питание».	20
Промежуточная аттестация в форме	дифференцированного зачёта

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.02. Физиология питания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоен
		Всего: 66	
		44	
Введение в предмет	Определение физиология питания. Значение питания в жизни человека. Питание, пища, пищевые вещества. История и эволюция питания. <i>Антипищевые и другие компоненты пищи.</i>	2	2
Раздел 1.	Пищевые вещества и их значение	14	
Тема 1.1. Белки: понятие, характеристика, значение.	Белки. Функции белков. Строение и аминокислотный состав белков. Пищевая ценность белков. Переваривание белков и усвоение аминокислот Потребность в белке. ПР № 1 Составление мероприятий по профилактике недостатка белка».	2	2
Тема 1.2. Жиры: понятие, характеристика, значение.	Жиры. Строение и классификация жиров пищи. Переваривание и всасывание жиров. Незаменимые жирные кислоты. Значение холестерина и пищевых жиров в развитии атеросклероза. Жиры в пищевых продуктах.	2	2
Тема 1.3. Углеводы: понятие, характеристика, значение	Углеводы. Строение, классификация и свойства углеводов пищи. Углеводы в пищевых продуктах.	2	2
Тема 1.4. Витамины: понятие, характеристика, значение	Витамины. Физиологическая роль витаминов. Недостаточность витаминов: авитаминоз и гиповитаминоз. Потери витаминов при кулинарной обработке и хранении пищи. Профилактика авитаминозов. <i>Краткая история открытия витаминов.</i> ПР № 2 «Содержание витаминов в продуктах питания» ПР № 3 «Составление мероприятий по профилактике гиповитаминоза»	4	2
Тема 1.5. Вода. Минеральные вещества: понятие, характеристика, значение	Вода. Функции воды в организме. Потребность в воде. <i>Понятие водного обмена и питьевого режима.</i> Минеральные вещества. Общие функции минеральных веществ. Микро- и макроэлементы Физиологическое значение отдельных минеральных веществ.	4	2

	ПР № 4 «Содержание минеральных веществ в продуктах питания» Пр № 5 «Составление мероприятий по профилактике недостатка минеральных веществ» ЛР № 1 «Органолептическая оценка качества продуктов питания»		
	Практические работы	5	
	ПР № 1 «Составление мероприятий по профилактике недостатка белка». Пр № 2 «Содержание витаминов в продуктах питания» ПР № 3 «Составление мероприятий по профилактике гиповитаминоза» ПР № 4 «Содержание минеральных веществ в продуктах питания» ПР № 5 «Составление мероприятий по профилактике недостатка минеральных веществ»	1 1 1 1 1	
	Лабораторные работы	1	
	ЛР № 1 «Органолептическая оценка качества продуктов питания»	1	
	Самостоятельная внеаудиторная работа <ul style="list-style-type: none"> • Выполнение домашних заданий по разделу 1; • Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; • Подготовка к практическим занятиям с использованием практических рекомендаций преподавателя; • Оформление лабораторных и практических работ, отчет и подготовка к защите; • Поиск информации с использованием Интернет-ресурсов в соответствии с инструкцией от преподавателя; • Подготовка опережающего задания, сообщения, реферата по темам: Витамины: роль в обмене веществ. Профилактика гиповитаминозов. История открытия витаминов. Содержание минеральных веществ в продуктах питания. 	6	
Раздел 2. Физиология пищеварения и обмен веществ		10	
Тема 2.1. Физиология пищеварения	1. Строение пищеварительного тракта человека. Ротовая полость. Желудок. Толстый и тонкий кишечник. Пищеварительные железы. 2. Схема процесса пищеварения. Пищеварение в ротовой полости и пищеводе. Роль поджелудочной железы и печени в пищеварении. Пищеварение в тонком кишечнике. Пищеварение в толстом кишечнике. Всасывание пищевых веществ. Понятие всасывание.	4	2

