



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра Подготовки педагогов профессионального обучения и предметных методик

**Рабочая тетрадь как средство обучения студентов профессиональной
образовательной организации**

Выпускная квалификационная работ
по направлению: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)
Направленность (профиль): Производство продовольственных продуктов
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:
93,98 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
«04» 09 2021 г.
Зав. кафедрой ПППО и ПМ
_____ Корнеева Н.Ю.

Выполнил(а):
Студент(ка) группы ЗФ-509-083-5-1
Юшкова Анна Сергеевна

Научный руководитель:
К.т.н., доцент кафедры ПППОиПМ
Ногина Анна Александровна

Челябинск
2021

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Теоретические аспекты разработки рабочей тетради по дисциплине профессионального цикла	10
§ 1.1 Основные понятия, классификации и функции рабочей тетради	10
§ 1.2 Понятие «дидактические средства обучения», их виды, назначение и основные функции	14
§ 1.3 Основные требования к разработке и применению рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации	23
Выводы по 1-ой главе	28
Глава 2. Опытно-практическая работа по разработке рабочей тетради	29
§ 2.1 Характеристика базы исследования	29
§ 2.2 Разработка рабочей тетради по дисциплине профессионального цикла	32
§ 2.3 Анализ эффективности применения рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации	44
Выводы по 2-ой главе	47
Заключение	48
Список использованных источников	49
Приложения	52

ВВЕДЕНИЕ

Усовершенствование образования в учреждениях, осуществляющих профессиональное обучение и профессиональную подготовку в настоящее время, связано с осуществлением компетентного подхода. Различие компетентного подхода от традиционного – это преобразование в системе оценивания результатов освоения основной профессиональной образовательной программы. При переключении на компетентно – ориентированные рабочие программы дисциплин, изменяется назначение оценивания: от оценивания для контроля, обращаются к оцениванию для определения направления улучшения образовательного процесса.

Способность к социальной адаптации в условиях рыночных отношений, компетентность в профессиональной области, способность к самообучению, повышению квалификации – достаточно высокие требования к профессиональным знаниям и умениям будущих специалистов и их личностным качествам предъявляет Государственный стандарт в новых социально-экономических условиях страны. Поэтому, задачей учебного заведения является подготовка высококвалифицированных специалистов, пользующихся спросом на современном производстве, умеющих адаптироваться к изменяющимся условиям рынка труда.

Повышению уровня образования во многом способствует правильный подбор средств обучения, которые должны обладать функциями наглядности, обеспечивающей осознанность и осмысление обучающимися (студентами) воспринимаемой информации, формирование представлений и понятий.

В последнее время деятельность педагога, по формированию новых знаний и умений, не возможна без средств организации познавательной деятельности обучающихся (опорных сигналов, структурно – логических средств, листов рабочей тетради, обобщённых алгоритмов решения задач и т.д.). Данные средства позволяют повысить производительность учебной

деятельности, развить творческие способности обучающихся (студентов), увеличить объёмы учебной информации, повысить культуру педагогического труда.

Для преподавателя преобладающими источниками знаний о ходе усвоения обучающимися (студентами) профессиональных знаний и умений являются опрос и различного рода проверочные работы. Опрос, обычно, требует не малых затрат времени, и по отношению к каждому обучающемуся (студенту) носит эпизодический характер. Выполняя проверку контрольных работ, преподаватель, преимущественно, имеет дело с результатами мыслительной деятельности обучающегося (студента) и не имеет возможности проникнуть в сам процесс этой деятельности. Обеспечить успешное пооперационное развитие мыслительных процессов возможно при разработке средств пооперационного контроля за течением этих процессов. Одним из таких средств и являются рабочие тетради.

Своеобразие особых типов заданий – упражнений состоит в том, что, выполняя данные задания, обучающиеся (студенты) разделяют весь процесс мышления на отдельные операции. По большей части задания строятся, таким образом, что обучающийся (студент), производя все операции, выстраивает чёткий алгоритм действий. При неверном ответе выполнение последующего задания может вызвать сомнения в предыдущем ответе у самого обучающегося (студента), и, конечно, он будет замечен педагогом. Обучающемуся (студенту) это даёт возможность переосмыслить ответ и попробовать найти ошибку самостоятельно; если этого не произошло, то исправления вносятся преподавателем или обучающимся (студентом) вместе с ним.

Самостоятельная работа обучающегося (студента) является неотъемлемой частью его учебной деятельности наравне с аудиторными занятиями, она содействует лучшему усвоению материала, развитию творческого мышления и поисковых навыков, что в итоге приводит к активизации всего учебного процесса. Продуктивность самостоятельной

работы в процессе обучения во многом зависит от условий ее организации, от содержания и характера знаний, логики их изложения, от взаимосвязи имеющихся и предполагаемых знаний, от содержания такого вида самостоятельной работы, от качества достигнутых обучающимся (студентом) результатов в ходе выполнения этой данной работы. Конечно, кроме практической значимости, самостоятельная работа имеет не малое воспитательное значение: она вырабатывает самостоятельность не только как комплекс конкретных умений и навыков, но и как черту характера, играющую важную роль в структуре личности современного специалиста.

От обеспеченности разнообразными средствами обучения зависит результат образовательного процесса. В современном мире невозможно представить себе преподавателя, который в своей работе использует только учебник. Каждый педагог, заинтересованный в успешном освоении обучающимися (студентами) дисциплины, будет максимально использовать различные дидактические средства обучения, усилив тем самым наглядность и доступность изучаемого материала.

Для каждого конкретного случая необходима собственная система средств обучения. Дидактическое обеспечение – предметная поддержка учебного процесса, которая представляет собой совокупность ряда ресурсов. Среди этих ресурсов можно выделить: учебники, сборники заданий, справочники, рабочие тетради, демонстрационные и раздаточные пособия, всевозможные наглядные пособия, презентации, учебные фильмы, тесты, компьютерные программы.

Продуктивным способом становления профессиональной компетентности будущих выпускников образовательных учреждений является использование рабочих тетрадей, содействующих организации повторения, закрепления, обобщения и систематизации знаний обучающихся (студентов), формирования у них особых умений по дисциплине.

Рабочие тетради представляют собой особый жанр учебной литературы. Это разновидность учебного пособия с печатной основой,

содержащие задания для самостоятельной работы в нем обучающихся (студентов).

Использование рабочей тетради в обучении модифицирует качество образования, повышает продуктивность учебного процесса на основе его индивидуализации, появляется возможность исполнения перспективных методов обучения, формирует у обучающихся (студентов) навыки самостоятельной работы и самоконтроля, развивает мышление, активизирует учебно – познавательную деятельность. Сложность проектирования уроков заключается в том, что программ специального целевого дидактического назначения для уроков мало, и преподавателю приходится использовать в основном те, которые предлагаются для широкого круга пользователей (электронные энциклопедии, справочники) или программы для профессиональной подготовки (компьютерные учебники, моделирующие среды) и приспособлять их к определенным условиям.

Рациональной организации учебного времени и учебной работы обучающихся (студентов) способствует использование рабочих тетрадей. Упражнения, данные в рабочих тетрадях, должны быть специально подобраны, для обеспечения продуктивной и активной работы обучающегося (студента) в аудитории и дома.

Актуальность использования рабочей тетради заключается в лучшей комбинации содержания информационной подготовки обучающихся (студентов) с возможностью определить направление движения создания мыслительной деятельности. Рабочие тетради используют для текущего контроля знаний и умений обучающихся (студентов) использовать знания при разрешении учебных задач.

Выделяют следующие дидактические возможности рабочих тетрадей:

- индивидуализация учебного процесса;
- оперативное предъявление обучающимся (студентам) заданий для выполнения упражнений, самостоятельных и контрольных работ;

– наличие необходимых технико-технологических сведений, рекомендаций и указаний по выполнению заданий, а в некоторых случаях и ответов на задачи.

Цель рабочей тетради – обеспечить пооперационное развитие мыслительных процессов, способствовать повышению продуктивности обучения студентов и уровня их творческого развития.

Внедрение рабочей тетради в практику учебного процесса должно решать следующие задачи:

- продолжение развития мышления у обучающихся (студентов);
- более прочное усвоение теоретических знаний;
- приобретение практических умений и навыков решения не только типовых, но и развивающих, творческих заданий;
- контроль за ходом обучения обучающихся (студентов) конкретной учебной дисциплине (профессиональному модулю);
- формирование у обучающихся (студентов) умений и навыков самоконтроля.

Таким образом, рабочие тетради при соблюдении необходимых условий их применения повышают эффективность занятий и поднимают процесс обучения на качественно новый уровень.

Но, не смотря на все преимущества применения рабочих тетрадей в учебном процессе, они не получили широкого применения, особенно в системе профессионального образования, в свободной продаже рабочие тетради практически не встречаются.

Отсюда вытекает неоспоримо актуальная тема исследования: «Рабочая тетрадь как дидактическое средство обучения студентов профессиональной образовательной организации».

Цель работы – на основе теоретического анализа литературы разработать рабочую тетрадь по дисциплине профессионального цикла и применить данное дидактическое средство для обучения студентов профессиональной образовательной организации.

Объектом выпускной квалификационной работы является применение рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации.

Предмет – разработка и применение рабочей тетради как дидактического средства по дисциплине профессионального цикла.

Исходя из проблемы, цели исследования, выдвинутой гипотезы были определены следующие **задачи**:

1. Изучить исторические основы появления рабочей тетради
2. Выявить основные понятия, классификации и функции рабочей тетради
3. Обосновать основные требования к разработке и применению рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации
4. Раскрыть методики применения рабочей тетради
5. Разработать рабочую тетрадь по дисциплине профессионального цикла
6. Применить рабочую тетрадь в условиях профессиональной образовательной организации
7. Проанализировать эффективность применения рабочей тетради по дисциплине профессионального цикла.

В работе использовались следующие **методы исследования**: анализ теоретической литературы, нормативных и методических документов и материалов, регулирующих профессиональное обучение в учебном заведении профессиональной образовательной организации; изучение методических разработок педагогов профессионального обучения, учебно-программной и планирующей документации по дисциплинам профессионального цикла; методы педагогического проектирования, методы логического конструирования содержания предмета, методы проектирования учебных задач и заданий, методы контроля результатов обучения дисциплины.

База исследования: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли».

Практическая значимость исследования состоит в разработке и апробации в образовательном процессе рабочей тетради по дисциплине, с целью повышения уровня профессиональной подготовки обучающихся (студентов) профессиональной образовательной организации.

Структура работы включает в себя введение, основную часть (две главы), заключение, библиографический список, приложение.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗРАБОТКИ РАБОЧЕЙ ТЕТРАДИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА

§ 1.1 Основные понятия, классификации и функции рабочей тетради

При изучении литературы по теме исследования были обозначены следующие понятия:

Профессиональный цикл – это совокупность предметов, обеспечивающих подготовку непосредственно по профессии: специальные предметы, производственное обучение, производственная практика. В соответствии с ориентацией на подготовку рабочих широкого профиля профессиональный цикл делится на две части (курсы), одна из которых отражает общее содержание обучения для всех специальностей профессии (базовый курс), а другая – содержание, дифференцированное по конкретным специальностям профессии (специальный курс).

Дисциплина (учебная) – это структурная единица учебного плана специальности (направления), представляющая собой логически завершённый раздел знаний, изучаемых в пределах какой-либо программы обучения. Логически завершённый раздел знаний, изучаемый в пределах какой-либо программы обучения в пределах одного периода (семестра, триместра, четверти).

Рабочая тетрадь – особый жанр учебной литературы, призванный активизировать учебно – познавательную деятельность обучающихся. Это современное учебное пособие, имеющее особый дидактический аппарат, способствующий самостоятельной работе обучающегося по освоению учебной дисциплины или профессионального модуля в аудитории и дома, она может быть использована для самостоятельного освоения

теоретического материала и формировании практических умений и навыков, при подготовке к промежуточной аттестации по дисциплинам и модулям.

В настоящее время рабочие тетради, используемые в профессиональном обучении, классифицируются по типам:

- тетради для упражнений, или тренинговые тетради;
- тетради по графическому моделированию;
- тетради хрестоматии;
- семиотико – семантические тетради.

Тетради для упражнений предназначены для самостоятельной работы обучающихся. Они способствуют формированию умений и навыков решения типовых задач и упражнений. Данный тип рабочих тетрадей может быть широко использован в методике обучения по общетехническим дисциплинам.

Для формирования профессиональных знаний и умений в системе профессиональной подготовки персонала может широко применяться второй тип тетради – **тетради по графическому моделированию**. Профессиональная деятельность чертежников, закройщиков, электромонтажников немыслима без конструирования и графического моделирования. Листы рабочей тетради с системой специальных практических заданий позволят будущему профессионалу развить воображение, память, мышление и другие познавательные процессы.

