

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение
«Мамадышский политехнический колледж»
(ГАПОУ «Мамадышский ПК»)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по ТО
Файзреева В.В.

«25» августа 2020 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
по учебной дисциплине
ОП 02. Физиология питания
по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания

2020г

Фонд оценочных средств разработан на основе рабочей программы учебной дисциплины ОП 02. Физиология питания и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2014 года №384)

Обсуждена и одобрена на заседании предметно-циклической комиссии: мастеров п/о и преподавателей профессиональных дисциплин

Разработала преподаватель:

 В.Е.Вахрушева

Протокол № 1
«27 » апреля 2020 г.

Председатель ПЦК Г.Л.Ломака

I. Паспорт комплекта контрольно - оценочных средств

1. Область применения комплекта оценочных средств

Комплект оценочных средств предназначен для оценки результатов освоения профессионального цикла (для СПО) учебной дисциплины «Физиология питания» по специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания».

Результатом освоения учебной дисциплины «Физиология питания» профессионального цикла является готовность обучающегося к выполнению вида профессиональной деятельности по специальности «Технология продукции общественного питания».

Формой аттестации по учебной дисциплине «Физиология питания» является дифференцированный зачет.

2. Сводные данные об объектах оценивания, основных показателях оценки, типах заданий, формах аттестации

Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины.

В ходе освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь:

- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов;
- рассчитывать энергетическую ценность блюд;
- составлять рационы питания для различных категорий потребителей;

знать:

- роль пищи для организации человека;
- основные процессы обмена веществ в организме;
- суточный расход энергии в организме человека;
- состав, физиологическое значение, энергетическую и пищевую ценность различных продуктов питания;
- роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания;
- физико – химические изменения пищи в процесс пищеварения;
- усвояемость пищи, влияющие на неё факторы;
- понятие рациона питания;
- суточную норму потребности человека в питательных веществах;
- нормы и принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;
- физиологическое значение питательных веществ в развитии детского организма, их суточные нормы;
- особенности питания беременных и кормящих матерей;
- особенности питания пожилых и старых людей;
- назначение лечебного и лечебно – профилактического питания;
- характеристики основных диет, их энергетический и химический состав;
- методики составления рационов питания.

3. Типы заданий

Типы заданий	Краткая характеристика	Возможности использования
Задания для проведения промежуточной аттестации по	Такие задания могут использоваться при проведении всех форм промежуточной аттестации: экзаменов и дифференцированных зачётов по	

принципу «здесь и сейчас»	<p>дисциплинам, междисциплинарным курсам, зачётов и дифференцированных зачётов по практике, экзамена по профессиональному модулю.</p> <p>Один и тот же тип задания (теоретическое задание, практическое задание) может использоваться для оценивания разных результатов значения (объектов оценки), при этом могут меняться условия его выполнения (включая необходимые временные параметры) и степень надёжности задания.</p>	
Теоретическое задание, направленное на:	Задания на усвоение теоретических понятий предполагают решение в одно или два действия, например:	Аттестация по учебной дисциплине или междисциплинарному курсу
<ul style="list-style-type: none"> - проверку усвоения теоретических понятий, понимания научных основ профессиональной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - тестовые задания с выбором ответа в закрытой форме, на установление соответствия в закрытой форме или на установление правильной последовательности в закрытой форме; - простые вопросы с коротким ответом; - несложные задания по воспроизведению текста и др. 	
<ul style="list-style-type: none"> - проверку готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию, а также на проверку сформированности когнитивных умений; 	<p>При проверке когнитивных умений (знаний) задания могут потребовать от аттестуемого проведения интеллектуальных действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - по разделению информации на взаимозависимые части, выявлению взаимосвязей между ними, осознанию и объяснению принципов организации целого и т.п. (анализ); - по интерпретации результатов, творческому преобразованию информации из разных источников, созданию гипотезы, системного структурирования новой информации, объясняющей явление или событие (синтез); - по оценке значения объекта/явления для конкретной цели, определению и высказыванию суждения о целостности идеи/метода/теории на основе проникновения в суть явлений и их сравнения, и т.п. (оценка); - по привлечению информации и интеллектуальных инструментов одной дисциплины для решения проблемы, поставленной в рамках другой (комплексное, в том числе междисциплинарное задание). 	

- проверку освоения умений	Задание на проверку умений предполагает решение типовых учебных, ситуационных, учебно – профессиональных задач, не требующих особых условий проведения аттестации.	
----------------------------	--	--

4. Показатели и критерии оценки усвоения

4.1. Показатели и критерии

Показатели усвоения знаний должны содержать описание действий, отражающих работу с информацией, выполнение различных мыслительных операций: воспроизведение, анализ, сравнение, оценка и др.

