



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ СОВРЕМЕННОГО
АКАДЕМИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

109129, г. Москва, ул. 11-я Текстильщиков, д. 7,
109518, г. Москва, ул. Саратовская, д. 31, тел: (495) 540-57-53
E-mail: info@misaoinst.ru www.misaoinst.ru

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «МИСАО»
Л.В. Астанина
«28» августа 2023 г.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат

01273ad800a1afc0a94d66607dc4c16313

Владелец **Астанина Лариса Викторовна**

Действителен с 06.02.2023 по
06.05.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.08 Диетология

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 43.02.12 Технология эстетических услуг

Москва 2023

Рабочая программа учебной дисциплине
ОП.08 «Диетология» для специальности
среднего профессионального образования:
43.02.12 Технология эстетических услуг.

**ОРГАНИЗАЦИЯ-РАЗРАБОТЧИК: АНО ВО «Московский институт
современного академического образования**

РАЗРАБОТАН:

Рассмотрен и одобрен

Руководитель структурного подразделения Колледж  (Балкиева А.С.)

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины – 4
2. Структура и содержание учебной дисциплины 9
3. Условия реализации учебной дисциплины14
4. Контроль и оценка результатов освоение
учебной дисциплины.....17

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.12. технология косметических услуг.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

Рабочая программа ориентирована на подготовку обучающихся к выполнению требований WorldSkills по компетенции *Технология косметических услуг*.

1.2. Место дисциплины в структуре основной программы

Учебная дисциплина *Диетология* является дисциплиной общепрофессионального цикла, устанавливающей базовые знания для получения профессиональных знаний и умений (включенная в образовательную программу за счет часов вариативной части учебных циклов).

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения дисциплины, обучающийся должен:

- **уметь** распознавать задачу или проблему в профессиональном или социальном контексте; анализировать задачу или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы;

- **уметь** владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

- **уметь** определять актуальность нормативно-правовой

документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;

- **уметь** организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

- **уметь** грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по

профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;

- **уметь** описывать значимость своей специальности;
- **уметь** применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение;
- **уметь** понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;
- **знать** актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- **знать** алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- **знать** номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации;
- **знать** содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования;
- **знать** психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности;
- **знать** особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений;
- **знать** сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности;
- **знать** современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности;
- **знать** правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает формирование общих и профессиональных компетенций.

Общие и профессиональные компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по специальности)
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.
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

Объем образовательной нагрузки - 78 часов, в том числе:

- объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем – 16 часа;
- самостоятельная работа обучающегося - 62 часов;

1.5. Требования к результатам освоения учебной дисциплины при реализации часов вариативной части учебных циклов ППКРС.

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

- распознавать задачу или проблему в профессиональном или социальном контексте; анализировать задачу или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы;

- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);
- определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска
- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;
- организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;
- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;
- описывать значимость своей специальности;
- применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение;
- понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;

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

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации;
- содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные

траектории профессионального развития и самообразования;

- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности;
- особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений;
- сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности;
- современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности;
- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	78
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	16
в том числе:	
практические занятия/лабораторные занятия	9
Самостоятельная работа обучающегося	62
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Изменение № «>» Наименование разделов и тем	20 Содержание учебного материала, лабораторные и (или) практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Современная диетология			
Тема 1.1. История диетологии.	Содержание учебного материала		ОК 01, ОК 02, ОК 03
	1. Теории гигиены питания в современном мире.	1	
	Самостоятельная работа №1 Гигиенические аспекты питания у древних народов и в Средние века. Опыт народной медицины, используемый врачами в диетологии.	2	
Раздел 2. Основы физиологии пищеварения		6	
Тема 2.1. Характеристика пищеварения	Содержание учебного материала	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 9
	1. Типы пищеварения. Пищеварение в ротовой полости и желудке.	1	
	2. Пищеварение в кишечнике.	1	
	Практическое занятие №1. Характеристика ферментов, реализующих пищеварение.	1	
	Самостоятельная работа №2 Роль ученых, разработавших теории пищеварения.	1	
Раздел 3. Научные основы питания человека.			
Тема 3.1. Виды обмена веществ.	Содержание учебного материала	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК 09
	1. Белковый обмен. Потребность человека в белке.	1	
	2. Углеводный обмен. Потребность человека в энергии	1	
	3. Обмен жиров. Индекс массы тела.	1	
	Практическое занятие №2. Определение индекса массы тела.	1	
	Самостоятельная работа № 3.	1	