Тетради хрестоматии. Авторы таких тетрадей полагают, что учебники содержат недостаточную информацию по всем или многим проблемам и дополняют её текстами источников, фрагментами из научно – популярной и художественной литературы.

Семиотико – семантические рабочие тетради основаны на сочетании чертежей, схем, графических моделей со смысловыми интеллектуальными задачами творческого уровня. Листы рабочей тетради такого типа могут быть разработаны для развития диагностических и проектировочных умений и навыков будущего специалиста. Для этого необходимо специальным образом

конструировать задачи и упражнения с опорой на содержательную основу профессиональной деятельности специалиста определенного профиля.

Существует также три вида рабочей тетради (рис. 1).

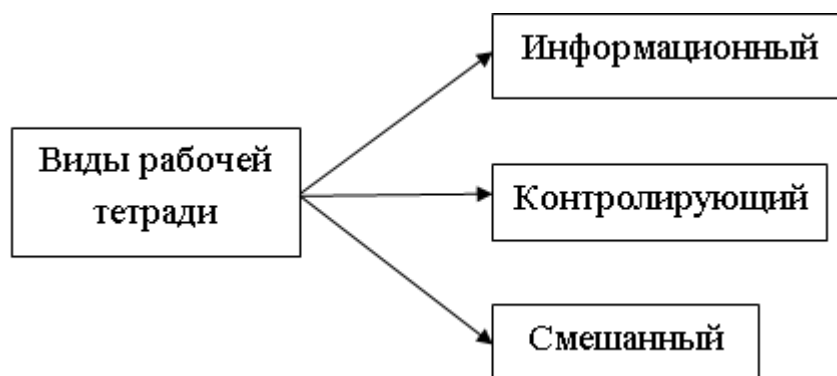


Рисунок 1 - Виды рабочей тетради

Рассмотрим каждый из них подробнее.

Информационный. Этот вид несёт в себе только информацию о содержании учебного материала. Информация задаёт обучающемуся (студенту) ориентацию в содержании рассматриваемой проблемы. Этот вид рабочей тетради используется тогда, когда нужного материала нет ни в одном учебнике или учебная информация разбросана по нескольким учебникам и тогда возникает необходимость конструировать учебную информацию в рабочей тетради, упрощать формулировку предложений, детально продумывать логику изложения учебной информации.

Контролирующий. Этот вид рабочей тетради используется после изучения темы, при этом проводится контроль знаний и умений, а также выявляется уровень развитости знаний и умений. В этом случае широко используются тесты или задания для контроля.

Смешанный. Он включает в себя информационный и контролирующий блоки. Информационный блок несёт в себе информацию об учебном материале, в контролирующий блок входят задания для контроля полученных знаний и умений, и задания для самостоятельной работы.

В учебном процессе рабочая тетрадь выполняет следующие функции:

Обучающая. Подразумевается развитие у обучающихся (студентов) необходимых знаний и умений.

Развивающая. Рабочая тетрадь способствует становлению устойчивого внимания на уроке. Благодаря рабочей тетради учебный материал легче воспринимается. Рабочая тетрадь может быть инструментом в формировании мышления через специально разработанные задания и упражнения творческого характера.

Воспитывающая. Воспитание аккуратности в ведении конспекта, в выполнении заданий.

Формирующая. Рабочая тетрадь формирует у обучающихся (студентов) навыки самоконтроля при условии систематического заполнения листов рабочей тетради.

Рационализирующая. Рациональная организация учебного времени и учебной работы обучающихся (студентов). При работе с листами рабочей тетради основное время обучающихся (студентов) затрачивается на познание смысла изучаемых понятий, описывающих технические объекты и принципы их работы, технологические процессы, основы технологии производства продукции.

Контролирующая. Рабочая тетрадь может быть использована для контроля знаний и умений обучающихся (студентов). Лист рабочей тетради представляет собой тест второго уровня усвоения понятий. При этом у преподавателя появляется возможность осуществлять этот контроль постоянно, на определенных этапах урока, так как учебный материал в листах рабочей тетради разбит на блоки.

Исходя из вышеизложенного, функции рабочей тетради, для лучшего восприятия, можно представить следующим образом (рис.2):



Рисунок 2 – Функции рабочей тетради

§ 1.2 Понятие «дидактические средства обучения», их виды, назначение и основные функции

Дидактические средства являются необходимым компонентом строго построенного процесса обучения. Данные средства повысят мотивацию и познавательный интерес обучающихся, если правильно их подобрать и умело включить в систему используемых методов и форм обучения.

Дидактические средства – это все элементы учебной среды, которые педагог сознательно использует для целенаправленного учебно –

воспитательного процесса и более плодотворного взаимодействия с обучаемыми.

Средства обучения – это созданные человеком объекты, а также предметы естественной природы, которые используются в образовательном процессе в качестве носителей учебной информации и инструмента деятельности педагога и обучающихся для достижения поставленных целей обучения, воспитания и развития. Средства обучения помогают улучшить учебный процесс.

К ним можно отнести:

- учебники, рабочие тетради, наглядные пособия, учебно-методические пособия, справочники, чертежи, карты словари;
- лабораторное оборудование в различных кабинетах: химии, физики, иностранных языков;
- технические средства обучения: киноаппараты, магнитофоны, телевизоры, микроскопы;
- общий микроклимат, настроение субъектов учебного процесса.

Все эти предметы, предоставляют обучающимся воздействующие на их зрение, слух, осязание, сенсомоторные стимулы, облегчают им непосредственное и косвенное познание действительности. Как и методы, они выполняют обучающую, воспитывающую и развивающую функции, а также выступают средством побуждения, управления и контроля учебно – познавательной деятельности студентов.

Дидактические средства включают как учебные пособия (предметы, которыми пользуется преподаватель для более эффективной реализации целей и задач образования), так и индивидуальные средства обучающихся (учебники, тетради, письменные принадлежности).

Служащие, прежде всего для осуществления принципа наглядности обучения, учебные пособия являются орудиями деятельности педагога.

Рабочие тетради, учебники и другие предметы, входящие в состав индивидуального оснащения студентов, относятся к средствам их труда. В

число дидактических средств, включаются также спортивное оборудование, ботанические участки – все то, с чем связана работа и преподавателей и обучающихся.

Дидактические средства обучения так же можно разделить на средства объяснения нового материала, средства закрепления и повторения, средства контроля. Существует множество различных классификаций дидактических средств.

Наиболее часто используются классификации дидактических средств:

1. визуальные (зрительные) – естественные предметы, устройства, машины, модели подвижные и неподвижные, цветные и черно-белые, препараты, схемы, символы (слова, буквы и цифры);

2. аудиальные (слуховые) – магнитофонные ленты вместе с устройствами, облегчающими пользование ими, пластинки, радиоаппаратура, музыкальные инструменты;

3. аудиовизуальные (зрительно-слуховые) – кинопроекторы, телевизионные аппараты.

С появлением компьютеров, цифровых устройств, цифровых образовательных ресурсов, сети Интернет арсенал имеющихся средств обучения существенно трансформировался и модернизировался. Средства, появившиеся благодаря развитию микропроцессорной техники во второй половине XX века, нельзя четко отнести к той или иной из вышерассмотренных классификаций дидактических средств обучения.

Автор Е.В. Оспенникова ввела новое понятие в педагогике – «дидактика мультимедиа». Автор подразумевает под дидактикой мультимедиа (современной дидактикой), теорию обучения в широкой информационной среде на основе использования разнообразных способов информационного обмена (в том числе виртуального).

Есть все основания говорить о возникновении новой области педагогического знания – электронной дидактики мультимедиа (ЭДМ). Следует различать понятия «мультимедийная дидактика» (теория обучения

на основе использования полного комплекса средств и способов информационного обмена) и «электронная мультимедийная дидактика» (теория обучения на основе применения комплекса средств и способов виртуального информационного обмена).

Частично автоматизирующий процесс обучения, включающий дидактические машины, программированные учебники, лаборатории для изучения языка, так называемые автоматизированные классы, так же можно отнести к классификации дидактических средств.

Существует еще классификация у дидактических средств – по степени их сложности. В соответствии с данным делением существуют дидактические средства простые и сложные. К простым относятся учебники, печатные пособия, картины, карты, модели, диаграммы. Сложными средствами являются разнообразные электрические и механические устройства: телевизионная аппаратура, кинопроекторы, устройства, автоматизирующие процесс обучения. При таком делении, среди простых, и среди сложных средств можно выделить визуальные, аудиальные и аудиовизуальные средства, а также не входящие в эти группы программированные учебники и дидактические машины.

Существует классификация, основанная на своеобразно понимаемом принципе: «от простого и конкретного к сложному и абстрактному».

Авторы Клинберг Лотара, Фиш Радий выделяют следующие виды дидактических средств:

- оригиналы, демонстрируемые в естественных условиях;
- оригиналы, помещенные в искусственные условия;
- модельные эквиваленты оригиналов;
- символы;
- программированные учебники и дидактические машины.

Еще одну классификацию дидактических средств предложил Михаил Годлевский:

1. доски: для написания мелом, магнитные, фланелевые, специальные (перфорированные), монтажные и др.

2. устройства для светопроекции: проекторы немого фильма, проекторы неподвижных изображений, устройства для освещения поля наблюдения, оптические скамьи и лампы для теневой проекции, специальные устройства (стробоскопы, электрооптические устройства) вспомогательные устройства, каковыми являются разнообразные экраны, затемнения и другие.

3. устройства для усиления записи и воспроизведения звука: магнитофоны, системы для озвучивания учебных помещений, адаптеры и проигрыватели, совмещенные устройства;

4. аудиовизуальные средства: видеоманитофоны; проекторы звукового фильма, видеофоны, совмещенные устройства (диафильмо – магнитофоны), школьное телевидение в замкнутой системе;

5. дидактические машины: устройства для закрепления знаний (информационно – инструктирующие и другие машины, репетиторы), устройства для быстрого контроля успехов обучающихся (экзаменаторы и др.), симуляторы и тренинговые устройства, полифункциональные и специальные устройства, например, лаборатория для изучения иностранных языков, и др.;

6. устройства для воспроизводства образов и текстов: ротапечать, множительный аппарат клише, фотокопирующие устройства;

7. средства массовой информации: телевидение, радио;

8. электронные цифровые машины: ЭЦМ дидактические и общего назначения;

9. техника научной информации: классификаторы, устройства для чтения микрофильмов, классификационные картотеки;

10. комплексные учебники и программированные тексты: для программированного обучения, для обучения традиционными методами, для изучения иностранных языков;

11. аппаратура объемного изображения: стереокинопроекторы, стереопроекторы, голография.

Дидактические средства в процессе обучения выполняют следующие функции:

- служат непосредственному познанию обучающимися определенных фрагментов действительности (познавательная функция);
- являются средством развития познавательных способностей, а также чувств и воли обучающихся (формирующая функция);
- представляют собой важный источник знаний и умений, приобретаемых обучающимися,
- облегчают закрепление проработанного материала, проверку гипотез, проверку степени овладения знаниями (дидактическая функция).

Функции дидактических средств перечисленные выше пересекаются между собой и дополняют друг друга. Так, например, в процессе ознакомления обучающихся с новым материалом познавательная функция выступает вместе с дидактической и формирующей функциями. Так же и формирующая функция связывается как с познавательной, так и с дидактической. Так, чтобы развивать у обучающихся, например, прочность запоминания или умение самостоятельно мыслить (формирующая функция), мы сначала должны создать для этого соответствующие условия, то есть определить предмет, с которым будут связаны действия по запоминанию, действия по решению проблем (дидактическая функция). Значит, представленное выше деление функций дидактических средств является не разделительным, то есть таким, компоненты которого исключали бы друг друга, а скорее ориентирующим, определяющим основные тенденции и доминирующие моменты.

Западногерманские специалисты в области аудиовизуальных дидактических средств К. Кроль и Р. Фуш приписывают этим средствам следующие функции: мотивационную, информационную (точнее, они служат

для передачи информации) функцию, управления процессом обучения, и оптимизационную.

Эти функции чаще всего выступают вместе, образуя структуры, состоящие из двух, трех и даже четырех слагаемых, причем одно из слагаемых (как правило, это информационная функция) выполняет роль доминирующего.

Дидактические средства позволяют акцентировать внимание обучающихся на главном в изучаемом материале, подводят их к осмыслению той или иной закономерности, но не дают готовых выводов, формулировок, а требуют определенной самостоятельности, мыслительной активности, развивают абстрактное мышление обучающихся.

Можно выделить следующие основные требования к дидактическому материалу:

- доступность (дидактические материалы подбираются преподавателем согласно достигнутого уровня обучающихся);
- логичность – самостоятельная деятельность (работа обучающихся с дидактическими материалами осуществляется самостоятельно);
- индивидуальная направленность (работа с дидактическим материалом осуществляется в индивидуальном темпе, сложность и вид может подбираться так же индивидуально);
- наглядность и моделирование (так как наглядно – образные компоненты мышления играют важную роль в жизни человека, то использование их в обучение эффективно);
- познавательная мотивация.

