



**Учебный план**  
программы профессиональной переподготовки

«Спортивная диетология и нутрициология» с присвоением квалификации «Специалист по спортивной нутрициологии» (1020 ч.)

Непп	Наименование дисциплины	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
<b>Раздел общепрофессиональных дисциплин</b>						
1	Основы молекулярной диетологии и нутрициологии	24	18	2	4	3
2	Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения	24	18	2	4	3
3	Основы эндокринологии и иммунологии	33	25	2	6	3
4	Основы организации здорового питания населения Российской Федерации. Медико-биологическое обеспечение занятий физкультурой и спортом	35	25	2	8	3
5	Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	26	20	2	4	3
<b>Раздел специальных дисциплин</b>						
6	Модель питания современного человека: сущностные и нормативные основы	28	20	2	6	3
7	Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	31	23	2	6	3
8	Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания	93	88	2	3	3
9	Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	33	25	2	6	3
10	Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание	33	28	2	3	ДЗ
11	Эволюция человека: питание и образ жизни	32	24	2	6	3
12	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	27	19	2	6	3
13	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	25	19	2	4	3
14	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности	36	30	2	4	ДЗ
15	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	34	28	2	4	3
16	Питание для поддержания спортивного долголетия	30	24	2	4	3
17	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	31	23	2	6	3
18	Составление базового рациона питания при занятиях спортом	36	27	2	7	ДЗ
<b>Раздел дисциплины дополнительной специализации</b>						
19	Коррекция режима питания спортсменов на основе прогностической модели, определение дефицитов биологически активных веществ и их профилактика	35	25	2	8	3
20	Актуальные вопросы противодействия допингу в спорте. Применение таргетных витаминно-минеральных комплексов	31	20	2	9	3
21	Продукты специального назначения для спортсменов и людей, испытывающих повышенные физические нагрузки	39	25	2	12	3
22	Методологические основы создания индивидуализированных рационов питания спортсменов	44	30	2	12	ДЗ
23	Основные направления коррекции энергодефицита и недостаточности поступления нутриентов при различных видах физической активности	52	30	2	20	ДЗ
24	Рациональное питание и использование восстановительных мероприятий при повышенных физических нагрузках	40	30	2	8	3
25	Регуляция гормональных и метаболических сдвигов при повышенных физических нагрузках. Регидратация организма спортсмена	55	33	2	20	ДЗ
26	Регуляция кишечной микробиоты для коррекции метаболизма и повышения пищевого статуса спортсменов	45	25	2	18	3
27	Методики оценки и интерпретации биохимических показателей при повышенных физических нагрузках	50	30	2	18	3
Итоговая аттестация			18			Итоговый междисциплинарный экзамен
<b>ИТОГО</b>		<b>1020</b>				

**Календарный учебный график**

Непп	Наименование дисциплины	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Основы молекулярной диетологии и нутрициологии	24	1
2	Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения	24	1-2
3	Основы эндокринологии и иммунологии	33	2
4	Основы организации здорового питания населения Российской Федерации. Медико-биологическое обеспечение занятий физкультурой и спортом	35	2-3
5	Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	26	3-4
6	Модель питания современного человека: сущностные и нормативные основы	28	4
7	Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	31	5
8	Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания	93	5-6
9	Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	33	6-7
10	Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание	33	7
11	Эволюция человека: питание и образ жизни	32	8
12	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	27	8-9
13	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	25	9-10
14	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности	36	10-11
15	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	34	11
16	Питание для поддержания спортивного долголетия	30	11-12
17	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	31	12-13
18	Составление базового рациона питания при занятиях спортом	36	13-14
19	Коррекция режима питания спортсменов на основе прогностической модели, определение дефицитов биологически активных веществ и их профилактика	35	14-15
20	Актуальные вопросы противодействия допингу в спорте. Применение таргетных витаминно-минеральных комплексов	31	15-16
21	Продукты специального назначения для спортсменов и людей, испытывающих повышенные физические нагрузки	39	16-18
22	Методологические основы создания индивидуализированных рационов питания спортсменов	44	18-19
23	Основные направления коррекции энергодефицита и недостаточности поступления нутриентов при различных видах физической активности	52	19-20
24	Рациональное питание и использование восстановительных мероприятий при повышенных физических нагрузках	40	20-21
25	Регуляция гормональных и метаболических сдвигов при повышенных физических нагрузках. Регидратация организма спортсмена	55	21-23
26	Регуляция кишечной микробиоты для коррекции метаболизма и повышения пищевого статуса спортсменов	45	23-24
27	Методики оценки и интерпретации биохимических показателей при повышенных физических нагрузках	50	24-25
Итоговая аттестация			18
			25