



УТВЕРЖДАЮ:  
Приказ № 101 от 22 марта 2021 г.  
Генеральный директор ГСФИЦРФД  
А.Н. Смирнов

Учебный план  
программы профессиональной переподготовки  
**«Основы спортивной нутрициологии» с присвоением квалификации «Фитнес-нутриолог» (1012 часов)**

Ном.	Наименование дисциплины	Общая продолжительность, в часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ГИЗ)			
			Лекции	Тестирование	Практические занятия				
<b>Раздел общепрофессиональных дисциплин</b>									
1	Пищеведение	26	30	4	4	3			
2	Патология здоровья	32	22	2	8	3			
3	Психофизиология	34	28	2	4	3			
<b>Раздел специальных дисциплин</b>									
4	Введение в нутрициологию	38	32	1	5	ДЗ			
5	Основные принципы и правила здорового питания	14	10	2	2	3			
6	Основные пищевые вещества. Значение кулинарных и фитнес в питании	18	12	2	4	3			
7	Дифференциация основных типов нутриентов	18	12	2	4	3			
8	Классическая теория общеизвестного питания и здоровья	24	18	1	5	3			
9	Теория адекватного питания	24	18	1	5	3			
10	Диетические источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	22	16	1	5	3			
11	Роль нутриентов в общем здоровье	24	18	1	5	3			
12	Физиологические потребности в энергии и основных пищевых веществах. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания	18	12	2	4	3			
13	Идеальная масса тела. Типы конституции человека	18	12	2	4	3			
14	Анатомометрия. Методы оценки состояния тела	18	12	2	4	3			
15	Проблемы пищевого восприятия и последствия. Психологические элементы работы с людьми, имеющими избыточную массу тела	24	18	1	5	3			
16	Оценка и коррекция рациона	24	18	1	5	3			
17	Технология приготовления диетической пищи	24	18	1	5	3			
18	Биохимическая и физиологическая характеристика всех типов нутриентов продуктов питания	12	8	2	2	3			
19	Физиологические параметры и эффекты их применения	12	8	2	2	3			
20	Вода как неизмененный компонент пищи при физической подготовке	12	8	2	2	3			
21	Биохимическая и физиологическая характеристика всех типов нутриентов продуктов питания	18	12	2	4	3			
22	Обучение интерактивному подходу к нутриентам	18	12	2	4	3			
23	Методика подбора нутриентов в зависимости от производителя и способа производства	18	12	2	4	3			
24	Основные способы и методы применения нутриентов для решения различных задач в фитнес	18	12	2	4	3			
25	Способы и методы самостоятельного приготовления сладких смесей на основе нутриентных различий типов	18	12	2	4	3			
26	Планы «базовых принципов совместного использования нутриентов и основных функциональных средств»	18	12	2	4	3			
<b>Раздел дисциплин дополнительной специализации</b>									
27	Физиологическое сопровождение в фитнесе	84	48	12	24	3			
27.1	Построение производственных программ в зависимости от целей конкуренции	14	8	2	4				
27.2	Составление рациона питания, соответствующего целям конкуренции	14	8	2	4				
27.3	Фотография для клиентов (диетическая работа, диеты, коктейли, меню контроля, меню контроля, меню анализа, меню, меню, меню, меню)	14	8	2	4				
27.4	Индивидуальный менеджер (диета и меню)	14	8	2	4				
27.5	Индивидуальный менеджер (диета и меню)	14	8	2	4				
27.6	Школа фитнес-питания и спортивного сопровождения (АПК «Мотивация»)	14	8	2	4				
28	Актуальные исследования и практика управления балансом головы и суставов	38	24	6	8	3			
28.1	Об особенностях пищевой технологии в различных смесях и различиях	11	7	2	2				
28.2	Рациональные размеры и способы приема. Соблюдение калорий и насыщения	14	10	2	2				
28.3	Сортирование при разработке программы питания	13	7	2	4				
29	Правила организации рационального питания в зависимости от задач тренировочного процесса	42	24	6	12	3			
30	Применение биологически активных добавок (БАД). Влияние на организм	24	18	1	5	3			
31	Об особенностях консультирования клиентов при наиболее распространенных заболеваниях	120	80	20	20	3			
31.1	Информативное напоминание биохимического, геронтологического профайла крови человека	12	8	2	2				
31.2	Информативное напоминание общего анализа мочи и мочи при патологии	12	8	2	2				
31.3	Иммобилитическая субсидиарность и нутрициология. Итоги коррекции метаболизма	12	8	2	2				
31.4	Возможность методов лабораторной диагностики при выявлении дефицита микроэлементов	12	8	2	2				
31.5	Патомеханические аспекты дефицита кальция при заболеваниях органов пищеварения	12	8	2	2				
31.6	Лечение и геронтологическое заболевание: лечение профилактика и лечения	12	8	2	2				
31.7	Питание и патология сердечно-сосудистых заболеваний	12	8	2	2				
31.8	Роль питательных веществ в развитии сердечно-сосудистого заболевания и его предотвращении	12	8	2	2				
31.9	Реабилитационные системы и диеты интенсивного питания	12	8	2	2				
31.10	Биотехнология в питании с хронической болезнью почек (ХБП)	12	8	2	2				
32	Физиологическое консультирование различных категорий граждан	36	24	6	6	3			
32.1	Рекомендации по питанию беременным женщинам	12	8	2	2				
32.2	Консультирование людей пожилого возраста	12	8	2	2				
32.3	Консультирование родителей по детской диатезной	12	8	2	2				
33	Санитарно-гигиенические требования к продукту, государственный контроль	30	20	2	8	3			
34	Неблагоприятные для организма компоненты пищи	30	20	2	8	ДЗ			
35	Основы оказания первой помощи при экстренных ситуациях	40	30	2	8	3			
Итоговая аттестация			12			Итоговый межdisciplinarnyj заседани			
<b>ИТОГО</b>									
<b>1012</b>									