Тема 2.2. Обмен веществ	Процесс катаболизма. Процесс анаболизма. Суточный расход энергии человека. Понятие основного обмена. Коэффициент физической активности. Суточный расход энергии. ПР № 6 «Изменение пищи в процессе пищеварения» ПР № 7 «Расчет суточного расхода энергии человека»	3	2
Тема 2.3. Пищевая и энергетическая ценность продуктов питания	Энергетическая ценность пищи. Энергетические затраты организма и потребность в энергии. Пища, как источник энергии. Баланс энергии. ПР № 8 «Расчет энергетической ценности пищи и рациона питания»	2	2
	Контрольная работа по теме: «Пищевые вещества и их значение. Физиология пищеварения и обмен веществ».	1	
	Практические работы	3	
	ПР № 6 «Изменение пищи в процессе пищеварения» ПР № 7 «Расчет суточного расхода энергии человека» ПР № 8 «Расчет энергетической ценности пищи и рациона питания»	2 1 1	
Самостоятельная внеаудиторная работа	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнение домашних заданий по разделу 2; • Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; • Подготовка к практическим занятиям с использованием практических рекомендаций преподавателя; • Оформление лабораторных и практических работ, отчет и подготовка к защите; • Поиск информации с использованием Интернет-ресурсов в соответствии с инструкцией от преподавателя; • Подготовка опережающего задания: <p>Составление кроссворда по теме «Физиология пищеварения».</p> <p>Составление презентации по теме: «Физиология пищеварения».</p> <p>Составление презентации по теме: «Обмен веществ».</p>	6	
Раздел 3. Лечебное питание		10	
Тема 3.1. Диетические продукты питания	<i>Диетические продукты и питание человека.</i> Виды мясных, рыбных, молочных продуктов, круп, хлебобулочных и кондитерских изделий, которые используются в диетическом питании. Продукты, которые запрещено употреблять при различных заболеваниях.	1	2

Тема 3.2. Лечебное питание: понятие, характеристика. Общая характеристика диет	1. Лечебное и лечебно-профилактическое питание. Задачи и принципы лечебного питания. Организация лечебного и лечебно-профилактического питания. Стандартные диеты для лечебного питания. Характеристика диет номерной системы. <i>Модные теории питания.</i>	1	2
Тема 3.3. Диеты номерной системы: диеты № 1, 2	Диеты № 1, 2: заболевания, при которых назначаются диеты, режим питания, продукты, которые запрещено употреблять, и разрешенные продукты питания. Гастрит. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.	1	2
Тема 3.4. Диеты номерной системы: диеты № 4, 5	Диеты № 4, 5: заболевания, при которых назначаются диеты, режим питания, продукты, которые запрещено употреблять, и разрешенные продукты питания. Энтерит и колит. Дискенезия желчевыводящих путей. Заболевания печени и желчного пузыря.	1	2
Тема 3.5. Диеты номерной системы: диеты № 7, 9	Диеты № 7, 9: заболевания, при которых назначаются диеты, режим питания, продукты, которые запрещено употреблять, и разрешенные продукты питания.	1	2
Тема 3.6. Диеты номерной системы: диеты № 10, 11, 15	Диеты № 10, 11, 15: заболевания, при которых назначаются диеты, режим питания, продукты, которые запрещено употреблять, и разрешенные продукты питания. Пищевые инфекционные заболевания: сальмонеллез и дизентерия.	1	2
Тема 3.7. Диеты номерной системы: диета № 8. Альтернативные диеты, применяемые для похудения	Диеты № 8: заболевания, при которых назначаются диеты, режим питания, продукты, которые запрещено употреблять, и разрешенные продукты питания. Краткая характеристика наиболее распространенных альтернативных диет для похудения.	1	2
Тема 3.8. Лечебно-профилактическое питание	Назначение и краткая характеристика рационов лечебно-профилактического питания. Составлять меню рациона питания в соответствии с диетами номерной системы.	1	2
Тема 3.9. Альтернативные теории питания	Виды, характеристика, «плюсы» и «минусы» некоторых альтернативных теорий питания: раздельного питания, голодания, вегетарианства, религиозных постов. Заболевания, являющиеся результатом неправильного питания: анорексия, ожирение, сахарный диабет, воспаления слизистых желудочно-кишечного тракта, гиповитаминозы. ПР № 7. «Составление рациона лечебного питания»	2	2