Показатели освоения знаний можно формулировать, используя таксономию Б. Блума, в частности те требования, которые в этой таксономии соответствуют уровням: «знание», «понимание», «анализ», «синтез», «оценка».

Ниже приведены примеры глагольных форм, предлагаемых Б. Блумом. Формулируя показатели, глаголы следует заменять отглагольными существительными, например: перечислять – перечисление; описывать – описание и т.п.

Уровни в таксономии Б. Блума	Глаголы для формулировки показателей
Знание	Систематизировать, собирать, определить, описать, воспроизвести, перечислить, назвать, представить, сформулировать, сообщить, перечислить, изложить
Понимание	Сопоставить, установить различия, объяснить, обобщить, переформулировать, сделать обзор, выбирать, перефразировать, переводить, дать примеры
Анализ	Анализировать, дифференцировать, распознавать, разъединять, выявлять, иллюстрировать, намечать, указывать, устанавливать (связь), отобрать, отделять, подразделять, классифицировать, сравнивать
Синтез	Категоризировать, соединять, составлять, собирать, создавать, разрабатывать, изобретать, переписывать, подытоживать, рассказывать, сочинять, систематизировать, изготавливать, управлять, формализовать, формулировать, находить решение, описывать, делать выводы
Оценка	Оценить, сравнить, сделать вывод, противостоять, критиковать, проводить, различать, объяснять, обосновывать, истолковывать, устанавливать связь, подытоживать, поддерживать

Критерии оценки усвоения знаний представляют собой правила определения численной и/или вербальной оценки при сравнении результатов действий, демонстрируемых (полученных) аттестуемым, с эталонными (заданными, планируемыми) параметрами по показателям оценки результата. Критерии могут содержать указание на требуемую полноту информации, точность её воспроизведения, аргументированность и обоснованность анализа и оценки, а также на допустимые отклонения от эталона.

4.2. Показатели и критерии

Показатели освоения умений обычно содержат требования к выполнению отдельных действий и/или операций. Для формулировки показателей освоения умений можно использовать образцы: *расчёт, разработка, вычисление, построение. Показ, решение, подготовка, поиск и выбор и т.п.*

Критерии оценки освоения умений будут представлять собой, как и в случае оценки усвоения знаний, правила определения численной и/или вербальной оценки при сравнении результатов действий, демонстрируемых (полученных) аттестуемым, с эталонными (заданными, планируемыми) параметрами по показателям оценки результата.

II. Комплект контрольно – оценочных средств.

1. Макет комплекта оценочных средств.

Результаты (объекты оценивания)	Основные показатели оценки результата и их критерии	Тип задания; № задания	Форма аттестации (в соответствии с учебным планом)
знать: - роль пищи для организма человека; - роль питательных и минеральных веществ, витаминов, микроэлементов и воды в структуре питания; - суточную норму потребности человека в питательных веществах.	- знание, понимание значения питания в жизнедеятельности организма человека; - знание. Понимание, объяснение роли белков в структуре питания, их классификации, функций, суточной нормы потребности; - знание, понимание, объяснение роли жиров в структуре питания, классификации жиров пищи, суточной нормы потребности; - знание, понимание, объяснение роли углеводов в структуре питания, классификации, суточной нормы потребности; - знание, понимание,	Собеседование Контрольная работа № 1	Дифференцированный зачёт Контрольные задания по вариантам

	<p>объяснение роли витаминов, минеральных веществ. Воды в структуре питания, классификации, суточной нормы потребности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определение физиологических функций витаминов и минеральных веществ продовольственных товаров; - знание, классификация пищевых добавок, их роль в сохранении потребительских свойств продуктов; - определение и расшифровка функций пищевых добавок в маркировке продовольственного товара. 	Задание ЛПЗ	Рабочая тетрадь Оценка
	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физико – химические изменения пищи в процессе пищеварения; - усвояемость пищи, влияющие на неё факторы. 	<p>- знание, понимание значения пищеварительной системы человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснение процесса всасывания пищевых веществ; - понимание процесса усвояемости пищи; - выявление факторов, влияющих на усвояемость пищи. 	Собеседование
	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные процессы обмена веществ в организме; - суточный расход энергии в организме 	<p>- знание, понимание обмена веществ (метаболизма) как процессов ассимиляции и диссимиляции и их взаимосвязь.</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснение 	Контрольная работа № 2

