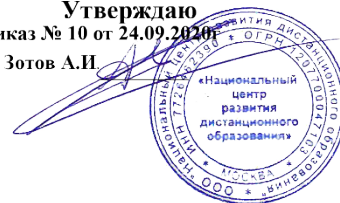


Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центр развития дистанционного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, д.7, к.1, комната 12,
тел. +7-916 171-58-13, e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

Утверждаю
Приказ № 10 от 24.09.2020
Директор Зотов А.И.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

«Спортивная диетология и нутрициология»

Вид профессиональной деятельности
Физическая культура и спорт

Общая трудоемкость
540 академических часов

Форма обучения
Заочная

Москва, 2020

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940).
4. Профессиональный стандарт «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 950н).
5. Профессиональный стандарт «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 года № 353н).
6. Локальные нормативные акты Образовательной организации.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: формирование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Характеристика нового вида профессиональной деятельности

Область профессиональной деятельности: физическая культура и спорт.

Объекты профессиональной деятельности: физиологическое обоснование организации спортивного и диетического питания, физической подготовки.

Виды профессиональной деятельности:

ВД 1. Формирование средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом.

ВД 2. Организация и проведение с населением занятий по фитнесу.

Выпускник, освоивший программу профессиональной переподготовки, готов решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа:

ВД 1. Формирование средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом:

– формирование у населения представления о системе фитнеса путем разъяснения взаимосвязи компонентов фитнеса: силы, скорости, мощности, анаэробной и аэробной выносливости, ловкости, равновесия, координации, гибкости, относительного процентного отношения жировых и нежировых тканей в теле человека, биохимического баланса организма человека.

ВД 2. Организация и проведение с населением занятий по фитнесу:

– методическая помощь занимающемуся лицу по общим вопросам энергозатрат и антидопингу.

Уровень квалификации

Достижение 6 уровня квалификации в соответствии с профессиональным стандартом «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)».

Достижение 5 уровня квалификации в соответствии с профессиональным стандартом «Специалист по продвижению фитнес-услуг».

Присваиваемая квалификация: квалификация не присваивается.

Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию, и (или) перечень новых компетенций, формирующихся в процессе освоения программы

В процессе освоения программы обучающийся формирует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура:

Код компетенции	Наименование компетенции
ОПК-6	Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

Планируемые результаты обучения

Выпускник должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими виду(ам) деятельности по профессиональным стандартам «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)», «Специалист по продвижению фитнес-услуг»:

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 1. Формирование средств для продвижения фитнес-услуг и адаптации населения к занятиям фитнесом (А/02.5)	
ОПК-6	Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
ВД 2. Организация и проведение с населением занятий по фитнесу (А/В/6)	
ОПК-6	Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 540 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Обща я трудо емкос ть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежу точной и итогово й аттестаци и (ДЗ, З)
			Ле кц ии	Тести рование	Практи ческие заняти я	
Раздел общепрофессиональных дисциплин						
1	Основы молекулярной диетологии и нутрициологии	24	18	2	4	З
2	Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения	24	18	2	4	З
3	Основы эндокринологии и иммунологии	33	25	2	6	З
4	Анатомия и физиология пищеварения	18	12	2	4	З
5	Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	26	20	2	4	З
Раздел специальных дисциплин						
6	Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	31	23	2	6	З
7	Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания	93	88	2	3	З
8	Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	33	25	2	6	З
9	Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание	33	28	2	3	ДЗ
10	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	27	19	2	6	З
11	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	25	19	2	4	З
12	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности	36	30	2	4	ДЗ
13	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	34	28	2	4	З
14	Питание для поддержания спортивного долголетия	30	24	2	4	З
15	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	31	23	2	6	З

16	Составление базового рациона питания при занятиях спортом	36	27	2	7	ДЗ
Итоговая аттестация		6				Итоговый междисциплинарный экзамен
ИТОГО		540				