	Роль печени в метаболизме жиров, белков и углеводов.			
Тема 3.2. Роль витаминов в питании.	Содержание учебного материала		6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК 09, ОК 10
	1.	Классификация витаминов: водорастворимые и жирорастворимые витамины.	1	
	2.	Причины авитаминозов.	1	
	Практическое занятие № 3. Характеристика основных витаминов.		4	
	Самостоятельная работа №4. Роль макро и микроэлементов в питании		2	
Раздел 4. Пищевые продукты и их роль в питании.				
Тема 4.1. Оценка продуктов питания.	Содержание учебного материала		8	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 06, ОК 09
	1.	Систематизация пищевых продуктов по их роли в питании.	1	
	2.	Биологическая и пищевая ценность продуктов. Пирамида питания.	1	
	3.	Энергетическая ценность пищи.	1	
	Практическое занятие № 4. Характеристика молочных продуктов питания.		2	
	Практическое занятие №5. Характеристика яиц и мясных продуктов.		2	
	Практическое занятие № 6. Характеристика рыбных продуктов и морепродуктов.		2	
	Практическое занятие № 7. Определение энергетической ценности пищевого продукта.		1	
	Самостоятельная работа №5. Тепловая обработка продуктов.		3	
	Тема 4.2. Изменение пищевых продуктов при тепловой обработке.	Содержание учебного материала		
1.		Изменения белков, жиров и углеводов при тепловой обработке.	1	
2.		Изменения витаминов, минеральных и красящих веществ при тепловой обработке.	1	
Практическое занятие № 8. Характеристика диетических зерновых продуктов.		2		
Практическое занятие №9. Характеристика сладостей и напитков.		2		

Изменение №

« » 20__ г.

	Первичная обработка продуктов.			
Раздел 5. Особенности приготовления лечебных блюд				
Тема 5.1. Виды щажения желудочно-кишечного тракта.	Содержание учебного материала		ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 06, , ОК 09, ОК 10	
	1.	Технологические приемы, обеспечивающие механическое щажение ЖКТ.		1
	2.	Технологические приемы, обеспечивающие химическое и термическое щажение ЖКТ.		1
Тема 5.2. Специальные диеты.	Содержание учебного материала		9	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 05, ОК 06, ОК 09
	1.	Классификация диет.	1	
	2.	Разгрузочные диеты.	1	
	3.	Вегетарианское питание.	1	
	4.	Раздельное питание.	1	
	5.	Группа крови и питание.	1	
	Практическое занятие № 10. Принципы составления пищевых рационов питания.		4	
	Практическое занятие № 11. Составление рациона питания при ожирении.		2	
	Практическое занятие № 12. Составление рациона питания при сахарном диабете.		2	
	Практическое занятие № 13. Составление рациона питания при заболеваниях ЖКТ.		2	
	Практическое занятие № 14. Составление рациона питания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.		2	
	Практическое занятие № 15. Составление рациона питания для пожилых людей.		2	
	Практическое занятие № 16. Составление рациона питания для детей.		1	
	Самостоятельная работа №7. Особенности обмена веществ при голодании.		3	
	Консультации			
Промежуточная аттестация в форме экзамена				
Объем образовательной нагрузки			78	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебной аудитории
Диетология.

Оснащение учебного кабинета

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- муляжи;
- репродукции;
- персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- проектор;
- аудиовизуальные средства обучения;
- принтер.

3.2. Информационное обеспечение

Основные источники

1. Дмитриев, А. В. Спортивная нутрициология / А. В. Дмитриев, Л. М. Гунина. – 2-е изд. стер. – Москва : Спорт, 2022. – 640 с. :
2. Нутрициология. Электронное издание на основе: Нутрициология : учебник / Л.З. Тель [и др.]. - М. : Литтерра, 2017. - 544 с. : ил. - ISBN 978-5-4235-0255-3. - доступ из ЭБС «Консультант врача»- ЭР

Дополнительные источники

2. Питание здорового ребенка. Питание здорового ребенка : руководство / Р. Р. Кильдиярова. 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 192 с. : ил. - ISBN 978-5-9704-3509-0. - доступ из ЭБС «Консультант врача»- ЭР

Интернет ресурсы

1. Электронная учебная библиотека РостГМУ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://80.80.101.225/oracR>
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://elibrary>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ 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 (освоенные умения, усвоенные знания)	Код ОК, ПК	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Умеет распознавать задачу или проблему в профессиональном или социальном контексте; анализировать задачу или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы;</p>	ОК 01 - 05	тестирование
<p>Умеет владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);</p>	ОК 01 - 05, ОК 0910	Проверка результатов практических работ
<p>Умеет владеть актуальными методами</p>	ОК 01 - 05	тестирование

<p>работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);</p>		
<p>Умеет грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</p>	<p>ОК 01 - 05</p>	<p>проверка результатов практических работ</p>
<p>Умеет понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</p>	<p>ОК 01 - 09</p>	<p>тестирование</p>
<p>Знает актуальный</p>	<p>ОК 01 - 05</p>	<p>тестирование</p>

<p>профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</p>		
<p>Знает алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;</p>	<p>ОК 01 - 05, ОК 09</p>	<p>Решение профессиональных задач</p>
<p>Знает номенклатуру информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации;</p>	<p>ОК 01 - 09</p>	<p>тестирование</p>
<p>Знает содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования</p>	<p>ОК 01-05</p>	<p>Решение профессиональных задач</p>