человека.	значения пищи как источника энергии для человека; - описание общих энергозатрат, их структуры и характеристики; - знание суточного расхода энергии, описание компонентов.		
уметь: - рассчитывать энергетическую ценность блюд	- расчёт суточных энергозатрат человека; - расчёт калорийности пищи в % доле основных пищевых веществ; - расчёт количества пищи, необходимое для получения 100 ккал, 200 ккал, 500 ккал.	Задача № 1 ЛПЗ Задача № 2 ЛПЗ Задача № 3 ЛПЗ	Рабочая тетрадь Оценка Рабочая тетрадь Оценка Рабочая тетрадь Оценка
знать: - состав, физиологическое значение и пищевую ценность различных продуктов питания.	- знание, понимание, объяснение состава и физиологической ценности молочных продуктов, их энергетической и пищевой ценности; - знание, понимание, объяснение состава и физиологической ценности мясных. Рыбных, яичных, растительных белоксодержащих продуктов, характеристика их энергетической и пищевой ценности; - знание, понимание, объяснение состава и физиологической ценности продуктов из зерна, характеристика их энергетической и пищевой ценности;	Контрольная работа № 3	Контрольные задания по вариантам

	<p>- знание, понимание, объяснение состава и физиологической ценности овощей и фруктов, жиров, масел, сахара и сладостей, характеристика их энергетической и пищевой ценности;</p> <p>- знание, понимание изменения пищевой ценности продуктов при тепловой обработке;</p> <p>- определение информации о пищевой и энергетической ценности продукта в маркировке товара.</p>	<p>Опрос</p> <p>Задание ЛПЗ</p>	<p>Рабочая тетрадь Оценка</p>
уметь:	<p>- проводить органолептическую оценку качества пищевого сырья и продуктов</p>	<p>- анализ качества овощей по органолептическим показателям в соответствии с нормативной документацией:</p> <p>ГОСТ 7194-81 Картофель свежий. Правила приёмки и методы определения качества.</p> <p>ГОСТ 26 766-85 Свёкла столовая свежая</p> <p>ГОСТ 27 166-86 Лук репчатый свежий реализуемый</p> <p>- расчёт пищевой ценности разного количества овощей и фруктов</p>	<p>Задание ЛПЗ</p>
знать:	<p>- понятие рациона питания;</p> <p>- нормы и</p>	<p>- знание, понимание рациона питания и методики составления по</p>	<p>Задача № 4 ЛПЗ</p> <p>Рабочая тетрадь Оценка</p>

<p>принципы рационального сбалансированного питания для различных групп населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологическое значение питательных веществ в развитии детского организма; - особенности питания беременных и кормящих матерей; - особенности питания пожилых и старых людей; - назначение лечебного и лечебно – профилактического питания; - характеристики основных диет, их энергетический и химический состав; - методики составления рационов питания; 	<p>пищевой и энергетической ценности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание, объяснение норм и принципов рационального сбалансированного питания для различных групп населения; - понимание, установление различий в особенностях норм питания детей и подростков, пожилых и старых людей, беременных и кормящих матерей; - знание, понимание задач и принципов построения лечебного и лечебно – профилактического питания; - называние основных видов диет с характеристикой их пищевой и энергетической ценности; 	<p>Собеседование</p> <p>Контрольная работа № 4</p>	<p>Контрольные задания по вариантам</p>
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять рационы питания для различных категорий потребителей 	<ul style="list-style-type: none"> - разработка рационов питания для различных категорий потребителей; - защита реферата «Соблюдение здорового образа жизни с точки зрения физиологии питания» 	<p>Задача № 5 ЛПЗ</p> <p>Реферат</p>	<p>Рабочая тетрадь Оценка</p> <p>Реферат Оценка</p>

2. Перечень оценочных средств

2.1. Контрольные работы (по вариантам)

Контрольная работа № 1

I вариант

1. Роль белков в структуре питания. Классификация. Суточная норма потребности.
2. Роль витаминов, минеральных веществ, воды в жизнедеятельности организма. Классификация витаминов, минеральных веществ.

II вариант

1. Классификация жиров пищи. Значение насыщенных и ненасыщенных жирных кислот в структуре питания. Суточная потребность.
2. Классификация углеводов. Роль углеводов в структуре питания. Суточная потребность.

Контрольная работа № 2

I вариант

1. Процесс обмена веществ и энергии в организме, их взаимосвязь.
2. Общие энергозатраты, структура, характеристика

II вариант

1. Пища как источник энергии.
2. Суточный расход энергии, характеристика компонентов.

Контрольная работа № 3

I вариант

1. Физиологическая ценность молочных продуктов, характеристика пищевой и энергетической ценности.
2. Овощи и фрукты, характеристика пищевой и энергетической ценности.