2.2. Учебно-тематический план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Всего часов	Содержание лекций (количество часов)	Наименование практических занятий (количество часов)	Тестирование
Раздел общепрофессиональных дисциплин					
1	Основы молекулярной диетологии и нутрициологии	24	Молекулярная диетология для профилактики заболеваний (Часть 1). Молекулярная диетология для профилактики заболеваний (Часть 2). Основы нутрициологии (18 часов)	Выполните задание: Заполните анкету вкусовых предпочтений. (4 часа)	Тест (2 часа)
2	Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения	24	Теоретические основы гастроэнтерологии (Часть 1). Теоретические основы гастроэнтерологии (Часть 2). Патофизиология пищеварения (18 часов)	Выполните задание: Определите порог ощущения для каждого вещества (минимальная концентрация веществ, дающая определенное вкусовое ощущение). (4 часа)	Тест (2 часа)
3	Основы эндокринологии и иммунологии	33	Основы эндокринологии (Часть 1). Основы эндокринологии (Часть 2). Основы эндокринологии (Часть 3). Основы эндокринологии (Часть 4). Основы иммунологии (25 часов)	Выполните задания: 1. Закончите это предложение: Самой большой эндокринной железой у человека является... 2. Какой основной гормон обеспечивает сопротивляемость к стрессу? В чём	Тест (2 часа)

				закljučается механизм его действия? 3. Как осуществляется регуляция гомеостаза кальция в организме человека? 4. Поясните механизм действия андрогенов. 5. О каком типе иммунитета идет речь и как объяснить его: В крови каждого человека можно обнаружить антитела к патогенным и непатогенным бактериям, обитающим в кишечнике человека. У некоторых людей в крови есть антитела-реагины на растительные антигены (тополиный пух, пыльцу). (6 часов)	
4	Анатомия и физиология пищеварения	18	Типы пищеварения. Физиологические основы голода и насыщения. Пищеварение в полости рта и желудке. Пищеварение в кишечнике. Современные методы исследования функций ЖКТ (12 часов)	Выполните задание: Решите ситуационные задачи: 1. Во время приема пищи пациент терапевтического отделения разговаривал и внезапно поперхнулся? Почему это случилось, с чем это связано? 2. Пациентка, находящаяся на лечении в больнице, почувствовала боль за грудиной, учащенное сердцебиение и обратилась к медсестре, которая дала лекарственное вещество нитроглицерин, чтобы она рассасывала	Тест (2 часа)

				таблетку в полости рта, у пациентки через несколько минут боль ушла. Какая способность слизистой оболочки в полости рта на нитроглицерин? (4 часа)	
5	Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	26	Коррекция питания спортсменов (Часть 1). Коррекция питания спортсменов (Часть 2). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 1). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 2). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 3) (20 часов)	Выполните задание: 1. Рассчитайте и запишите Ваш собственный нижний порог сжигания жира. 2. Рассчитайте и запишите Ваш предельный пульс при физической нагрузке: $(220 - \text{возраст} - \text{пульс в покое}) \times 0,75 + \text{пульс в покое}$. (4 часа)	Тест (2 часа)
Раздел специальных дисциплин					
6	Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	31	Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ (Часть 1). Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ (Часть 2). Расчет расхода энергии с учетом газообмена. Расчет должного основного обмена по формулам Гарриса-Бенедикта. Значение нутриентов в фитнесе и спорте (23 часа)	Выполните задание: Сделайте вывод о величине своего должного основного обмена. (6 часов)	Тест (2 часа)
7	Дефициты и избыточность питания. Дефицитные	93	Дефициты и избыточность питания. Болезни органов пищеварения и диетотерапия. Болезни	Выполните задания и дайте ответы: 1. На диагностике установлено, что у беременной женщины	Тест (2 часа)