	ПР № 8. «Составление рациона профилактического питания»		
	Практические работы	2	
	ПР № 9 «Составление рациона лечебного питания»	1	
	ПР № 10 «Составление рациона лечебно-профилактического питания»	1	
Самостоятельная внеаудиторная работа <ul style="list-style-type: none"> • Выполнение домашних заданий по разделу 3; • Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; • Подготовка к практическим занятиям с использованием практических рекомендаций преподавателя; • Оформление лабораторных и практических работ, отчет и подготовка к защите; • Поиск информации с использованием Интернет-ресурсов в соответствии с инструкцией от преподавателя; • Подготовка опережающего задания: <p>Составление презентации по теме: «Диетические продукты питания».</p> <p>Составление реферата по теме: «Альтернативные теории питания».</p> <p>Составление реферата по теме: «Анарексия: причины и лечение».</p> <p>Составление реферата по теме: «Как справиться с ожирением».</p> <p>Составление реферата по теме: «Всегда ли нужно худеть?».</p> <p>Составление реферата по теме: «Можно ли вылечить сахарный диабет?».</p> <p>Составление реферата по теме: «Причины развития гастрита».</p> <p>Составление реферата по теме: «Мифы и предрассудки в питании. «Модные» диеты».</p> <p>Составление кроссворда по теме: «Лечебное питание».</p>		6	
Раздел 4. Питание различных групп населения		8	
Тема 4.1. Принципы рационального питания.	Нормы и принципы рационального питания. Основные принципы сбалансированного питания. Нормы физиологических потребностей для взрослого населения. Питание и предупреждение болезней. Правила здорового питания. Рекомендуемое потребление пищевых веществ.	2	2
Тема 4.2. Питание детей и подростков.	<i>Особенности питания детей и подростков. Возрастные особенности и нормы питания детей и подростков. Потребности в пищевых веществах. Режим питания детей и</i>	1	2

	<i>подростков.</i>		
Тема 4.3. Питание пожилых людей.	Возрастные особенности, особенности питания, режим питания лиц пожилого возраста.. Потребности в пищевых веществах.	1	2
Тема 4.4. Питание лиц, занятых умственным трудом.	Образ жизни, особенности питания, режим питания лиц, занятых умственным трудом.	2	2
	Повторно-обобщающий урок	1	
	Дифференцированный зачет	1	
	Практические работы	1	
Самостоятельная внеаудиторная работа <ul style="list-style-type: none"> • Выполнение домашних заданий по разделу 4; • Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы; • Подготовка к практическим занятиям с использованием практических рекомендаций преподавателя; • Оформление лабораторных и практических работ, отчет и подготовка к защите; • Поиск информации с использованием Интернет-ресурсов в соответствии с инструкцией от преподавателя; • Подготовка опережающего задания: Составление реферата по теме: «Организация питания в детских садах». Составление реферата по теме: «Организация питания в школах».		4	

*Примечание: курсивом выделен материал вариативной части

3. Условия реализации учебной дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально – техническому обеспечению.

Оборудование и технические средства обучения

Наименование	Количество
Ученические столы	15
Ученические стулья	30
Рабочее место преподавателя	1
Шкафы	3
Плакатница	1
- комплект рекомендаций по выполнению лабораторно-практических работ - средства для санитарной обработки оборудования и инвентаря	
комплект учебно–планирующей документации	1
Ноутбук, мультимедийный проектор; наглядные пособия (натуральные образцы продуктов, муляжи)	1
Интерактивная доска	1
▪электронные средства обучения и контроля по темам дисциплины ОП.02 ▪иллюстративный материал по темам дисциплины ОП.02 •Электронные презентации по темам дисциплины ОП.02	

Основные средства для обучающихся

Наименование	Количество
Учебники: З.П. Матюхина. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: учебник для нач. проф. образования. – 4 изд., стер. – М.: «Академия», 2018. – 256 с.	15
Учебники: Г.Г.Лутошкина. Основы физиологии питания. – М.: Академия, 2017.	15
Средства для преподавателя	
Е.А. Рубина. Санитария и гигиена питания. – М.: «Академия», 2005.	1
А.А. Астрейкова. Современный рецептурный кулинарный справочник - Большая энциклопедия, 2009.	1