Строго по определенным этапам производится разработка дидактических материалов:

- определение целей обучения на занятии;
- отбор содержания учебного материала и методики его преподавания;
- определение области и цели исследования дидактического материала;

- разработка занятий с использованием дидактических материалов;
- проектирование заданий для выбранных тем;
- подбор подходящего способа представления дидактического материала;
- выбор участвующих в разработке средств;
- разработка дидактических заданий;
- формирование методического аппарата;
- разработка методических рекомендаций;
- выработка критерия оценки результатов обучения;
- разработка средств контроля знаний и способов их применения;
- включение в образовательный процесс дидактического материала в качестве дидактического средства;
- интерпретация полученных результатов.

На содержание и организацию познавательной деятельности обучающихся и руководство ею существенно влияет применение дидактических средств. Несмотря на огромное значение в учебном процессе слово преподавателя в данном случае перестает быть основным источником информации, его во многом заменяют база данных и база знаний, которые заложены в программно-педагогические средства учебных компьютеров. Удельный вес устного опроса на уроке уменьшается – его в значительной степени заменяет работа обучающихся с применением контролирующих машин, экзаменаторов и др. Однако все это не снижает роль преподавателя в руководстве учебным процессом. В процессе обучения не только усваиваются знания и умения обучающимися, но и осуществляется сложное воздействие личности преподавателя на них, в результате чего формируются их мировоззрение, нормы поведения, происходит становление характера. Поэтому преподаватель был, есть и будет ведущей фигурой сложного и многогранного педагогического процесса.

Для исключения дублирования необходимо, чтобы все средства обучения взаимно дополняли друг друга. Правильное использование дидактических средств на занятиях в условиях среднего профессионального образования способствует формированию четких пространственных представлений, содержательных понятий, развивает логическое мышление и речь, помогает на основе рассмотрения и анализа конкретных явлений прийти к обобщению, которые затем применяются на практике. Применение различных средств наглядности активизирует обучающихся, возбуждает их внимание и тем самым помогает их развитию, способствует более прочному усвоению материала, формирует профессиональный интерес. Приобретается, закрепляется и развивается профессиональный интерес в результате особым образом организованного процесса познания с учетом индивидуальных и возрастных особенностей. Используют различные пути активизации, основной среди них - разнообразие методов, форм, средств обучения, выбор сочетаний, формирующих профессиональный интерес.

В силу возрастных индивидуальных особенностей студентов привлекается использование дидактики в процессе познания, о чем свидетельствует один из самых известных и интуитивно понятных принципов - принцип наглядности обучения. В его основе лежат следующие научные закономерности: органы чувств человека обладают разной восприимчивостью к внешним раздражителям, у подавляющего большинства людей наибольшей чувствительностью обладают органы зрения; пропускная способность оптического канала связи наибольшая от рецепторов к центральной нервной системе; информация, поступающая в мозг из органов зрения (по оптическому каналу), не требует перекодирования, она запечатлевается в памяти студента легко, быстро и прочно. Грамотное применение наглядности не только способствует более успешному восприятию и запоминанию учебного материала, но и позволяет активизировать умственную деятельность, глубже проникать в сущность изучаемых явлений.

Дидактические средства становятся ценным элементом процесса обучения в том случае, когда они используются в тесной связи с остальными компонентами этого процесса. Их подбор зависит не только от материальной оснащённости профессиональной образовательной организации учебными пособиями, но и от поставленных целей занятия, методов учебной работы, а также от характерных особенностей отдельных учебных предметов. Подбор и применение средств обучения должны осуществляться комплексно, с учётом основных характеристик и компонентов учебного процесса.

§ 1.3 Основные требования к разработке и применению рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации

Цель рабочей тетради – обеспечить пооперационное развитие мыслительных процессов, способствовать повышению продуктивности обучения студентов и уровня их творческого развития.

Внедрение рабочей тетради в практику учебного процесса должно решать следующие задачи:

- продолжение развития мышления у обучающихся (студентов);
- более прочное усвоение теоретических знаний;
- приобретение практических умений и навыков решения не только типовых, но и развивающих, творческих заданий;
- контроль за ходом обучения обучающихся (студентов) конкретной учебной дисциплине (профессиональному модулю);
- формирование у обучающихся (студентов) умений и навыков самоконтроля.

Своеобразием рабочей тетради является то, что в ней не приводятся ответы к заданиям. Это меняет отношение обучающихся (студентов) к процессу решения, требует критического отношения к полученным результатам, усиливает общение обучающихся (студентов) между собой.

Крайне важна и иная причина отсутствия ответов: коллективно обсуждать различные пути решения и искать правильные ответы. Самостоятельное нахождение правильного решения, тренировка по вопросам и заданиям способствует развитию чувства удовлетворения, которое делает обучение не утомительной нагрузкой, а увлекательной работой.

Тетрадь предполагает самостоятельную параллельную работу обучающихся (студентов) с содержанием учебника. Задания в рабочей тетради представлены в разных формах: тестовой с выбором ответа, классификацию и обобщение различных фактов, решение расчетных задач различных типов. Задания обеспечивают усвоение знаний, как на репродуктивном уровне, так и на творческом. Предполагается развитие не только предметных, но и надпредметных знаний и умений: умения логически мыслить, рассуждать, систематизировать и классифицировать факты, обобщать, делать выводы. В процессе выполнения заданий осуществляется формирование технического и художественного мышления, творческих способностей личности, развивается мировоззрение, навыки делового общения.

Обширный набор видов деятельности и материалов для работы позволяет расширить кругозор обучающихся (студентов) и каждому раскрыть свои индивидуальные способности.

Преподаватель должен сформировать и развить умения обучающихся (студентов) самостоятельно и творчески подходить к выполнению заданий, находить наилучший путь при решении задач, работать с документацией, верно ее оформлять.

Рабочая тетрадь – не замкнутая, жёстко централизованная и упорядоченная система; это система открытая, предполагающая постоянное содержательное и методическое обогащение, обновление, развитие.

Рабочая тетрадь – это наглядное представление основного учебного материала в логике познавательной деятельности, которая специально конструируется и представляется в предметно-знаковой форме, с целью

повышения продуктивности взаимодействия преподавателя и обучающихся (студентов).

Рабочая тетрадь разрабатывается в полном соответствии с рабочими программами. Ее структура и содержание определяются спецификой дисциплины или междисциплинарного курса.

Рабочая тетрадь должна отвечать определенным требованиям:

- отражать все темы курса учебной дисциплины (профессионального модуля);
- быть понятной, доступной и интересной каждому обучающемуся (студенту), содержать дифференцированные задания;
- сочетать в себе краткий справочник по теории, сборник задач и упражнений.

Для того чтобы рабочая тетрадь могла систематически формировать устойчивые умения, она должна отвечать следующим основным принципам:

- полнота – наличие задач на освоение всех изучаемых понятий, фактов, методов теоретического материала и профессиональной деятельности;
- группировка системы задач, обобщенные способы, решения которых переносятся в решения задач широкого спектра;
- связность всех блоков заданий рабочей тетради;
- возрастание трудности решения задач и планируемых результатов обучения;
- целевая достаточность - достаточно задач закрепления методов решения, если они обладают свойством переноса на другие предметные области;
- психологическая комфортность обучающихся (студентов) при работе с рабочей тетрадью. Обучающиеся (студенты) имеют возможность формировать понятия в индивидуальном темпе усвоения содержания учебной информации, проводить самоконтроль и контроль деятельности своего товарища.

К структуре рабочей тетради предъявляются некоторые требования. В составе рабочая тетрадь должна содержать предисловие, поясняющее обращение к обучающимся (студентам). Рабочая тетрадь должна повторять логику изучения темы, раздела учебной дисциплины, МДК или ПМ. Между заданиями должна быть определена иерархия, касающаяся как содержания учебного материала, так и надпредметных умений. Задания расположены так, чтобы на начальном этапе мотивировать на изучение (первичное закрепление) учебного материала, заучивание либо формирование терминов понятий, после находятся задания на выполнение практической работы, решение типичных задач либо ситуаций. Например, можно предложить обозначить в рабочей тетради базовый лист вопросов и список терминов и понятий, которые обучающиеся (студенты) должны знать по окончании темы. Удачным может быть также включение в рабочую тетрадь вопросов или заданий на актуализацию базовых знаний или умений, которые необходимо восстановить перед получением новой информации по изучаемой теме. После – располагаются развивающие, творческие задания, для выполнения которых обязательно знание материала конкретной темы, раздела, модуля. Далее – вопросы для самоконтроля. А в завершении – вопросы и задания для контроля усвоения темы или промежуточной аттестации. В рабочую тетрадь может быть включен список тем творческих заданий, эссе, проектов или проблемных вопросов и ситуаций. Завершает тетрадь заключение, ориентирующее обучающихся (студентов) на содержание учебного материала, который будет изучаться впоследствии. И, в конечном счете, список информационных ресурсов, которые необходимо использовать для подготовки к выполнению всех заданий рабочей тетради.

Иллюстрации в рабочей тетради должны быть рабочими, иначе говоря, обучающими. К ним могут быть предоставлены вопросы, которые необходимо раскрыть. Композиционное построение рабочей тетради зависит от задумки автора, от характера и содержания учебного материала, его объема, характера вопросов и заданий. Однако в любом случае должно быть

предусмотрено достаточное место для ответов учащихся (студентов), для необходимости исправления допущенных ошибок, неточностей.

Рабочая тетрадь, полностью заполненная обучающимся, является пропуском к экзамену, зачету, проверочной работе по окончании раздела или профессионального модуля.

Итак, рабочая тетрадь, экономя учебное время, позволяет осуществлять текущий контроль и закрепление пройденного материала.

Предлагаются разнообразные формы заданий:

- выбор ответа из предложенных вариантов;
- ответ на вопрос;
- заполнение таблиц;
- работа по схемам;
- задания, проверяющие знание терминологии, хронологии.

Для рабочих тетрадей разрабатываются специальные типы заданий – упражнений. Их специфика состоит в том, что, выполняя такие задания, учащиеся разделяют процесс мышления на отдельные операции. Задания построены так, что, работая над ними, обучающийся не может не производить всех операций, его ошибка на каждом этапе учебного познания будет замечена преподавателем.

Ниже представлены формулировки задания на закрепление, текущее повторение, совершенствование знаний и умений, обобщение и промежуточный контроль:

- вставить пропущенный термин или название операции;
- выбрать ответ из предложенных вариантов;
- ответить на вопрос;
- заполнить таблицу;
- задания, проверяющие знание терминологии, хронологии: указать какие-либо составные элементы понятия или процесса или дать пояснения к указанным элементам;

– задания на размышление, выражение собственного мнения по проблеме;

– найти соответствия, продолжить формулировку;

– заполнить пробелы по ходу лекции.

В метод учебной работы переходят: единая логика представления учебной информации, единый алгоритм операционной деятельности обучающихся во всей рабочей тетради.

ВЫВОДЫ ПО 1 – ОЙ ГЛАВЕ

Таким образом, повышение продуктивности обучения, через использование в учебном процессе рабочих тетрадей на печатной основе, достигается в условиях активного привлечения обучающихся (студентов) к самостоятельной работе, включения в процесс анализа применения полученных знаний, формулирования выводов, проверки результатов своей работы.

Использование обучающимися (студентами) рабочей тетради повышает качество образования, улучшает продуктивность учебного процесса на основе его индивидуализации, предоставляет возможность реализации перспективных методов обучения.

Применение рабочих тетрадей как обязательных учебных пособий всеми обучающимися (студентами) способствует выравниванию качества подготовки будущего специалиста.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО РАЗРАБОТКЕ РАБОЧЕЙ ТЕТРАДИ

§ 2.1 Характеристика базы исследования

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли» организовано Постановлением Правительства Челябинской области №183 – П от 19.06.2008 г. «О реорганизации областных государственных учреждений начального профессионального образования». Колледж образован путем слияния Государственного образовательного учреждения начального профессионального образования «Профессиональное училище № 82" г. Челябинска, Государственного учреждения начального профессионального образования "Профессиональный лицей №102" г. Челябинска и реорганизовано в государственное образовательное учреждение среднего профессионального образования (среднее специальное учебное заведение) «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли».

Государственное образовательное учреждение среднего профессионального образования (среднее специальное учебное заведение) «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли» переименовано в государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования (среднее специальное учебное заведение) «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли» (приказ №01 – 1779 от 10.11.2011г Министерства образования и науки Челябинской области).

