


ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**ГПОУ «ЮРГИНСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

Цикловая методическая комиссия СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР

  
\_\_\_\_\_ Д.Б.Рогова

2017 г.

## **ПРОГРАММА**

Дисциплина

**ДИЕТОЛОГИЯ**

Специальность

43.02.12 Технология эстетических услуг

2017 г.

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 43.02.12 Технология эстетических услуг, утвержденным приказом №1560 Министерства образования и науки РФ 09.12.2016 г.

СОСТАВИТЕЛЬ


Преподаватель общепрофессиональных дисциплин ГПОУ ЮТК

 О. А. Усова

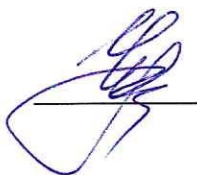
РАССМОТРЕНО

На заседании ЦМК СЭД  
Протокол № 01 от 09 2017 г.

Председатель ЦМК СЭД

 О.И. Будникова


Заведующий отделением ДИТ  
01.09 2017 г.

 Ж. С. Чернова

Заведующий лабораторией стандартизации  
01.09 2017 г.

 Е.Н.Соловьева

Заместитель директора по НМР  
01.09 2017 г.

 И.Н. Ташьян

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 43.02.12 Технология эстетических услуг и может быть взята за основу при изучении дисциплины Диетология.

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина Диетология принадлежит к разделу ОП.11 Общепрофессиональный цикл

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
<b>ОК 01</b> <b>ОК 02</b> <b>ПК 3.1</b> <b>ПК 3.2</b> <b>ПК 3.4</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</li><li>– осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</li><li>– рассчитывать энергетическую ценность блюд;</li><li>– составлять рационы питания для различных категорий потребителей;</li><li>– рекомендовать рацион питания, способствующий коррекции тела и состояния кожи.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>– роль пищи для организма человека;</li><li>– основные процессы обмена веществ в организме;</li><li>– суточный расход энергии;</li><li>– состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;</li><li>– роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;</li><li>– физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;</li><li>– усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;</li><li>– понятие рациона питания;</li><li>– суточную норму потребности человека в питательных веществах;</li><li>– нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;</li><li>– назначение лечебного и лечебно - профилактического питания;</li><li>– методики составления рационов питания;</li><li>– влияние пищевых компонентов на состояние кожи;</li><li>– особенности питания различных контингентов здорового населения;</li><li>– основные нормы диетического питания и характер питания при избыточном и недостаточном весе, очистительное питание.</li></ul>

**Общие и профессиональные компетенции – требования к результатам освоения дисциплины:**

Специалист в области прикладной эстетики должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ПК 3.1. Выполнять различные виды косметических процедур по уходу за телом с использованием современных технологий.

ПК 3.2. Выполнять различные виды косметического массажа тела либо его отдельных частей с учетом пожеланий клиента.

ПК 3.4. Проводить эстетическую коррекцию волосяного покрова тела либо его отдельных частей различными способами.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Объём образовательной программы 88 часов,  
в том числе суммарная учебная нагрузка обучающегося во взаимодействии с преподавателем 86 часов, самостоятельная работа – 2 часа, промежуточная аттестация в форме экзамена.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы</b>	<b>88</b>
Самостоятельная работа	2
<b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>86</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	42
лабораторные занятия (если предусмотрено)	-
практические занятия (если предусмотрено)	24
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
контрольная работа	4
Промежуточная аттестация (экзамен)	16



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций	Уровень освоения
1	2	3		
<b>РАЗДЕЛ I</b>				
<b>Пищеварение, роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма</b>				
Тема 1.1	Содержание учебного материала	6		
Пищеварение и усвояемость пищевых веществ	Пищеварение. Процесс пищеварения. Пищеварение в ротовой полости и пищевод. Пищеварение в желудке. Роль поджелудочной железы в процессе пищеварения. Роль печени в процессе пищеварения. Пищеварение в тонком кишечнике. Роль толстого кишечника в процессе пищеварения.	2		2
	<b>Особенности переваривания белков, жиров, углеводов.</b> Особенности переваривания белков, жиров, углеводов в каждом отделе пищеварительного аппарата. Конечные продукты переваривания.	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4	2
	<b>Усвояемость основных пищевых веществ.</b> Понятие об усвояемости основных пищевых веществ.	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4	2
Тема 1.2.	Содержание учебного материала	18	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4	2
Роль основных пищевых веществ в жизнедеятельности организма	<b>Пищевые вещества и их роль в жизнедеятельности организма</b> Белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, вода. Их роль в жизнедеятельности организма.	12		
	<b>Понятие об энергетической ценности пищи</b> Пищевая ценность продуктов животного и растительного происхождения.	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4	2
	<b>Обмен веществ и энергии</b> Общие понятия об обмене веществ. Суточный расход энергии.	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4	2
	<b>Контрольная работа по разделу 1</b>	2		