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

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

Результаты обучения	Формы и методы оценки результатов обучения Текущий контроль
Умения: У.1. проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;	наблюдение и оценка умений на ЛР и ПЗ при выполнении заданий Тема 3.3 Санитарно-гигиенические требования к кулинарной обработке пищевых продуктов ЛР № 1 «Органолептическая оценка качества продуктов питания» <i>Подготовка реферата:</i> Санитарно-эпидемиологические требования к кулинарной обработке пищевых продуктов, приготовлению блюд и производству кондитерских изделий
У.2. рассчитывать энергетическую ценность блюд;	наблюдение и оценка умений на ЛР и ПЗ при выполнении заданий Тема 2.3 Обмен веществ и энергии. ПЗ № 8 «Расчет энергетической ценности пищи и рациона питания» - фронтальный опрос; - работа в рабочих тетрадях;
У.3 составлять рационы питания для различных категорий потребителей	наблюдение и оценка умений на ЛР и ПЗ при выполнении заданий Раздел 4. Питание различных групп населения ПЗ №10. Составление рациона питания школьника
Знания: З.1 роль пищи для организма человека	наблюдение и оценка знаний при выполнении заданий Раздел 1. Пищевые вещества и их значение устный и письменный опрос; - фронтальный опрос; - работа в рабочих тетрадях;
З.2 основные принципы обмена веществ в организме	- наблюдение и оценка знаний на занятиях при выполнении заданий Тема 2.3 Обмен веществ и энергии. устный и письменный опрос; - фронтальный опрос; - работа в рабочих тетрадях;
З.3 суточный расход энергии;	наблюдение и оценка знаний на ЛР и ПЗ при выполнении заданий Тема 2.3 Обмен веществ и энергии ПЗ № 7 «Расчет суточного расхода энергии человека» устный и письменный опрос; - фронтальный опрос; - работа в рабочих тетрадях;
З.4 состав, физиологическое значение, энергетическая и пищевая ценность различных продуктов питания;	оценка знаний на теоретических занятиях при выполнении заданий Раздел 1. Пищевые вещества и их значение - фронтальный опрос; - работа в рабочих тетрадях; - тестирование
З.5 роль питательных	наблюдение и оценка знаний на ЛР и ПЗ при выполнении заданий

и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;	<p>Раздел 1. Пищевые вещества и их значение</p> <p>ПЗ № 1 Составление мероприятий по профилактике недостатка белка»</p> <p>ПЗ № 2 «Содержание витаминов в продуктах питания»</p> <p>ПЗ № 3 «Составление мероприятий по профилактике гиповитаминоза»</p> <p>ПЗ № 4 «Содержание минеральных веществ в продуктах питания»</p> <p>ПЗ № 5 «Составление мероприятий по профилактике недостатка минеральных веществ»</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>устный и письменный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p>
3.6 физико–химические изменения пищи в процессе пищеварения;	<p>наблюдение и оценка умений на теоретических и практических занятиях при выполнении заданий</p> <p>Раздел 2. Физиология пищеварения и обмен веществ</p> <p>ПЗ № 6 «Изменение пищи в процессе пищеварения»</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p>
3.7 усвояемость пищи, влияющие на неё факторы;	<p>- наблюдение и оценка знаний на теоретических занятиях при выполнении заданий</p> <p>Раздел 2. Физиология пищеварения и обмен веществ</p> <p>- устный и письменный опрос;</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p> <p><i>Подготовка сообщения: «Факторы, способствующие усвоению пищи»</i></p>
3.8 понятие рациона питания;	<p>наблюдение и оценка умений на ЛР и ПЗ при выполнении заданий</p> <p>Раздел 4. Питание различных групп населения</p> <p>ПЗ №10. «Составление рациона питания школьника»</p>
3.9 суточная норма потребности человека в питательных веществах;	<p>наблюдение и оценка знаний при выполнении заданий</p> <p>Тема 2.1 Основные пищевые вещества, их источники, роль в структуре питания</p> <p>- устный и письменный опрос;</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p>
3.10 нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;	<p>- наблюдение и оценка знаний на теоретических занятиях при выполнении заданий</p> <p>Раздел 4. Питание различных групп населения</p> <p>устный и письменный опрос;</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p> <p>- оценка самостоятельной работы</p>
3.11 назначение лечебного и лечебно-профилактического питания;	<p>- наблюдение и оценка умений при выполнении заданий</p> <p>Раздел 3. Лечебное и лечебно-профилактическое питание</p> <p>- фронтальный опрос;</p> <p>- работа в рабочих тетрадях;</p> <p><i>Подготовка сообщения: «Планирование меню с учетом использования диетических кисломолочных продуктов»</i></p>
3.12 методики составления рационов питания;	<p>наблюдение и оценка умений на ЛР и ПЗ при выполнении заданий</p> <p>Раздел 3. Лечебное и лечебно-профилактическое питание.</p> <p>ПЗ № 9. «Составление рациона лечебного питания»</p> <p>Раздел 4. Питание различных групп населения</p> <p>ПЗ № 10. «Составление рациона питания школьника»</p>