Согласно приказу Министерства образования и науки Челябинской области от 8 сентября 2015 года № 01/2509 переименовано в государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение "Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли".

В учреждении имеются филиалы (основание: Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 22 апреля 2013 года № 01/1274 "О создании филиалов государственного бюджетного образовательного учреждения среднего профессионального образования (СПУЗ) "Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли"):

Копейский филиал государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения "Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли" местонахождение филиала: 456601, Челябинская область, г. Копейск. ул. Борьбы, 59.

Коркинский филиал государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения "Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли" местонахождение филиала: 456550 Челябинская область. г. Коркино. ул 30 лет ВЛКСМ, 171-б.

Колледж осуществляет образовательную деятельность в соответствии с Уставом, утвержденным приказом Министерства образования и науки Челябинской области № 01 – 678 от 30.09.2008 г. (изменения № 3 к Уставу утверждены приказом Министерства образования и науки Челябинской области № 01/2509 от 8.09.2015 г.) и лицензией 74Л02 №0001037 от «22» октября 2015 года, выданной Министерством образования и науки Челябинской области.

Специальности колледжа:

- повар, кондитер;
- поварское и кондитерское дело;
- товароведение и экспертиза качества потребительских товаров;
- организация обслуживания в общественном питании;
- технология парикмахерского искусства;
- швея;
- монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям);

- технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий;
- технология мяса и мясных продуктов;
- экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

ГБПОУ "Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли" сегодня – это современное учреждение образования, имеющее 2 корпуса, 2 филиала. На базе колледжа проходят подготовку более 1000 студентов очной и заочной формы обучения.

В колледже созданы все необходимые условия для успешной учебы и полноценной жизни обучающихся: современные учебные аудитории, компьютерные классы, лаборатории поваров и продавцов, оснащенные современным оборудованием, библиотеки, общежитие, 2 спортивных зала, пункт медицинского обслуживания.

Гордость колледжа – учебно-производственный цех, где обучающиеся ежедневно выпускают более 50 наименований изделий кондитерской и кулинарной продукции. Юные кондитеры выпекают румяные пирожки и кулебяки, слоеные хрустящие треугольники с курагой, готовят нежное суфле для торта «Птичье молоко».

Высокое качество учебного процесса обеспечивает коллектив опытных преподавателей и мастеров производственного обучения.

Возглавляет педагогический коллектив Елена Валерьевна Берсенева, которая отличается творческим подходом к делу, стремлением идти в ногу со временем, усваивать и внедрять все новое, передовое.

Не остается без внимания и досуговая деятельность учащихся и студентов. Немаловажное значение в подготовке квалифицированного специалиста имеют конкурсы профессионального мастерства. За период с 2005 г обучающиеся колледжа занимают только призовые места в областных конкурсах профессионального мастерства, активно участвуют в кулинарных фестивалях г. Челябинска. Корпус на Ворошилова 16 является площадкой для конкурсов профессионального мастерства и проведения демонстрационного экзамена.

§ 2.2 Разработка рабочей тетради по дисциплине профессионального цикла

Дисциплина «Диетология и основы детского питания» является частью программы подготовки обучающихся в соответствии с ФГОС по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело» и входит в общепрофессиональный цикл за счет часов вариативной части. В результате освоения учебной дисциплины «Диетология и основы детского питания» обучающиеся получают необходимые теоретические знания и практические умения в области диетологии, технологии приготовления блюд для диетического и детского питания.

Таблица 1 – Результаты освоения дисциплины

Компетенции	Уметь	Знать
ПК 1.1-1.4 ПК 2.1-2.8 ПК 3.1-3.6 ПК 4.1-4.6 ПК 5.1-5.5	<ul style="list-style-type: none"> – Применять регламенты, стандарты и нормативно-техническую документацию, используемую при производстве блюд, напитков и кулинарных изделий в диетическом и детском питании; – организовывать рабочее место и подбирать технологическое оборудование, производственный инвентарь, инструменты, весоизмерительные приборы для приготовления блюд, напитков и кулинарных изделий в диетическом и детском питании; – соблюдать санитарно-гигиенические требования и требования по охране труда для приготовления блюд в диетическом и детском питании; – выбирать методы контроля, оценки качества и безопасности приготовления диетических блюд и в детском питании; 	<ul style="list-style-type: none"> – Требования нормативных актов к организации диетического и детского питания; – основные принципы организации диетического и детского питания; – виды и характеристики диет; – особенности кулинарной обработки продуктов для приготовления диетических блюд и в детском питании; – санитарно - гигиенические требования к организации технологического процесса приготовления блюд в диетическом и детском питании; – принципы работы и правила эксплуатации технологического оборудования, используемого при приготовлении и хранении продукции в диетическом и детском питании; – изменения основных свойств пищевых продуктов, происходящих в процессе механической и тепловой обработки;

Продолжение таблицы 1

Компетенции	Уметь	Знать
ПК 1.1-1.4 ПК 2.1-2.8 ПК 3.1-3.6 ПК 4.1-4.6 ПК 5.1-5.5	<ul style="list-style-type: none"> – выбирать температурный режим приготовления подачи и хранения диетических блюд и в детском питании; – оценивать качество и безопасность диетических блюд и кулинарных изделий; – организовывать и осуществлять технологический процесс приготовления диетических блюд и для детского питания; – подбирать приемы тепловой обработки, обеспечивающие безопасность готовой пищи, методы щажения, витаминизацию; – составлять меню и рассчитывать пищевую ценность и рацион питания 	<ul style="list-style-type: none"> – процесс технологической обработки сырья, полуфабрикатов, их влияния на усвояемость и качество готовых блюд и кулинарных изделий; – особенности технологического процесса приготовления, отпуска блюд для диетического и детского питания; – органолептические методы оценки качества сырья, полуфабрикатов и готовых блюд; – физиологические и энергетические нормы питания различных групп населения; – принципы составления меню и расчета пищевого рациона; – обогащение рациона дополнительными пищевыми факторами.
ОК 01	<ul style="list-style-type: none"> – Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – правильно выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; – составить план действия; – определять 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). 	<ul style="list-style-type: none"> – 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; – структура плана для решения задач; – порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.

Продолжение таблицы 1

Компетенции	Уметь	Знать
ОК 02	<ul style="list-style-type: none"> – Определять задачи 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. 	<ul style="list-style-type: none"> – Номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; – приемы структурирования информации; – формат оформления результатов поиска информации.
ОК 03	<ul style="list-style-type: none"> – Определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – выстраивать траектории профессионального и личностного развития. 	<ul style="list-style-type: none"> – Содержание актуальной нормативно-правовой документации; – современная научная и профессиональная терминология; – возможные траектории профессионального развития и самообразования.
ОК 05	<ul style="list-style-type: none"> – Излагать свои мысли на государственном языке; – оформлять документы. 	<ul style="list-style-type: none"> – Особенности социального и культурного контекста; – правила оформления документов.
ОК 06	<ul style="list-style-type: none"> – Описывать значимость своей профессии; – презентовать структуру профессиональной деятельности по профессии. 	<ul style="list-style-type: none"> – Сущность гражданско-патриотической позиции; – общечеловеческие ценности; – правила поведения в ходе выполнения профессиональной деятельности.
ОК 07	<ul style="list-style-type: none"> – Соблюдать нормы экологической безопасности; – определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии. 	<ul style="list-style-type: none"> – Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; – основные ресурсы задействованные в профессиональной деятельности; – пути обеспечения ресурсосбережения.
ОК 09	<ul style="list-style-type: none"> – Применять средства информационных технологий для решения проф. задач; – использовать современное программное обеспечение. 	<ul style="list-style-type: none"> – Современные средства и устройства информатизации; – порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности.

Окончание таблицы 1

Компетенции	Уметь	Знать
ОК 10	<ul style="list-style-type: none"> – 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. 	<ul style="list-style-type: none"> – 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.

Рабочая тетрадь по дисциплине «Диетология и основы детского питания» способствует решению обучающих и развивающих задач и повышает продуктивность обучения при освоении специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Разделы рабочей тетради следуют логике расположения учебного материала в учебной программе дисциплины «Диетология и основы детского питания».

Продуманное и целесообразное использование системы заданий для организации самостоятельной работы обучающихся (студентов) не создает перегрузки, а наоборот, вызывает у студентов повышенный интерес к изучаемому предмету, помогает его усвоению и закреплению.

Задания обеспечивают усвоение знаний, как на репродуктивном уровне, так и на творческом, предполагают формирование не только предметных, но и межпредметных знаний и умений: умения логически

мыслить, рассуждать, систематизировать и классифицировать факты, обобщать, делать выводы.

В структуру рабочей тетради входит: содержание; пояснительная записка; краткий теоретический материал; практические задания по каждой теме; оценочный лист; рекомендуемая литература.

Рабочая тетрадь по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания» может выступать в качестве средства текущего, поэтапного и итогового контроля. Задания различны по структуре, приемам учебной деятельности, объему и предназначению. В частности включены задания на оперирование терминами, задания на заполнения таблицы, работу со схематическим материалом, тесты. Чтобы выполнить задания, студент должен знать материал, уметь его воспроизвести в простейших учебных операциях. Задания многофункциональны, нацелены на получение теоретических и практических навыков. Ниже приведен фрагмент рабочей тетради, с полным ее содержанием можно ознакомиться в приложении А.

РАЗДЕЛ 1 ДИЕТОЛОГИЯ, ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ДИЕТИЧЕСКОГО И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

ТЕМА 1.1 ОСНОВЫ ДИЕТОЛОГИИ, ПРИНЦИПЫ ДИЕТИЧЕСКОГО (ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО) И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

Питание является важнейшей физиологической потребностью организма. Оно необходимо для построения и непрерывного обновления клеток и тканей; поступления энергии, необходимой для восполнения энергетических затрат организма; поступления веществ, из которых в организме образуются ферменты, гормоны, другие регуляторы обменных процессов и жизнедеятельности. Обмен веществ, функция и структура всех клеток, тканей и органов находятся в зависимости от характера питания. Питание – это сложный процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ. Основным отличием диетического питания от повседневного является то условие, что исключаются из

повседневного рациона продукты питания, которые могут вызвать обострение существующего заболевания или осложнить его течение.

При каждом заболевании исключаются определенные продукты питания: острые, соленые, жареные, копченые и др. Формирование диетического питания, а впоследствии диетических столов проходило в течение долгих десятилетий. В основе диетического питания лежит теория правильного питания – сбалансированного питания с жестким режимом, т. е. приемом пищи в определенные часы.

Диетическое питание обязательно должно учитывать возраст, пол, вес, профессию и многие другие факторы, которые сказываются на интенсивности обмена веществ у каждого конкретного человека. Назначая диетическое питание, врачи – диетологи преследуют общую цель: создание для организма человека максимально оптимальных условий для нормальной и полноценной жизнедеятельности.

Диетология – это раздел медицины, занимающийся изучением и обоснованием характера и норм питания при различных заболеваниях, а также организацией лечебного (диетического) питания. Лечебное питание и диетическое питание — очень близкие, но различающиеся по своему значению в практике питания понятия.

Под **диетическим питанием** подразумевают главным образом питание людей с хроническими заболеваниями вне обострения, например, питание трудоспособных работающих людей в санаториях – профилакториях и диетических столовых. Основные принципы лечебного питания при тех или иных заболеваниях сохраняются и в диетическом питании. Перечень требований к лечебному (диетическому) питанию совпадает с таковым для рационального питания, однако с учетом характера заболевания на короткий или продолжительный срок могут изменяться требования к энергетической ценности и химическому составу рациона, сбалансированности в нем пищевых веществ, набору продуктов и способам их кулинарной обработки, некоторым органолептическим показателям пищи, режиму питания.

Лечебное питание (диетотерапия) – это применение с лечебной целью специально составленных пищевых рационов и режимов питания для больных (с острыми заболеваниями или обострениями хронических заболеваний).

Лечебно-профилактическое питание – это питание лиц, работающих в условиях неблагоприятного воздействия производственной среды, например, токсических химических веществ, а также физических факторов.

Работа по обеспечению лечебного питания опирается на представления о причинах, механизмах и формах течения различных заболеваний, особенностях пищеварения и обмена веществ у здорового и больного человека. Особое значение имеет знание лечебных диет, технологии приготовления диетических блюд и организационных вопросов диетологии.

Рациональное питание (от латинского слова *rationalis* — разумный) – это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов. Рациональное питание способствует сохранению здоровья, сопротивляемости вредным факторам окружающей среды, высокой физической и умственной работоспособности, а также активному долголетию. Требования к рациональному питанию складываются из требований к пищевому рациону, режиму питания и условиям приема пищи.

