

Департамент образования и науки Кемеровской области  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Анжеро-Судженский политехнический колледж»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ППОУ АСПК

Д.Ф.Ахмерова

« 30 »

08

20 19 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины УД.18 Гигиена человека  
код, профессия 43.01.09 Повар, кондитер  
курс(ы) 4 № групп(ы) 39

Анжеро-Судженск 2019

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями  
ФГОС СПО профессии 43.01.09 Повар, кондитер

РАССМОТРЕНА

на заседании МК общеобразовательных  
дисциплин

Протокол № 18

от « 21 » 08 \_\_\_\_\_ 20 19 г.

Председатель МК

Б.И. Ю.И. Бурлаченко  
Подпись Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УР

Н.В. Михеева  
« 30 » 08 \_\_\_\_\_ 20 19 г.

Разработчик (и): Пастушенко О.Г., преподаватель

Рецензент (ы): Чистякова Л.И., старший технолог МБУ КДП.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>7</b>
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## УД.18 Гигиена человека

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа УД.18 Гигиена человека является частью ППКРС. Программа разработана с учетом требований ФГОС СПО профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

Рабочая программа учебной дисциплины предназначена для изучения материала с целью реализации образовательной программы среднего общего образования на базе основного общего образования по ППКРС.

Рабочая программа может быть использована другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППКРС на базе основного общего образования.

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

УД.18 Гигиена человека изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППКРС на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, входит в дополнительные учебные дисциплины, предлагаемые профессиональной образовательной организацией.

### 1.3. Цель и задачи освоения дисциплины:

Содержание программы УД.18 Гигиена человека направлено на достижение **цели**: изучение основ гигиены, гигиенических принципов организации здорового образа жизни, формирование научного мировоззрения о роли микроорганизмов, санитарии и гигиены, ознакомление с основами санитарии и гигиены питания как современной комплексной науки о здоровьесбережение.

Содержание программы направлено на решение следующих **задач**:

- изучение взаимодействия организма человека с окружающей средой и влияние на него различных природных и социальных факторов;
- научное обоснование и разработка гигиенических норм, правил и мероприятий, направленных на профилактику заболеваний, укрепление здоровья, продление долголетия.

### 1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

- максимальная учебная нагрузка обучающегося 38 часов, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 36 часов;
- консультации 2 часа.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание УД.18 Гигиена человека направлено на развитие универсальных учебных действий, формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС СОО, а также общих компетенций ФГОС СПО профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

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 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

Результаты освоения УД.18 Гигиена человека в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции ФГОС СПО
<b>личностные:</b>	
-сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания;	ОК1
-сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;	ОК1, ОК2, ОК3
-навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми с образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	ОК4
-готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ОК4, ОК9, ОК10
<b>метапредметные:</b>	
- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;	ОК1, ОК2, ОК3
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	ОК4

- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК9
готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;	ОК9, ОК10
умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;	ОК9
<b>предметные:</b>	
овладение систематическими знаниями в области гигиенических норм, правил и мероприятий, направленных на профилактику заболеваний, укрепление здоровья, продление долголетия.	ОК7
развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: - использовать современные методы дезинфекции технологического оборудования	ОК1, ОК2, ОК3

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	38
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	36
в том числе:	
практическое обучение	36
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	-
в том числе:	
самостоятельная работа над индивидуальным проектом	-
<b>Консультации</b>	2
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

### 3.2. Тематический план и содержание УД.18 Гигиена человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1.1. Основы гигиены питания.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7
	Содержание и задачи гигиены питания. Гигиенические основы питания. Влияние окружающей среды на соблюдение гигиенических требований в питании человека. Роль гигиены питания в условиях соблюдения гигиенических нормативов на предприятиях общественного питания.		
Тема 1.2. Основы рационального питания.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7
	Физиологические нормы питания Режим питания. Эколого-гигиеническая безопасность продуктов питания		
Тема 1.3. Личная гигиена	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7
	Гигиенический уход за кожным покровом и полостью рта. Физическая культура. Оздоровительный эффект физических упражнений. Закаливание. Физиологическая сущность закаливания.		
Тема 1.4. Здоровый образ жизни.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7
	Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни, окружающая среда, генетический фактор, медицинское обслуживание. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, правильное питание, физическая активность, психологический комфорт, отсутствие вредных привычек, личная гигиена, экологическая грамотность		
Тема 1.5. Личная гигиена и гигиена труда	<b>Содержание учебного материала</b>	6	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9
	Личная гигиена и санитарная культура на предприятиях отрасли.		