II вариант

1. Мясные продукты. Виды. Характеристика пищевой и энергетической ценности.
2. Физиологическая ценность продуктов из зерна, характеристика пищевой и энергетической ценности.

Контрольная работа № 4

I вариант

1. Рациональное, сбалансированное питание, его нормы и принципы.
2. Лечебное питание. Виды основных диет, характеристика пищевой и энергетической ценности.

Пвариант

1. Лечебно – профилактическое питание, назначение, рационы питания.
2. Особенности питания детей и подростков, пожилых и старых людей, беременных и кормящих матерей.

2.2.Разноуровневые задачи и задания

а) репродуктивного уровня

- определение физиологических функций витаминов и минеральных веществ продовольственных товаров;
- определение и расшифровка функций пищевых добавок в маркировке продовольственного товара;
- определение информации о пищевой и энергетической ценности продукта в маркировке товара.

б) реконструктивного уровня

2.2.1.б.Решение задач.

Задача № 1

Рассчитать суточные энергозатраты мужчины 20 лет. Масса тела 70 кг, студент колледжа, ежедневно выполняющий утреннюю гимнастику, если известно, что $BOO=15,3 \times M$ (масса тела) + 679. Установление формулы суточных энергозатрат, используя таблицы и расчёты.

Формула суточных энергозатрат $BOO+ (1,51-1) - BOO + 10\% (1,51 \times BOO)$

Ответ: 2900 ккал

Задача № 2

Расчёт калорийности пищи в процентной доле основных пищевых веществ в маркировке товара.

1. Расчёт энергетической ценности основных пищевых веществ продукта с использованием коэффициента энергетической ценности.
2. Расчёт калорийности продукта с использованием пропорции в % доле основных пищевых веществ и сравнение с энергетической ценностью полноценного продукта питания - белок 12%, жир 30%, углеводы 58%

Задача № 3

Расчёт количества пищи, необходимое для получения 100 ккал, 200 ккал, 500 ккал. Определение числа порций привычных продуктов питания (огурец, морковь, капуста, кефир, куриная ножка, картофель, сыр, творог, сосиски и др.) для получения 100 ккал, 200 ккал, 500 ккал. Оформление расчетов в виде таблицы.

Задача № 4

Расчёт пищевой ценности разного количества овощей и фруктов в 500 г съедобной части продукта, определение лидеров среди овощей и фруктов по содержанию витамина С, В – картофина, фолиевой кислоты, пищевых волокон.

Оформление расчетов в таблицу.

Задача № 5

Составление рационов питания для различных категорий потребителей с использованием нескольких таблиц и расчётов пищевой и энергетической ценности по группам труда для мужчин и женщин.

Оформление расчётов суточного рациона питания по продуктам, их количестве, пищевой, энергетической ценности в виде таблицы.

2.2.26 Задания на анализ, синтез, оценку.

Задание на анализ и оценку качества овощей по органолептическим показателям в соответствии с требованиями НТД.

2.3.Рабочая тетрадь

Дидактический комплекс, предназначенный для самостоятельной работы обучающегося и позволяющий оценивать уровень усвоения им учебного материала по теме задания.

2.4.Собеседование, опрос

Средство контроля, организованное как специальная база преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной и рассчитанное на выяснение знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме.

2.5.Реферат.

Продукт самостоятельной работы учащегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа, определенной научной (учебно – исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения. А также собственные взгляды на неё.

Тема реферата: «Соблюдение здорового образа жизни с точки зрения физиологии питания».

Оценка за реферат: средний балл из оценок по 5-ти бальной шкале: 1) срок сдачи 2) содержание реферата 3) оформление реферата 4) защита реферата

3. Перечень раздаточного материала для выполнения заданий
1. ГОСТ 71 94-81 Картофель свежий. Правила приёмки и методы определения качества.
2. ГОСТ 26 766-85 Свёкла столовая свежая.
3. ГОСТ 27 166-86 Лук репчатый свежий реализуемый
4. Таблица с видами пищевых добавок.
5. Таблица с видами витаминов в продуктах питания, их воздействием на организм человека.
6. Таблица с видами минеральных веществ в продуктах питания, их воздействием на организм человека.
7. Таблица для определения суточных энергозатрат с использованием факторного анализа

8. Таблица количества пищи, необходимое для получения 100 ккал и количество калорий в привычных порциях пищи.
9. Таблица пищевой ценности овощей и фруктов в 100 г съедобной части продукта.
10. Таблица с нормами физиологических потребностей для взрослого населения (в день).
11. Таблица химического состава (г) и энергетической ценности (ккал) 100 г съедобной части продуктов.
12. Пирамида здорового питания.
13. Этикетки с маркировкой продовольственных товаров.