	состояния и заболевания		сердечно-сосудистой системы и диетотерапия. Болезни почек, мочевыводящих путей и диетотерапия. Болезни эндокринной системы, нарушения обмена веществ и диетотерапия. Болезни дыхательной системы и диетотерапия. Питание при некоторых хирургических заболеваниях. Диетотерапия при некоторых других состояниях и заболеваниях. Диетотерапия в акушерстве и гинекологии. Диетотерапия в онкологии. Диетотерапия и ВИЧ (88 часов)	дефицит витаминов группы В. Ваши действия? 2. Признаками дефицита каких веществ являются воспаление в углах рта, болезненные трещины в углах рта или двухсторонние рубцы, изъязвления в углах рта беременной женщины? Что бы вы посоветовали? 3. Вам нужно купить творог для меню беременной женщины. Вы пришли в магазин и видите несколько различных упаковок творога. Как Вы будете выбирать этот продукт, на что обратите внимание, прежде чем попытаетесь его приобрести? (3 часа)	
8	Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	33	Пищевые источники макро- и микронутриентов (Часть 1). Пищевые источники макро- и микронутриентов (Часть 2). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 1). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 2). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 3) (25 часов)	Выполните задания и дайте ответы: 1. Определите соответствие суточного рациона питания индивидуальной норме. За норму принимается индивидуальная потребность в нутриентах, рассчитанная Вами ранее. Составьте таблицу «Оценка рациона». 2. Оцените свое питание: - адекватность, т.е. соответствие фактической калорийности, белков,	Тест (2 часа)

				жиров, углеводов Вашей индивидуальной норме. Выводы; - сбалансированность (соотношение б:ж:у, при этом количество белков принимаем за единицу). Например, б – 64 г, ж – 70 г, у – 200 г. Соотношение будет 1:70/64: 200/64, т.е. 1: 1,1: 3; - режим питания – это распределение калорийности по отдельным приемам пищи: завтрак, обед, полдник, ужин. Для этого значения калорийности (1-4) делите на общую за день (5) и выражаете в процентах. Выводы. - разнообразие питания, т.е. повторяемость блюд и продуктов в течение недели. Отметьте, какие продукты употребляются часто, какие редко и как это может сказаться на пищевом статусе (здоровье). Выводы. 3. В изученном рационе за день перечислите источники основных нутриентов. Считаете ли Вы, что ваше меню обеспечивает поступление в организм этих нутриентов? (6 часов)	
9	Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания	33	Нутригеномика (Часть 1). Нутригеномика (Часть 2). Нутригеномика (Часть 3). Эпигенетическая	Выполните задание: Запишите свои ответы на Анкету потребительских	Тест (2 часа)

	на гены и генов на питание		регуляция питания (Часть 1). Эпигенетическая регуляция питания (Часть 2) (28 часов)	предпочтений спортсменов. (3 часа)	
10	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	27	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 1). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 2). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 3). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 4). 5. Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 5) (19 часов)	Выполните задания: 1. Составление программы нутритивной поддержки. 2. Составление программы нутритивной поддержки с учётом особенностей задач (вида спорта). Составить таблицу по каждому разделу. (6 часов)	Тест (2 часа)
11	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	25	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 1). Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 2). Болезни эндокринной системы, нарушения обмена веществ и диетотерапия. Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 3). Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 4) (19 часов)	Выполните задание: Пройдите тест для определения риска развития остеопороза (заполните опросник и воспользуйтесь интерпретатором). (4 часа)	Тест (2 часа)
12	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и	36	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 1). Питание и управление здоровьем в	Выполните задание: Оцените, используя таблицу состав БАДов из вашей домашней аптечки или аптечки ваших друзей, родственников,	Тест (2 часа)

	физической активности		зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 2). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 3). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 4). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 5) (30 часов)	знакомых, применяющих БАД. (4 часа)	
13	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	34	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 1). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 2). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 3). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 4). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 5)	Выполните задание: Сделайте заключение о состоянии своего пищевого статуса, заполнив карту-анкету и используя данные таблицы. (4 часа)	Тест (2 часа)