Календарный учебный график

Ном.	Наименование дисциплины	Общая продолжительность, в часах	Учебные недели	
			Неделя	Неделя
1	Пищеведение	38	1	
2	Патология здоровья	32	2	
3	Психофизиология	34	3	
4	Введение в нутрициологию	38	4	
5	Основные принципы и правила здорового питания	14	5	
6	Основные пищевые вещества. Значение кулинарных и фитнес в питании	18	5	
7	Дифференциация основных типов нутриентов	18	6	
8	Классическая теория общеизвестного питания и здоровья	24	6	
9	Теория адекватного питания	24	7	
10	Диетические источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	22	7,8	
11	Роль нутриентов в общем здоровье	24	8	
12	Физиологические потребности в энергии и основных пищевых веществах. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания	18	9	
13	Идеальная масса тела. Типы конституции человека	18	9	
14	Анатомометрия. Методы оценки состояния тела	18	10	
15	Проблемы пищевого восприятия и последствия	12	10-11	
16	Оценка и коррекция рациона	24	11	
17	Технология приготовления диетической пищи	24	12	
18	Базовые нутриенты и их функции	12	12	
19	Эпидемиология и факторы риска от применения	12	13	
20	Вода как излюбленный компонент пищи при физической подготовке	12	13	
21	Биохимическая и физиологическая характеристика всех типов нутриентов продуктов спортивного питания	18	13-14	
22	Обучение интерактивному подходу к нутриентам	18	14	
23	Методика подбора нутриентов в зависимости от производителя и способа производства	18	14	
24	Основные способы и методы применения нутриентов для решения различных задач в фитнес	18	15	
25	Способы и методы самостоятельного приготовления сладких смесей на основе нутриентных различных типов	18	15	
26	Планы «базовых принципов совместного использования нутриентов и основных функциональных средств»	18	16	
27	Дистанционное сопровождение в фитнесе	84	16-19	
28	Актуальные исследования и практика управления балансом головы и суставов	38	20	
29	Применение биологически активных добавок (БАД). Влияние на организм	12	21-22	
30	Применение биологически активных добавок (БАД). Влияние на организм	24	22	
31	Об особенностях консультирования клиентов при наиболее распространенных заболеваниях	120	25-26	
32	Дистанционное консультирование различных категорий граждан	36	27	
33	Санитарно-гигиенические требования к продукту, государственный контроль	30	28	
34	Неблагоприятные для организма компоненты пищи	30	29	
35	Основы оказания первой помощи при экстренных ситуациях	40	30-31	
Итоговая аттестация			12	32