К пищевому рациону предъявляются следующие требования:

1. энергетическая ценность рациона должна покрывать энерготраты организма;
2. надлежащий химический состав – оптимальное количество сбалансированных между собой пищевых (питательных) веществ;
3. хорошая усвояемость пищи, зависящая от ее состава и способа приготовления;
4. высокие органолептические свойства пищи (внешний вид, консистенция, вкус, запах, цвет, температура). Эти свойства пищи влияют на аппетит и ее усвояемость;

5. разнообразие пищи за счет широкого ассортимента продуктов и различных приемов их кулинарной обработки;

6. способность пищи (состав, объем, кулинарная обработка) создавать чувство насыщения;

7. санитарно-эпидемическая безупречность и безвредность пищи.

Режим питания включает время и количество приемов пищи, интервалы между ними, распределение пищевого рациона по энергоценности, химическому составу, продуктовому набору, массе по приемам пищи.

Важны **условия приема пищи**: соответствующая обстановка, сервировка стола, отсутствие отвлекающих от еды факторов. Это способствует хорошему аппетиту, лучшему пищеварению и усвоению пищи.

Задание 1

Дайте определения (6 баллов):

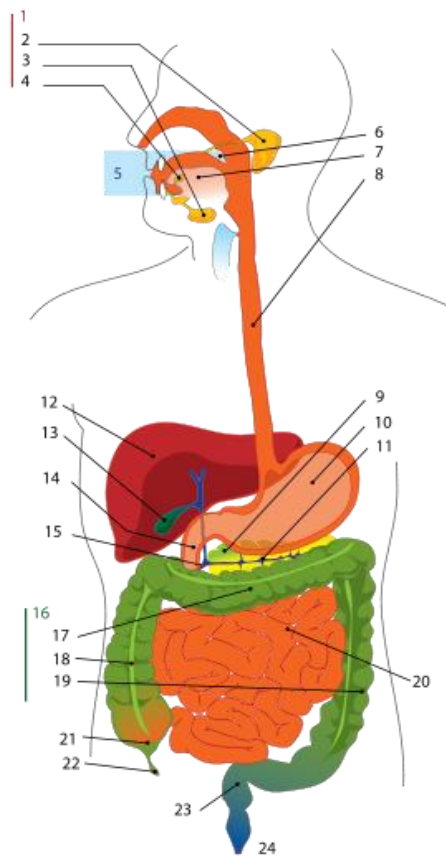
Рациональное питание –

Лечебно – профилактическое питание –

Диетическое питание –

Задание 2

Обозначьте строение отделов желудочно – кишечного тракта (12 баллов):



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____
21. _____
22. _____
23. _____
24. _____

Задание 3

Вставьте недостающие элементы пищевой пирамиды (10 баллов):



Задание 4

Соотнесите продукты питания и витамины в них содержащиеся (9 баллов):

	говяжья печень, яйца, творог, рыба, молоко, шпинат, морковь, петрушка	Витамин В2
	яйца, молоко, говяжья печень, горох, фасоль, дрожжи, ростки пшеницы	Витамин А
	творог, яйца, овсяные хлопья, свинина, рыба, молоко, соевое масло	Витамин D
	цитрусовые, красные фрукты, цветная капуста, зеленый горошек, фасоль, редька.	Витамин В1
	растительное масло, говяжья печень, рыба, яичный желток, говядина	Витамин К
	молоко, салат, ростки пшеницы, растительное масло	Витамин Н
	рыбий жир, оливковое масло, сухофрукты	Витамин Е
	говяжья печень, грибы, овсяные хлопья, шоколад, яичный желток, орехи, молоко	Витамин F
	морская капуста, зеленый чай, шпинат, репчатый лук, чечевица	Витамин С

Задание 5

Предложите режим питания по часам, соблюдая правильные временные промежутки между приемами пищи (10 баллов):





Перекус



Обед



Завтрак



Перекус



Ужин

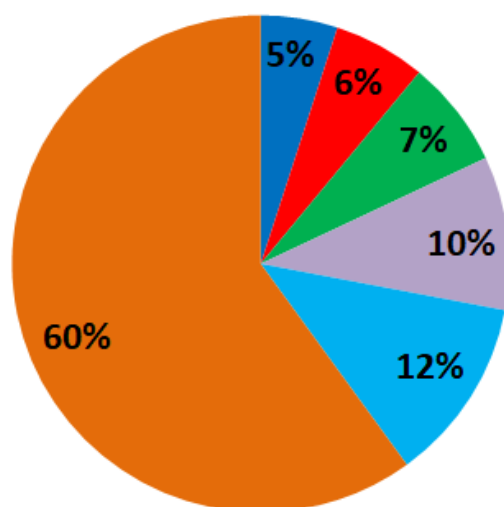
Задание 6

Укажите нормы энергетической ценности рациона для детей разного возраста (14 баллов):



Задание 7

Распишите нормы рационально питания (12 баллов):



животные жиры –
растительные жиры –
животные белки –
растительные белки –
сложные углеводы –
сахара -

Задание 8

Соотнесите группы работников и рационы лечебно-профилактического питания (10 баллов):

1. Применяется для персонала радиоактивных и ионизирующих производств, а также для производства лопаритовых концентратов.	А. Увеличено содержание овощей и белков животного происхождения. Молоко подлежит замене на кисломолочную продукцию, резко сокращается количество жиров.
2. Для персонала производств, использующих: азотную, серную	Б. Меню содержит кисломолочные продукты, фрукты, овощи, ягоды со значительной

кислоты; щелочные металлы; соединения хлора, фтора; фосфорорганические вещества.	концентрацией пектина (желательно применение без тепловой обработки). Увеличено содержание белков, углеводов, снижено – жиров.
3. Применяется на производствах с хромом и хромосодержащими соединениями.	В. Меню имеет гипоаллергенную направленность, обеспечивает регуляцию нервной и эндокринной системы. Включает: мясо кролика; печень; нерафинированные растительные масла; сметану; сливки; витамины С, Р, А, Е; соли Са, Mg, серы; щелочные продукты (молоко, овощи, фрукты, ягоды).
4. Используется для производств с применением соединений свинца	Г. Меню включает большое количество овощей, фруктов, зерновых продуктов
5. Для персонала, работающего с фосфорной кислотой, фосфором и его соединениями	Д. В меню вводятся творог, сыр, нежирная рыба, крольчатина. Добавляются пектиновые вещества (свекла, морковь, яблоки, персики, абрикосы), а также липотропные вещества для защиты печени.

1 - , 2 - , 3 - , 4 - , 5 -

Задание 9

Зачеркните продукты, которые нельзя употреблять, поддерживая определенную диету (16 баллов):

Диета 1 

Диета 2 

Диета 5 

Диета 7 

Диета 8 

Диета 9 

Диета
10



Диета
15



Задание 10

Показания для назначения лечебных столов (15 баллов):

- | | |
|--------------|---|
| 1. Диета 1 | А. заболевания, не требующие особых диет |
| 2. Диета 2 | Б. болезнь почек с отхождением камней из фосфатов |
| 3. Диета 3 | В. острые инфекционные заболевания |
| 4. Диета 4 | Г. заболевания нервной системы |
| 5. Диета 5 | Д. туберкулез |
| 6. Диета 6 | Е. заболевания сердечно-сосудистой системы |
| 7. Диета 7 | Ж. сахарный диабет |
| 8. Диета 8 | И. ожирение |
| 9. Диета 9 | К. хронический и острый нефрит, ХПН |
| 10. Диета 10 | Л. мочекаменная болезнь, подагра |
| 11. Диета 11 | М. заболевания желчных путей и печени |
| 12. Диета 12 | Н. болезни кишечника с диареей |
| 13. Диета 13 | О. запоры |
| 14. Диета 14 | П. атрофический гастрит, колиты |
| 15. Диета 15 | Р. язва желудка и двенадцатиперстной кишки |

1 - , 2 - , 3 - , 4 - , 5 - , 6 - , 7 - , 8 - , 9 - , 10 - , 11 - , 12 - ,
13 - , 14 - , 15 -

§ 2.3 Анализ эффективности применения рабочей тетради как дидактического средства обучения студентов профессиональной образовательной организации

Разработанная рабочая тетрадь по дисциплине «Диетология и основы детского питания» может являться средством повышения эффективности процесса подготовки студентов профессиональной образовательной

организации и применяются как альтернатива привычным видам домашнего задания для обучающихся (студентов).

Для проведения экспериментальной работы были выбраны группы 4 курса ПиКД – 420 (ул. Шоссе металлургов 47), ПиКД – 410 (ул. Ворошилова 16) и ПиКД – 4 (г. Копейск, ул. Борьбы 59) с примерно одинаковым уровнем усвоения, из которых и сформированы три подгруппы – две экспериментальные и контрольная.

Работу по внедрению тетради в образовательный процесс (приложение Б) проводили параллельно в каждой группе. В экспериментальных группах (ПиКД – 420, ПиКД – 410) обучающиеся (студенты) после теоретического изучения каждой темы выполняли домашнее задание в разработанной рабочей тетради. Домашним заданием обучающихся (студентов) контрольной группы (ПиКД – 4) было выучить конспект занятия и написать реферат по выбранной теме.

В конце изучения дисциплины во всех трех группах был проведен анализ оценок за выполнение домашнего задания, который помог выявить, как применение рабочей тетради влияет на заинтересованность обучающихся (студентов) выполнять домашнее задание именно в данном формате. А так же в качестве промежуточной аттестации был проведен зачет по дисциплине «Диетология и основы детского питания», анализ оценок которого показал влияние применения рабочей тетради на уровень усвоения знаний и умений.

В результате сравнительного анализа оценок за выполнение домашнего задания установлено, что в экспериментальных группах доля обучающихся (студентов) выполнивших все домашние задания составила 95%, при этом средний балл за выполнение заданий в разработанной рабочей тетради составил 4,7 балла. В контрольной группе только 70% обучающихся (студентов) выполнили все домашние задания и средний балл составил 4 балла.

В результате сравнительного анализа оценок за итоговый зачет по дисциплине установлено, что в экспериментальных группах средний балл составил 4,9 баллов, а в контрольной группе – 4,3 балла.

При изучении полученных данных можно сделать вывод, что обучающиеся (студенты) с большей охотой выполняют домашнее задание в разработанной рабочей тетради. При выполнении рефератов обучающиеся (студенты) зачастую не погружаются в тему задания, копируя информацию в интернет – источниках, тем самым не должным образом закрепляя изученный материал. А выполнение заданий в рабочей тетради позволяет обучающимся (студентам) более осознанно и целенаправленно усвоить теоретический материал. Работая с каждым заданием самостоятельно, учащиеся появляется возможность максимально приложить свои способности для его выполнения, что так же способствует более качественному усвоению изучаемого материала.

У обучающихся (студентов) экспериментальных групп гораздо выше доля выполнения всех домашних заданий, а так же более высокие показатели среднего балла за выполнение домашних заданий. Кроме того, они используют более разнообразные методы при изучении нового материала, что вырабатывает у обучающихся (студентов) умение сравнивать, осуществлять логические операции, классификации. Во всех группах – и экспериментальных, и контрольной – у обучающихся (студентов) сформировались понятия, но студенты экспериментальных групп лучше усвоили материал, так как решали творческие задачи. Это говорит об эффективности применения рабочей тетради в процессе изучения темы.

Таким образом, в результате теоретического изучения данного вопроса и проведенной практической экспериментальной работы можно сделать вывод о том, что применение рабочей тетради при выполнении домашнего задания позволяет заметно улучшить качество и продуктивность данной работы.

ВЫВОДЫ ПО 2 – ОЙ ГЛАВЕ

Таким образом, рабочая тетрадь, позволяет осуществлять целый ряд учебных задач через конкретные задания. При подборе вопросов и заданий осуществляется дифференцированный подход: степень сложности заданий возрастает от контрольных вопросов, требующих простого отображения конкретной информации, до заданий, требующих определить межпредметные связи, или заданий, требующих умений сравнивать, проводить классификацию, анализировать и обобщать.

Задания в рабочей тетради хоть и одинаковые для всех обучающихся (студентов), но у каждого в отдельности вызывает чувства ответственности, поскольку деятельность их проверяется и оценивается индивидуально.

Все задания, естественно, тесно связаны с учебными пособиями по конкретной дисциплине, но некоторые из них для решения требуют вмешательства сторонних источников информации и знаний смежных предметов, что позволяет проверить усвоение учебного материала. На каждом этапе происходит контроль мыслительной деятельности обучающегося (студента).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обучение, с применением рабочей тетради решает следующие задачи:

- развитие мышления у обучающихся (студентов);
- более прочное усвоение теоретических знаний, кроме того достижение практических умений и навыков решения не только стандартных, но и развивающих, творческих заданий;
- контроль за обучением обучающихся (студентов) определенной специальной дисциплине и развитием у них умений и навыков самоконтроля;
- разграничение обучения по темпу изложения и усвоения.