<p>работников пищевой промышленности и общественного питания.</p>	<p>Гигиеническое значение регулярного ухода за кожей, полостью, рта, руками. Характеристика санитарной одежды, правила ее ношения и хранения. Периодичность медицинских обследований. Виды заболеваний (бактерионосительство) препятствующие допуску к работе на предприятиях отрасли. Профилактические прививки работникам пищеблоков. Санитарная грамотность работников. Личная санитарная книжка работника. Обучение санитарно-техническому минимуму. Гигиенические основы труда на предприятии общественного питания.</p> <p>Труд и его влияние на здоровье. Понятие о профессиональных вредностях. Профилактика травматизма на предприятиях общественного питания. Санитарные мероприятия по предупреждению микротравм, гнойничковых и прочих заболеваний в горячих, заготовочных и других цехах.</p> <p>Цели и задачи санитарно-пищевого надзора. Виды надзора (предупредительный и текущий), санитарный контроль пищевых объектов (экспертиза продуктов, бактериологический контроль режима производства и др.). Документы, регламентирующие санитарную доброкачественность пищевых продуктов .</p>		
<p><b>Тема 1.6</b> Санитарный режим на предприятиях отрасли.</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Способы и средства уборки производственных, торговых и бытовых помещений. Периодичность уборки, маркировка уборочного инвентаря, а также санитарные требования, предъявляемые к мытью и хранению уборочного инвентаря.</p> <p>Санитарные требования, предъявляемые к мытью и обеззараживанию посуды, оборудования, инвентаря.</p> <p>Гигиеническая оценка моющих средств. Цель, методы и средства дезинфекции. Характеристика физических и химических методов уничтожения микрофлоры. Характеристика хлорсодержащих препаратов, способы приготовления, сроки и условия хранения.</p> <p>Порядок проведения дезинфекции помещений, посуды, инвентаря и оборудования. Лабораторный контроль за эффективностью обработки оборудования и посуды.</p> <p>Профилактические мероприятия в борьбе с мухами, тараканами и др. Эпидемиологическое значение грызунов, а также методы их истребления (механические, химические и биологические). Профилактическое значение содержания в чистоте помещений и территории предприятия. Оценка новых</p>	<p>4</p>	<p>ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9</p>

	дератизационных средств		
<b>Тема 1.7.</b> Пищевые инфекции и отравления, меры по их предупреждению. Глистные заболевания, их профилактика	<b>Содержание учебного материала</b> Общие понятия об инфекционных заболеваниях и закономерностях их распространения. Условия возникновения, распространения и профилактика инфекционных заболеваний. Эпидемиологическая роль продуктов питания в передаче кишечных инфекций и пищевых отравлений. Эпидемиологическая характеристика кишечных инфекций: брюшной тиф, дизентерию, холеру, паратиф. Источники инфекции, пути передачи инфекции. Профилактика возникновения заболеваний, роль личной гигиены и санитарного режима на предприятии. Классификация пищевых отравлений. Меры по предупреждению отравлений пищевыми продуктами, обработанными ядохимикатами. Глистные заболевания (геогельминтозы и биогельминтозы) и их профилактика. Биологическая особенность развития гельминтов.	4	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10
<b>Тема 1.8.</b> Санитарногигиеническая оценка пищевых продуктов и их эпидемиологическое значение.	<b>Содержание учебного материала</b> Санитарная охрана продуктов питания. Методы санитарногигиенической оценки пищевых продуктов (органолептический, химический, бактериологический и биологический). Гигиена мяса и мясных продуктов. Эпидемиологическое значение этих продуктов в передаче пищевых отравлений, глистных инвазий, зоонозов. Проведение профилактических мероприятий, предотвращающих заболевания людей. Способы правильного хранения мясных продуктов. Санитарная оценка яиц и яичных продуктов. Эпидемиологическое значение рыбы и рыбных продуктов в передаче пищевых отравлений, глистных инвазий. Санитарные требования, предъявляемые к свежей, соленой, мороженой и копченой рыбе. Условия хранения рыбной продукции. Заболевания человека, вызванные употреблением рыбы, зараженной гельминтами. Гигиеническая характеристика молока и молочных продуктов. Эпидемиологическая опасность молока и молочных продуктов, загрязненных микробами. Бактериологические показатели качества молока и молочных продуктов, а также санитарные требования, предъявляемые к ним. Гигиеническая оценка овощей, фруктов, и ягод. Санитарная оценка консервов и пресервов. Гигиеническая оценка зерновых продуктов.	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10