<b>РАЗДЕЛ 2. Питание различных групп взрослого населения</b>		<b>48</b>	
<b>Тема 2.1.</b> <b>Рациональное питание и физиологические основы его организации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	
	<b>Рациональное сбалансированное питание, его нормы и принципы</b> Рациональное питание: понятие, основные принципы. Режим питания и его значение.	<b>2</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
	<b>Нормы и принципы рационального питания для различных групп населения.</b> Принципы нормирования пищевых веществ и калорийности суточного рациона в зависимости от пола, возраста и интенсивности труда.	<b>2</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
	<b>Питание детей и подростков.</b> Физиологические особенности детей и подростков. Зависимость физиологических норм потребления белков, жиров, углеводов и калорийности пищи от возраста пола, массы тела. Качественный подбор продуктов для детского питания. Особенности режима питания детей и подростков.	<b>2</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
<b>Тематика практических занятий и лабораторных работ</b>			
<b>Тема 2.2.</b> <b>Диетическое и лечебно-профилактическое питание</b>	<b>Составление меню суточного рациона для разных групп взрослого населения и его физиологическая оценка.</b> <b>Определение химического состава и калорийности отдельных блюд и меню в целом</b>	<b>6</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>26</b>	
	<b>Диетическое питание.</b> Диетическое питание: понятие, назначение. Основные физиологические принципы построения диетического питания. Принципы шажения: механическое, химическое, термическое. Постепенность расширения рациона питания, степень строгости диеты.	<b>2</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
	<b>Назначение и характеристика основных лечебных диет.</b> Характеристика диет умеренной системы, рекомендуемых при заболеваниях органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы, почек, нарушениях обмена веществ.	<b>6</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>
<b>Лечебно-профилактическое питание и его рационы</b> Понятие о лечебно-профилактическом питании и его рационах	<b>2</b>	<b>ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4</b>	<b>2</b>



		<b>Тематика практических занятий и лабораторных работ</b>		
		<b>Составление лечебных диет, рекомендуемых для лиц с нарушением обменных процессов в организме</b>	6	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4
		<b>Составление лечебных диет, рекомендуемых для лиц страдающих аллергическими заболеваниями</b>	6	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка докладов и презентаций по теме: Современные теории здорового питания	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4
		<b>Контрольная работа по разделу 2</b>	2	
		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	
<b>Тема 2.3.</b> <b>Роль питания в профилактике болезней цивилизации</b>		<b>Роль питания в профилактике болезней цивилизации</b> Питание и предупреждение болезней. Правила самостоятельного выбора здорового питания для каждого человека.	2	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4
		<b>Современные теории здорового питания</b> Анализ альтернативных представлений о питании человека. «Модные» диеты и забота о внешнем виде и фигуре. Вегетарианство.	2	
		<b>Тематика практических занятий и лабораторных работ</b>		
		<b>Составление диет с пониженной энергетической ценностью для лиц, страдающих избыточным весом</b>	6	ПКЗ.1 ПКЗ.2 ПКЗ.4
<b>Промежуточная аттестация</b>		<b>Экзамен</b>	16	
<b>Всего:</b>			<b>88</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1.** Реализация программы учебной дисциплины требует следующие специальные помещения:

Кабинет «Медико-биологических дисциплин», оснащенный оборудованием: доской учебной, рабочим местом преподавателя, столами, стульями (по числу обучающихся), техническими средствами обучения (компьютером, средствами аудиовизуализации, наглядными пособиями).

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

##### **3.2.1. Печатные издания:**

1. Рубина, Е. А. Микробиология, физиология питания, санитария: учебное пособие [электронный ресурс]/ Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина. - М.: Форум: НИЦ Инфра-М, 2015. - 240 с. - (Профессиональное образование). - Режим дотупа: <http://znanium.com>

##### **3.2.2. Электронные издания:**

1. Физиология питания. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.dietolog.org/physiology/>, свободный. – Загл.с экрана.

2. Здоровое правильное питание [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.topteleshop.ru/zp/zp.htm>, свлбодный. – Загл. с экрана

3. Диеты. Каталог эффективных диет [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.topteleshop.ru/dieti/dieti.htm>, свободный. – Загл с экрана

##### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Зименкова Ф.Н. - М.:Прометей, 2016. - 168 с.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– роль пищи для организма человека;</li> <li>– основные процессы обмена веществ в организме;</li> <li>– суточный расход энергии;</li> <li>– состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;</li> <li>– роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;</li> <li>– физико-химические изменения пищи в процессе пищеварения;</li> <li>– усвояемость пищи, влияющие на нее факторы;</li> <li>– понятие рациона питания;</li> <li>– суточную норму потребности человека в питательных веществах;</li> <li>– нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;</li> <li>– назначение лечебного и лечебно - профилактического питания;</li> <li>– методики составления рационов питания;</li> <li>– влияние пищевых компонентов на состояние кожи;</li> <li>– особенности питания различных контингентов здорового населения;</li> <li>– основные нормы диетического питания и характер питания при избыточном и недостаточном весе, очистительное питание.</li> </ul>	<p>Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75% правильных ответов. Не менее 75% правильных ответов. Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения профессиональной терминологии</p>	<p><b>Текущий контроль при проведении:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-письменного/устного опроса;</li> <li>-тестирования;</li> <li>-оценки результатов самостоятельной работы (докладов, рефератов, теоретической части проектов, учебных исследований и т.д.)</li> </ul> <p><b>Промежуточная аттестация</b> в форме экзамена в виде:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-письменных/ устных ответов.</li> </ul>
<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.</li> <li>– осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.</li> <li>– рассчитывать энергетическую ценность блюд;</li> <li>– составлять рационы питания для различных категорий потребителей;</li> <li>– рекомендовать рацион питания, способствующий коррекции тела и состояния кожи.</li> </ul>	<p>Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, точность расчетов, соответствие требованиям Адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д. Соответствие требованиям инструкций, регламентов</p>	<p><b>Текущий контроль:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертная оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий, защите отчетов по практическим занятиям;</li> <li>- оценка заданий для самостоятельной работы,</li> </ul> <p><b>Промежуточная аттестация:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертная оценка выполнения практических заданий на экзамене</li> </ul>