Проверка знаний обучающихся (студентов) ведет к реализации обратной связи между обучающимися (студентами) и преподавателями, даёт определенный материал для анализа полноты и качества знаний, помогает вовремя увидеть проблемы, ошибки и недочеты в знаниях обучающихся (студентов).

Педагогическая направленность листов рабочей тетради помогает обучающимся (студентам) развить аналитические способности, логику мышления и сформировать понятийный аппарат по изучаемой дисциплине путём активной деятельности на уроке, проверки и самопроверки знаний обучающихся (студентов).

Рабочая тетрадь как дидактическое средство обучения студентов профессиональной образовательной организации имеет неопровержимые преимущества: проверка усвоения материала, контроль мыслительной деятельности обучающегося (студента), проверка полученных знаний.

Можно сказать, что применение рабочей тетради является вполне современным и конкурентным способом ведения процесса обучения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

нормативная документация

1. Методические рекомендации от 12 ноября 2015 г. МР 2.4.5.0107-15. 2.4.5 Примерные меню горячих школьных завтраков и обедов для организации питания детей 7-11 и 11-18 лет в государственных образовательных учреждениях.
2. Методические рекомендации от 24 августа 2007 г. № 0100/8605-07-34 Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11-18 лет.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (вместе с СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы)
4. Приказ Минздравсоцразвития России и Минобрнауки от 11 марта 2012 г. № 213н/178 «Об утверждении методических рекомендаций организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»;
5. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
6. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
7. Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»
8. Федеральный закон от 2 января 2000 г. № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов».

9. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

учебная литература

10. Алексеева, А.С. Организация питания детей в дошкольных учреждениях: пособие для дет. сада/ А.С. Алексеева, Л.В.Дружинина, К.С.Ладодо. – М. : Просвящение, 2016. – 208 с.

11. Артамонова Е.К., Лапп Е.П., Пылина И.С., Разаманова З. Н., Савкова Т. Л., Торгашова Т. П., Методические рекомендации по разработке рабочей тетради по учебной дисциплине (профессиональному модулю): методические рекомендации для преподавателей. 2015. – 30 с.

12. Баклушина И.В., Башкова М.Н., Смирнова Е.В., Арнаутов Д.А. Контроль самостоятельной работы как управление учебной деятельностью студентов: Вестник Сибирского государственного индустриального университета № 1 (11), 2015

13. Барановский, А.Ю. Диетология / А. Ю. Барановский – СПб. : Питер, 2016. – 960 с.

14. Белоруссова Е. В. Рабочая тетрадь по дисциплине — средство развития познавательной активности и организации самостоятельной работы студентов [Текст] // Педагогика: традиции и инновации: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, июнь 2014 г.). — Челябинск: Два комсомольца, 2014. — С. 106-108.

15. Бренц, М.Я., Сизова, Н.П.Технология приготовления диетических блюд: Учеб. пособие для технол. отд-ий техникумов/ М.Я Бренц. и Н.П. Сизова М.: Экономика,1983. – 206 с.

16. Бублик, Т. А. Планирование и организация самостоятельной работы студентов / Т.А. Бублик // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. - 2014. - № 2-1. - С. 61-67.

17. Володина, М.В. Организация хранения и контроль запасов и сырья: учебник для учащихся учреждений сред.проф.образования / М.В. Володина,

Т.А. Сопачева. – 3-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2019. – 192 с.

18. Жукова, Н. П. О некоторых проблемах организации самостоятельной работы студентов в свете реализации компетентностного подхода к обучению / Н.П. Жукова, С.Н. Зарипов // Современные проблемы науки и образования. - 2014. - № 5. - С. 103

19. Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава // под ред. академика РАМН, профессора В.А. Тутельяна. – М. : Колос, 2013. –448 с.

20. Лутошкина, Г.Г. Техническое оснащение и организация рабочего места: учеб. для учащихся учреждений сред.проф.образования / Г.Г. Лутошкина, Ж.С. Анохина. – 1-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2018. – 240с.

21. Скурихина, И.М. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А. Тутельяна. М. : Де Липринт, 2012. – 236 с.

22. Щеткин, Б. Н. Рабочая тетрадь как одно из эффективных средств организации самостоятельной работы студентов / Б.Н. Щеткин // Международный журнал экспериментального образования. - 2015. - № 1-1. - С. 89-90.

Диетология и основы детского питания



**РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

«ДИЕТОЛОГИЯ И ОСНОВЫ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ»

учебное пособие

Челябинск, 2021

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли»

**РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО
ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ОП 10**

«ДИЕТОЛОГИЯ И ОСНОВЫ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ»

Для студентов профессиональной образовательной организации в системе
среднего специального образования, обучающихся по специальности
43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Ф.И.О. студента (– ки) _____

Группа _____

Челябинск, 2021

Рабочая тетрадь по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания» разработана для самостоятельной работы студентов профессиональной образовательной организации в системе среднего специального образования, обучающихся по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Содержание рабочей тетради состоит из 3 разделов, каждый из которых включает в себя теоретический материал, практические и тестовые задания.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	5
РАЗДЕЛ 1. ДИЕТОЛОГИЯ, ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ДИЕТИЧЕСКОГО И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ.....	6
Тема 1.1 Основы диетологии, принципы диетического (лечебно- профилактического) и детского питания.....	6
Тема 1.2 Особенности технологии обработки сырья и приготовления блюд и кулинарных изделий для диетического питания и детского питания.....	13
РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ.....	15
Тема 2.1 Особенности технологического процесса приготовления блюд для различных диет.....	15
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ.....	19
Тема 3.1 Особенности приготовления блюд для детского питания.....	19
Оценочный лист.....	22
Список рекомендуемой литературы.....	23

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Предлагаемая рабочая тетрадь по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания» предназначена для организации самостоятельной работы студентов профессиональной образовательной организации в системе среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело».

Задания, предлагаемые в рабочей тетради, помогут студентам не только усвоить материал той или иной темы, но и развить мышление, систематизировать полученные знания, самостоятельно работать с предлагаемой литературой, анализировать информацию и делать грамотные выводы.

В структуру рабочей тетради входит: содержание; пояснительная записка; краткий теоретический материал; практические задания по каждой теме; оценочный лист; рекомендуемая литература.

Рабочая тетрадь по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания» может выступать в качестве средства текущего, поэтапного и итогового контроля. Задания различны по структуре, приемам учебной деятельности, объему и предназначению. В частности включены задания на оперирование терминами, задания на заполнения таблицы, работу со схематическим материалом, тесты. Чтобы выполнить задания, студент должен знать материал, уметь его воспроизвести в простейших учебных операциях. Задания многофункциональны, нацелены на получение теоретических и практических навыков.

В рабочей тетради представлен список используемой литературы, в котором перечислены учебники и учебные пособия, использовавшиеся для разработки данного издания. В представленном списке можно найти необходимую информацию для заполнения рабочей тетради и изучения общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания».

Желаем удачи!

РАЗДЕЛ 1 ДИЕТОЛОГИЯ, ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ДИЕТИЧЕСКОГО И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

ТЕМА 1.1 ОСНОВЫ ДИЕТОЛОГИИ, ПРИНЦИПЫ ДИЕТИЧЕСКОГО (ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО) И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

Питание является важнейшей физиологической потребностью организма. Оно необходимо для построения и непрерывного обновления клеток и тканей; поступления энергии, необходимой для восполнения энергетических затрат организма; поступления веществ, из которых в организме образуются ферменты, гормоны, другие регуляторы обменных процессов и жизнедеятельности. Обмен веществ, функция и структура всех клеток, тканей и органов находятся в зависимости от характера питания. Питание - это сложный процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме пищевых веществ. Основным отличием диетического питания от повседневного является то условие, что исключаются из повседневного рациона продукты питания, которые могут вызвать обострение существующего заболевания или осложнить его течение.

При каждом заболевании исключаются определенные продукты питания: острые, соленые, жареные, копченые и др. Формирование диетического питания, а впоследствии диетических столов проходило в течение долгих десятилетий. В основе диетического питания лежит теория правильного питания – сбалансированного питания с жестким режимом, т. е. приемом пищи в определенные часы.

Диетическое питание обязательно должно учитывать возраст, пол, вес, профессию и многие другие факторы, которые сказываются на интенсивности обмена веществ у каждого конкретного человека. Назначая диетическое питание, врачи-диетологи преследуют общую цель: создание для организма человека максимально оптимальных условий для нормальной и полноценной жизнедеятельности.

Диетология – это раздел медицины, занимающийся изучением и обоснованием характера и норм питания при различных заболеваниях, а также организацией лечебного (диетического) питания. Лечебное питание и диетическое питание — очень близкие, но различающиеся по своему значению в практике питания понятия.

Под **диетическим питанием** подразумевают главным образом питание людей с хроническими заболеваниями вне обострения, например, питание трудоспособных работающих людей в санаториях-профилакториях и диетических столовых. Основные принципы лечебного питания при тех или иных заболеваниях сохраняются и в диетическом питании. Перечень требований к лечебному (диетическому) питанию совпадает с таковым для рационального питания, однако с учетом характера заболевания на короткий или продолжительный срок могут изменяться требования к энергетической ценности и химическому составу рациона, сбалансированности в нем пищевых веществ, набору продуктов и способам их кулинарной обработки, некоторым органолептическим показателям пищи, режиму питания.

Лечебное питание (диетотерапия) – это применение с лечебной целью специально составленных пищевых рационов и режимов питания для больных (с острыми заболеваниями или обострениями хронических заболеваний).

Лечебно-профилактическое питание - это питание лиц, работающих в условиях неблагоприятного воздействия производственной среды, например, токсических химических веществ, а также физических факторов.

Работа по обеспечению лечебного питания опирается на представления о причинах, механизмах и формах течения различных заболеваний, особенностях пищеварения и обмена веществ у здорового и больного человека. Особое значение имеет знание лечебных диет, технологии приготовления диетических блюд и организационных вопросов диетологии.

Рациональное питание (от латинского слова *rationalis* — разумный) — это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов. Рациональное питание способствует сохранению здоровья, сопротивляемости вредным факторам окружающей среды, высокой физической и умственной работоспособности, а также активному долголетию. Требования к рациональному питанию слагаются из требований к пищевому рациону, режиму питания и условиям приема пищи.

К пищевому рациону предъявляются следующие требования: 1) энергетическая ценность рациона должна покрывать энерготраты организма; 2) надлежащий химический состав — оптимальное количество сбалансированных между собой пищевых (питательных) веществ; 3) хорошая усвояемость пищи, зависящая от ее состава и способа приготовления; 4) высокие органолептические свойства пищи (внешний вид, консистенция, вкус, запах, цвет, температура). Эти свойства пищи влияют на аппетит и ее усвояемость; 5) разнообразие пищи за счет широкого ассортимента продуктов и различных приемов их кулинарной обработки; 6) способность пищи (состав, объем, кулинарная обработка) создавать чувство насыщения; 7) санитарно-эпидемическая безупречность и безвредность пищи.

Режим питания включает время и количество приемов пищи, интервалы между ними, распределение пищевого рациона по энергоценности, химическому составу, продуктовому набору, массе по приемам пищи.

Важны **условия приема пищи**: соответствующая обстановка, сервировка стола, отсутствие отвлекающих от еды факторов. Это способствует хорошему аппетиту, лучшему пищеварению и усвоению пищи.