<p><b>Тема 1.9.</b> Санитарные требования к транспортировке пищевых продуктов, к их приемке и хранению</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Санитарные требования, предъявляемые к транспортировке пищевых продуктов. Транспортные средства, предназначенные для этой цели. Правила мытья и способы дезинфекции транспорта. Санитарные требования, предъявляемые к содержанию складских помещений, холодильного оборудования. Санитарные требования, предъявляемые к приемке и хранению пищевых продуктов.</p>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10
<p><b>Тема 1.10.</b> Санитарные требования к механической и тепловой кулинарной обработке продуктов</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Физиологическое и санитарногигиеническое значение кулинарной обработки пищи. Санитарные требования, предъявляемые к первичной обработке продуктов (мяса, рыбы, овощей). Правила размораживания замороженных изделий из мяса, рыбы. Эпидемиологическая опасность нарушения правил первичной обработки мяса, рыбы, овощей. Санитарные требования, предъявляемые к тепловой обработке пищевых продуктов.</p>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10
<p><b>Тема 1.11.</b> Санитарные требования к качеству и условиям реализации готовой продукции</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Требования к качеству и условиям реализации готовой продукции. Санитарные правила раздачи горячих блюд, холодных блюд, напитков. Санитарные требования к хранению и реализации оставшейся пищи (в исключительных случаях); перечень блюд, которые запрещается оставлять на следующий день. Санитарные правила обслуживания посетителей, доставки готовой пищи и кулинарной продукции в буфеты, раздаточные. Производственный контроль условий реализации, качества и безопасности продукции предприятий питания</p>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10
<p><b>Тема 1.12.</b> Гигиенические требования к организации питания различных групп населения</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Санитарно-гигиенические требования к организации питания в детских дошкольных учреждениях, школах, детских домах, местах летнего отдыха детей.</p>	2	ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК7, ОК9, ОК10
<p><b>Дифференцированный зачет</b></p>		2	
<p><b>Консультация</b></p>		2	

<b>Bcero:</b>	38	
---------------	----	--

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Материально-техническое обеспечение реализации программы

Для реализации программы УД.18 Гигиена человека имеется учебный кабинет. Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

#### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- шкафы для хранения учебно-методической документации и наглядных пособий;
- классная доска;

#### **Учебно-методические средства обучения:**

- учебно-методический комплекс преподавателя

#### **Технические средства обучения:**

При необходимости занятия проводятся в мультимедийной аудитории, компьютерном классе, где установлены компьютеры с лицензионным программным обеспечением, интерактивная доска и мультимедийный проектор.

### 4.2. Информационное обеспечение реализации программы

#### 4.2.1. Основные источники

1. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454420>
2. 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, 2019. — 187 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12965-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448654>

#### **Нормативно-правовые документы:**

1. СП 2.3.6.1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья (с изменениями на 10 июня 2016 года).
2. СанПиН 2.4.5.2409-08 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования.
3. СанПиН 3.5.2.1376-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации и проведению дезинсекционных мероприятий против синантропных членистоногих».
4. СП 3.5.3.1129-02. «Санитарно-эпидемиологические требования к проведению дератизации»
5. СП 3.5.1378-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации и осуществлению дезинфекционной деятельности»

#### 4.2.2. Дополнительные источники

1. Донченко, Л. В. Безопасность пищевой продукции. В 2 ч. Часть 1 : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Донченко, В. Д. Надыкта. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2017. — 264 с. — (Профессиональное образование). // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL <https://biblio-online.ru/book/bcode/452385>

2. Донченко, Л. В. Безопасность пищевой продукции. В 2 ч. Часть 2 : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Донченко, В. Д. Надыкта. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2017. — 161 с. — (Профессиональное образование). // ЭБС Юрайт [сайт].- URL <https://biblio-online.ru/book/bcode/452385>

#### **4.2.3. Интернет-ресурсы**

Официальный сайт компании «Консультант Плюс»—Москва.—  
URL:<http://www.consultant.ru>