Задание 1

Дайте определения (6 баллов):

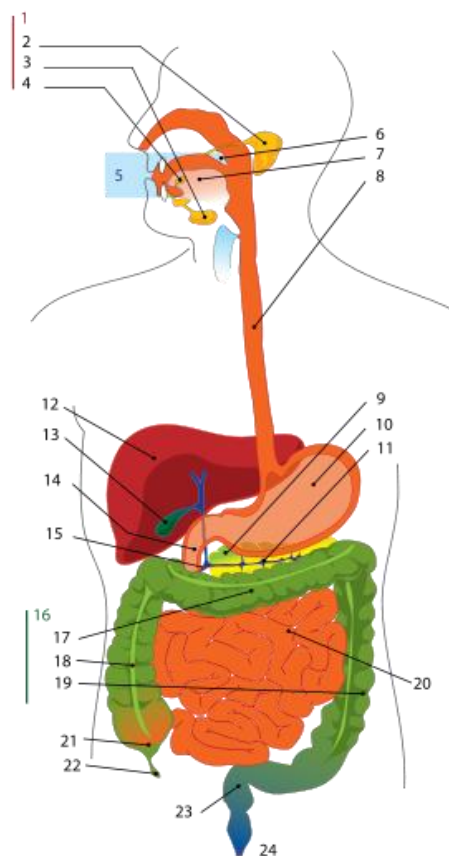
Рациональное питание -

Лечебно – профилактическое питание -

Диетическое питание -

Задание 2

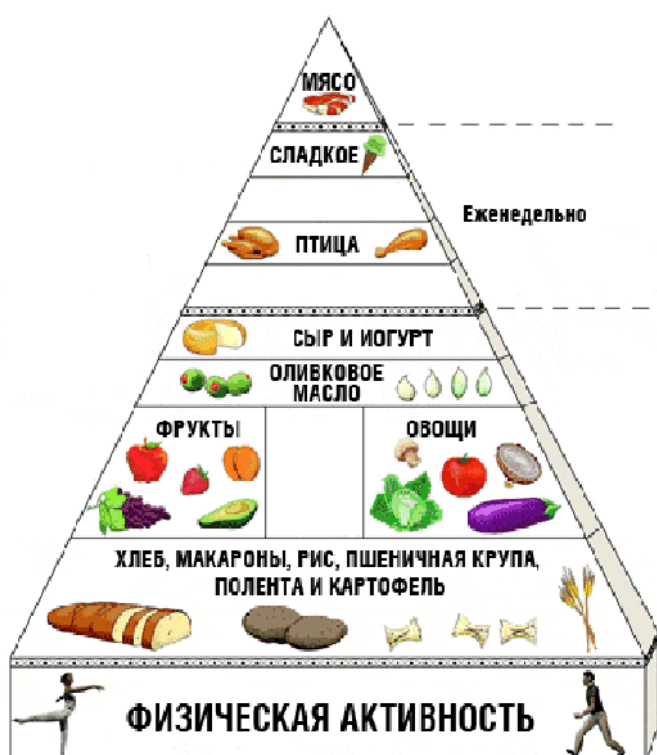
Обозначьте строение отделов желудочно-кишечного тракта (12 баллов):



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____
21. _____
22. _____
23. _____
24. _____

Задание 3










Вставьте недостающие элементы пищевой пирамиды (10 баллов):



БОБОВЫЕ И ОРЕХИ 	РЫБА
	ЯЙЦА
Ежемесячно	
Ежедневно	

Задание 4

Соотнесите продукты питания и витамины в них содержащиеся (9 баллов):

	говяжья печень, яйца, творог, рыба, молоко, шпинат, морковь, петрушка	Витамин B2
	яйца, молоко, говяжья печень, горох, фасоль, дрожжи, ростки пшеницы	Витамин A
	творог, яйца, овсяные хлопья, свинина, рыба, молоко, соевое масло	Витамин D
	цитрусовые, красные фрукты, цветная капуста, зеленый горошек, фасоль, редька.	Витамин B1
	растительное масло, говяжья печень, рыба, яичный желток, говядина	Витамин K
	молоко, салат, ростки пшеницы, растительное масло	Витамин H
	рыбий жир, оливковое масло, сухофрукты	Витамин E
	говяжья печень, грибы, овсяные хлопья, шоколад, яичный желток, орехи, молоко	Витамин F
	морская капуста, зеленый чай, шпинат, репчатый лук, чечевица	Витамин C

Задание 5

Предложите режим питания по часам, соблюдая правильные временные промежутки между приемами пищи (10 баллов):



Обед

Перекус

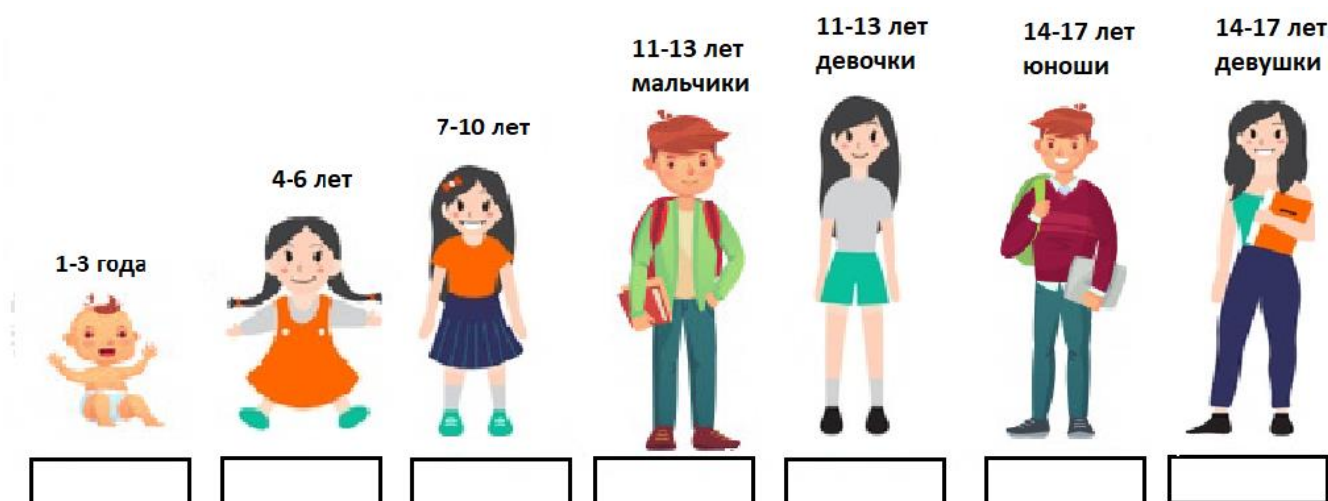
Перекус

Завтрак

Ужин

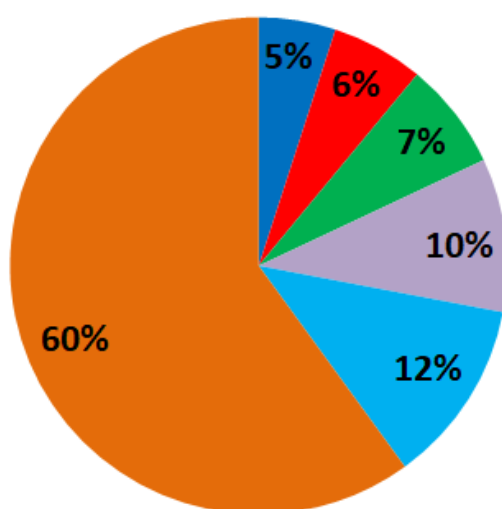
Задание 6

Укажите нормы энергетической ценности рациона для детей разного возраста (14 баллов):



Задание 7

Распишите нормы рационально питания (12 баллов):



животные жиры –
растительные жиры –
животные белки –
растительные белки –
сложные углеводы –
сахара -

Задание 8

Соотнесите группы работников и рационы лечебно-профилактического питания (10 баллов):

1. Применяется для персонала радиоактивных и ионизирующих производств, а также для производства лопаритовых концентратов.	А. Увеличено содержание овощей и белков животного происхождения. Молоко подлежит замене на кисломолочную продукцию, резко сокращается количество жиров.
2. Для персонала производств,	Б. Меню содержит кисломолочные продукты, фрукты, овощи,

использующих: азотную, серную кислоты; щелочные металлы; соединения хлора, фтора; фосфорорганические вещества.	ягоды со значительной концентрацией пектина (желательно применение без тепловой обработки). Увеличено содержание белков, углеводов, снижено – жиров.
3. Применяется на производствах с хромом и хромосодержащими соединениями.	В. Меню имеет гипоаллергенную направленность, обеспечивает регуляцию нервной и эндокринной системы. Включает: мясо кролика; печень; нерафинированные растительные масла; сметану; сливки; витамины С, Р, А, Е; соли Са, Mg, серы; щелочные продукты (молоко, овощи, фрукты, ягоды).
4. Используется для производств с применением соединений свинца	Г. Меню включает большое количество овощей, фруктов, зерновых продуктов
5. Для персонала, работающего с фосфорной кислотой, фосфором и его соединениями	Д. В меню вводятся творог, сыр, нежирная рыба, крольчатина. Добавляются пектиновые вещества (свекла, морковь, яблоки, персики, абрикосы), а также липотропные вещества для защиты печени.

1 - , 2 - , 3 - , 4 - , 5 -

Задание 9

Зачеркните продукты, которые нельзя употреблять, поддерживая определенную диеты (16 баллов):



Диета 10



Диета 15



Задание 10

Показания для назначения лечебных столов (15 баллов):

- | | |
|--------------|---|
| 1. Диета 1 | А. заболевания, не требующие особых диет |
| 2. Диета 2 | Б. болезнь почек с отхождением камней из фосфатов |
| 3. Диета 3 | В. острые инфекционные заболевания |
| 4. Диета 4 | Г. заболевания нервной системы |
| 5. Диета 5 | Д. туберкулез |
| 6. Диета 6 | Е. заболевания сердечно-сосудистой системы |
| 7. Диета 7 | Ж. сахарный диабет |
| 8. Диета 8 | И. ожирение |
| 9. Диета 9 | К. хронический и острый нефрит, ХПН |
| 10. Диета 10 | Л. мочекаменная болезнь, подагра |
| 11. Диета 11 | М. заболевания желчных путей и печени |
| 12. Диета 12 | Н. болезни кишечника с диареей |
| 13. Диета 13 | О. запоры |
| 14. Диета 14 | П. атрофический гастрит, колиты |
| 15. Диета 15 | Р. язва желудка и двенадцатиперстной кишки |

1 – , 2 – , 3 – , 4 – , 5 – , 6 – , 7 – , 8 – , 9 – , 10 – , 11 – , 12 – , 13 – , 14 – , 15 –

ТЕМА 1.2 ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИИ ОБРАБОТКИ СЫРЬЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ И ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

Особенности технологии приготовления – механическое щажение слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта обеспечивается лечебными диетами № 1 и 2. Достигается это следующими путями: снижением содержания в пище растительной клетчатки и животной соединительной ткани; тепловой обработкой, обеспечивающей максимальное размягчение животных и растительных тканей и исключающей образование грубой корочки; измельчением продуктов и приданием пище нежной консистенции.

К основным приемам тепловой обработки продуктов, применяемым в лечебной кулинарии, относятся варка в воде, на пару, припускание и тушение. При умеренном механическом щажении слизистых оболочек желудка и кишечника (диета № 2) используют такие приемы тепловой обработки продуктов, как запекание в духовом шкафу (пудинги, рулеты) и обжаривание без образования грубой корочки (мясные, рыбные, овощные, крупяные котлеты и биточки); изделия перед обжариванием не панируют.

Измельчение продуктов производят до или после их тепловой обработки. Мясо и рыбу измельчают в мясорубках и куттерах.

В процессе приготовления диетических блюд очень часто используют прием протираания круп после разваривания их в 5 – 10-кратном количестве воды.

Основой для приготовления первых блюд для детского питания обычно служат бульоны: овощной, мясной, куриный, рыбный. Бульоны можно давать как самостоятельное блюдо, без заправки, с сухариками или гренками. Чаше бульоны рекомендуется заправлять овощами, крупой или добавлять к ним мясо или яйца (бульон с мясными кнелями, бульон с яичными хлопьями, суп-пюре с протертым мясом, суп-пюре овощной, суп-пюре крупяной и т.д.).

При составлении меню нужно максимально использовать овощи. Рекомендуются овощные супы: щи, борщ, сборный суп с зеленым горошком, суп-горох и т.д. Не рекомендуется злоупотреблять молочным супом с вермишелью. Овощи и фрукты рекомендуется вводить в творожные запеканки (морковно-творожная, капустно-творожная, творожная с изюмом и сухофруктами). Запеканки можно подавать с подливами фруктовыми, из варенья, сгущенного молока. Должны быть широко использованы винегреты, салаты из вареных овощей. Ребенок должен получать полагающееся ему растительное масло, которое при добавке к нарезанным огурцам и помидорам, подающимся детям в небольших количествах, часто остается на тарелке.

Увеличение количества овощных блюд осуществляется за счет введения сырых салатов (капуста, капуста и морковь, морковь и яблоки и др.). Эти термически не обработанные продукты являются более полноценными. При этом, однако, необходима тщательная обработка продуктов, защищающая детей от инфекций и инвазий. Детям следует предлагать и сырые овощи в целом виде (морковь, брюква, репа).

Задание 11

Назовите изображённый метод щажения (10 баллов):



Задание 12

К какому щажению относятся следующие приемы кулинарной обработки продуктов (9 баллов)?

извлечение из мяса и рыбы экстрактивных веществ — _____
 удаление из некоторых овощей эфирных масел — _____
 исключение процессов обжаривания и запекания — _____

1. Механическое щажение 2. Химическое щажение 3. Термическое щажение

Задание 13

Вставьте пропущенные слова (16 баллов):

В ассортименте диетической продукции преобладают блюда в _____ виде. Рубленые мясные и рыбные изделия предпочтительно _____, а овощи и плоды — _____. Это _____ вкусовые достоинства пищи и _____ сохранность многих пищевых веществ. Если в диете допускаются жареные блюда, то жарят на _____ или _____ масле. _____ масло кладут в готовое блюдо.

Задание 14

Выберите продукты, которые чаще всего обогащают (15 баллов):



РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

ТЕМА 2.1 ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ДИЕТ

В лечебном питании используют закуски из различных продуктов. Овощные закуски включают в диеты № 2, 5, 7/10 и 9. Для диеты № 2 используют закуски из тертой моркови со сметаной или с медом.

Для диет № 5 и 7/10 овощи сочетают с плодами и ягодами, чтобы замаскировать отсутствие соли: морковь, припущенная с курагой, салат из помидоров с яблоками, из белокочанной капусты с яблоками и т. п. Закуски из редиса готовят только для диеты № 9. Овощи для закусок варят на пару или припускают. Заправляют салаты и винегреты только натуральным (виноградным) уксусом или 2%-м раствором лимонной кислоты.

Ассортимент рыбных закусок ограничен: салаты рыбные, заливная и фаршированная рыба, паштеты. Только для диет № 7/10 готовят отварную рыбу под маринадом, а для диеты № 9 – кильку с зеленым луком. Салаты рыбные заправляют не майонезом, а растительным маслом.

В ассортимент мясных закусок входят салаты с майонезом (диета № 9), паштет печеночный (диета № 2), заливные фрикадельки и студень (диеты № 2 и 9). Используют и закуски из субпродуктов (мозги отварные, заливные), язык заливной, язык отварной с овощами (диета № 2).

В тех случаях, когда надо обеспечить механическое и химическое щажение, готовят протертые блюда из отварного мяса. Примером такого блюда может служить сыр из мяса (диеты № 1 и 2).

Особенности приготовления первых диетических блюд заключаются в следующем. В диеты чаще включают вегетарианские и молочные супы, т.е. приготовляемые на воде, отварах из овощей, круп, макаронных изделий, на молоке, разбавленном водой, а не на бульонах. Кроме супов на первичных мясных, куриных, грибных, рыбных бульонах (диеты № 2, 3, 11, 15), используют слабые и вторичные бульоны, которые содержат меньше азотистых экстрактивных веществ, в том числе пуриновых оснований (диеты № 7, 8, 9, 10).

Мясные и рыбные блюда для диетического питания готовят посредством варки на пару или в воде, припуская в небольшом количестве воды или бульона, запекания. На диеты, при которых требуется удаление экстрактивных веществ, продукты предварительно варят до полуготовности. Фарш готовится обычным способом, а количество соли, лука, перца корректируют в зависимости от диеты.

Для диет № 1 и 2 почти все овощные блюда готовят в протертом виде (пюре, пудинги, суфле). Для диеты № 1 их готовят паровыми и вареными, а для диеты № 2 — паровыми, вареными, тушеными и запеченными. Для диет № 5 и 7/10 овощные блюда используют очень широко в сыром, вареном и запеченном виде. Не готовят для этих диет только блюда из щавеля, шпината и грибов. Для диеты № 9 рекомендуют любые блюда из овощей, содержащих мало углеводов, а морковь, свеклу, репу и картофель обязательно отваривают или припускают, после чего тушат, запекают или жарят (картофель).

При изготовлении блюд лечебного питания очень часто овощи комбинируют с творогом (морковник и картофельные блюда с творогом), с яблоками, курагой и т. д.

Ассортимент блюд из круп в столовых лечебного питания и способы их приготовления те же, что и на обычных предприятиях общественного питания. Преобладают жидкие и вязкие каши на воде или молоке, но готовят и рассыпчатые каши. Особенностью является приготовление каш с добавлением овощей: манная и рисовая каша с протертой морковью, пшенная с тыквой и т. д. Иногда каши после варки протирают (диеты № 1 и 2).

Готовят большое количество кулинарных изделий из каш: пудинги паровые (диеты № 1, 2, 5, 7/10), котлеты, биточки, клецки. Для диет № 5 и 7/10 в каши и изделия из них добавляют чернослив, сушеные фрукты.

Для этих диет готовят запеканки и пудинги крупяные с протертым творогом. Только для диеты № 9 блюда из круп резко ограничивают.

Яичные и творожные блюда лечебного питания готовят как обычно, но более тщательно перетирают творог. Блюда подбирают с более нежной консистенцией (омлеты, яичная кашка, яйца в сметане, творог натуральный протертый, паровые пудинги и т. п.).

Блюда из рыбы незначительно раздражают стенки желудка и кишечника, и поэтому их используют для диет № 1 и 2 не только в рубленом, но и в натуральном виде. Блюда из рыбы готовят и в других диетах, но в зависимости от характера диет применяют разные приемы тепловой обработки: жарку (№ 2 и 9), варку (№ 1 и 5), отваривание с последующим запеканием (№ 5), отваривание с последующей жаркой (№ 7/10), СВЧ-нагрев (№ 2).

Компоты, кисели, муссы и самбуки, кремы и желе готовят по общим правилам, но для диеты № 9 сахар заменяют сахарином, аспартамом, сукрозитом, сорбитом или ксилитом и др.

Задание 15

Назовите специализированное оборудование и инвентарь для приготовления диетических блюд (16 баллов):

Задание 16

Назовите и опишите приготовление диетических блюд из предложенных продуктов (18 баллов):

1. Холодная закуска – _____
наименование блюда

Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

2. Суп - _____

наименование блюда

Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

3. Соус – _____

наименование блюда

Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

Задание 17

Уберите лишний(е) ингредиент(ы) и опишите технологию приготовления блюда (16 баллов):

1. Зразы отбивные паровые (рыбные)

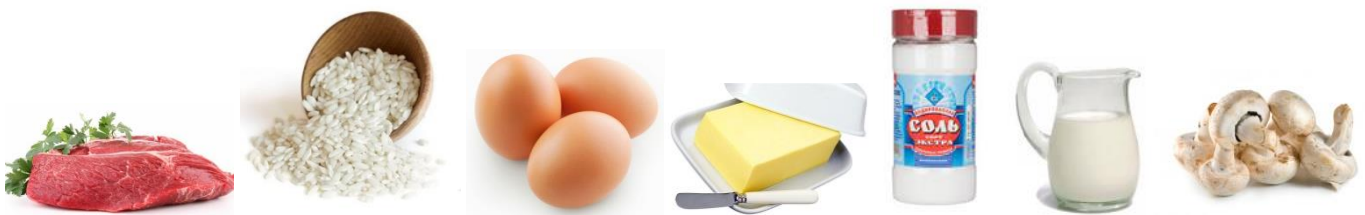
Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

2. Суфле из отварного мяса и риса

Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

3. Творожное суфле

Ингредиенты:



Технология приготовления: _____

4. Яблоки, фаршированные творогом

Ингредиенты:



Технология
приготовления:

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

ТЕМА 3.1 ОСОБЕННОСТИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ

В организации рационального питания детей большое значение имеет научно обоснованная технология приготовления пищи. Правильная кулинарная обработка продуктов максимально сохраняет их пищевую ценность, повышает усвояемость и придает пище хорошие органолептические показатели качества.

Кулинарная обработка включает два способа – механическую и тепловую. Несоблюдение санитарно-гигиенических требований при механической кулинарной обработке продуктов может привести к повышению их микробного обсеменения. Тепловая кулинарная обработка придает продуктам новые свойства: размягчает их, способствует улучшению вкуса и запаха. При тепловой обработке продуктов предпочтение отдают таким способам обработки, как припускание, варка, запекание, тушение. Ограничивают жарку основным способом, полностью исключают жарку во фритюре.

Запрещено принимать в детские учреждения мясо без клейма и ветеринарного заключения, яйцо без ветеринарного свидетельства, импортное мясо и мясопродукты, поступившие по прямым поставкам и гуманитарной помощи, утиные и гусиные яйца, плоды и овощи с признаками порчи, все виды грибов, особо скоропортящиеся продукты и консервы с близким к завершению сроком годности.

В технологии приготовления блюд исключают уксус, горчицу, перец, хрен, жирное мясо, кулинарные жиры и маргарин. Из меню необходимо исключить острые супы (харчо, солянки и др.), макароны с фаршем, мясные и рыбные блюда с костями, кофе, бульоны.

Необходимо обязательно включать в рацион молочные продукты, свежие овощи и фрукты, мясные и рыбные продукты, растительные жиры и сливочное масло, использовать витаминизированные продукты.

В технологии приготовления блюд исключают уксус, горчицу, перец, хрен, жирное мясо, кулинарные жиры и маргарин. Из меню необходимо исключить острые супы (харчо, солянки и др.), омлеты из меланжа, макароны с фаршем, мясные и рыбные блюда с костями, кофе, бульоны.

Необходимо обязательно включать в рацион молочные продукты, свежие овощи и фрукты, мясные и рыбные продукты, растительные жиры и сливочное масло, использовать витаминизированные продукты.

Задание 18

Заполните таблицу «Физиологические нормы питания детей» (21 балл):

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
1 - 3 года			
4 - 6 лет			
7 – 10 лет			
11 – 13 лет (мальчики)			

11 – 13 лет (девочки)			
14 – 17 лет (мальчики)			
14 – 17 лет (девочки)			

Задание 19

Заполните пропуски в таблице «Количество пищи для школьников на каждый день»(8 баллов):

Наименование блюд	Количество, г, мл	
	для детей 7 – 11 лет	для детей 12 – 14 лет
Завтрак: каша или овощи кофе с молоком или чай с молоком, какао на молоке		300 – 400 200
Обед: суп котлета, мясо гарнир – овощи или каша компот, кисель	300 – 400 100 150 – 200 200	
Полдник: молоко, кефир, простокваша булочка фрукты		200 100 100
Ужин: крупяное или овощное блюдо кефир, чай, кофе с молоком	300 200	

Задание 20

Выберите продукты, рекомендуемые для употребления в питании детей (6 баллов):



Задание 21

Выберите продукты, которые не допускаются для реализации в организациях общественного питания образовательных учреждений (5 баллов):



Задание 22

Составьте вариант меню для подростков (10 баллов):

Завтрак:

Перекус:

Обед:

Перекус:

Ужин:

ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ

№ темы	Максимальный балл	Текущий балл	Оценка
1.1	108		
1.2	50		
2.1	50		
3.1	50		
Итого:	258		

Шкала оценивания результатов

Количество баллов итого	Оценка
232 – 258	«отлично»
206 – 231	«хорошо»
180 – 205	«удовлетворительно»
Ниже 180	«не удовлетворительно»

Список рекомендуемой литературы:

нормативная документация

1. Методические рекомендации от 12 ноября 2015 г. МР 2.4.5.0107-15. 2.4.5 Примерные меню горячих школьных завтраков и обедов для организации питания детей 7-11 и 11-18 лет в государственных образовательных учреждениях.

2. Методические рекомендации от 24 августа 2007 г. № 0100/8605-07-34 Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7-11 и 11-18 лет.

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (вместе с СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы)

4. Приказ Минздравсоцразвития России и Минобрнауки от 11 марта 2012 г. № 213н/178 «Об утверждении методических рекомендаций организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений

5. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

6. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

7. Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»

8. Федеральный закон от 2 января 2000 г. № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»

9. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

учебная литература

10. Алексеева, А.С. Организация питания детей в дошкольных учреждениях: пособие для дет. сада/ А.С. Алексеева, Л.В.Дружинина, К.С.Ладодо. – М. : Просвещение, 2016. – 208 с.

11. Барановский, А.Ю. Диетология / А. Ю. Барановский – СПб. : Питер, 2016. – 960 с.

12. Бренц, М.Я., Сизова, Н.П.Технология приготовления диетических блюд: Учеб.

пособие для технол. отд-ий техникумов/ М.Я Бренц. и Н.П. Сизова М.: Экономика,1983. – 206 с.

13. Володина, М.В. Организация хранения и контроль запасов и сырья: учебник для учащихся учреждений сред.проф.образования / М.В. Володина, Т.А. Сопачева. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 192 с.

14. Картоотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава // под ред. академика РАМН, профессора В.А. Тутельяна. – М. : Колос, 2013. –448 с.

15. Лутошкина, Г.Г. Техническое оснащение и организация рабочего места: учеб. для учащихся учреждений сред.проф.образования / Г.Г. Лутошкина, Ж.С. Анохина. – 1-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2018. – 240с.

16. Скурихина, И.М. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А. Тутельяна. М. : Де Липринт, 2012. – 236 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Утверждаю

Зам. Директора по УПР

_____ Н.С. Галеева

«11» января 2021г.

АКТ

о внедрении рабочей тетради для самостоятельной работы студентов по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания» по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»

В учебный процесс ГБПОУ «Челябинский государственный колледж индустрии питания и торговли» внедрена рабочая тетрадь для самостоятельной работы студентов по общепрофессиональной дисциплине ОП 10 «Диетология и основы детского питания», студенткой группы ЗФ – 509/083 – 5 – 1 Юшковой А.С. для специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело»

Зам. директора по УПР _____ Н.С. Галеева