			(28 часов)		
14	Питание для поддержания спортивного долголетия	30	Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 1). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 2). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 3). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 4). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 5)(24 часа)	Выполните задание: Проведите гигиеническую оценку суточного рациона спортсмена, заполнив рабочую таблицу в соответствии с методикой выполнения работы. (4 часа)	Тест (2 часа)
15	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	31	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 1). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 2). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 3). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 4). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 5) (23 часа)	Выполните задание и дайте ответ: Заполните (самостоятельно или с помощью родителей ребёнка) чек-лист питания ребёнка, занимающегося спортом за несколько дней. Какой процент по дням от общего числа прошедших с даты начала заполнения чек-листа соответствовал рекомендациям по здоровому питанию детей?(6 часов)	Тест (2 часа)
16	Составление базового рациона питания при занятиях спортом	36	Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 1). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 2). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 3). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 4). Составление базового	Выполните задания: 1. Оцените фактическое питание спортсмена анкетно-опросным методом. 2. Оцените, используя таблицу 1 «Рекомендуемые нормы потребления витаминов», состав БАДов из вашей домашней аптечки или аптечки ваших	Тест (2 часа)

			рациона питания при занятиях спортом (Часть 5) (27 часов)	друзей, родственников, знакомых, применяющих БАД для составления базового рациона питания при занятиях спортом. (7 часов)	
	Итоговая аттестация	6	Итоговый междисциплинарный экзамен/ Тест		
	ИТОГО	540			

2.3. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	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	2-3
4	Анатомия и физиология пищеварения	18	3-4
5	Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	26	4-5
6	Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	31	6-7
7	Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания	93	7-8
8	Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	33	8-9
9	Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание	33	9-10
10	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	27	11
11	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	25	11-12
12	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности	36	12-13
13	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	34	13-14
14	Питание для поддержания спортивного долголетия	30	14-15
15	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	31	15-16
16	Составление базового рациона питания при занятиях спортом	36	16-17
	Итоговая аттестация	6	17

3. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН

3.1. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы молекулярной диетологии и нутрициологии»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере основ молекулярной диетологии и нутрициологии.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– основы молекулярной диетологии и нутрициологии;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать основы молекулярной диетологии и нутрициологии.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы молекулярной диетологии и нутрициологии» составляет 24 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Основы молекулярной диетологии и нутрициологии	Лекция/ 18 часов	Молекулярная диетология для профилактики заболеваний (Часть 1). Молекулярная диетология для профилактики заболеваний (Часть 2). Основы нутрициологии
	Практическое задание 1 /4 часа	Выполните задание: Заполните анкету вкусовых предпочтений.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в

разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.2. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере основ гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения» составляет 24 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 2. Теоретические основы гастроэнтерологии, патофизиологии пищеварения	Лекция/ 18 часов	Теоретические основы гастроэнтерологии (Часть 1). Теоретические основы гастроэнтерологии (Часть 2). Патофизиология пищеварения
	Практическое задание 2 /4 часа	Выполните задание: Определить порог ощущения для каждого вещества (минимальная концентрация веществ, дающая определенное вкусовое ощущение).
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.3. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Основы эндокринологии и иммунологии»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере основ эндокринологии и иммунологии.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– основы эндокринологии и иммунологии;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать основы эндокринологии и иммунологии.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Основы эндокринологии и иммунологии» составляет 33 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия /	Содержание
------------------	------------------------	------------

	количество часов	
Тема 3. Основы эндокринологии и иммунологии	Лекция/ 25 часов	Основы эндокринологии (Часть 1). Основы эндокринологии (Часть 2). Основы эндокринологии (Часть 3). Основы эндокринологии (Часть 4). Основы иммунологии
	Практическое задание 3 /6 часов	Выполните задания: 1. Закончите это предложение: Самой большой эндокринной железой у человека является... 2. Какой основной гормон обеспечивает сопротивляемость к стрессу? В чём заключается механизм его действия? 3. Как осуществляется регуляция гомеостаза кальция в организме человека? 4. Поясните механизм действия андрогенов. 5. О каком типе иммунитета идет речь и как объяснить его: В крови каждого человека можно обнаружить антитела к патогенным и непатогенным бактериям, обитающим в кишечнике человека. У некоторых людей в крови есть антитела-реагины на растительные антигены (тополиный пух, пыльцу).
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.4. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Анатомия и физиология пищеварения»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности с учетом основ анатомии и физиологии пищеварения.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

- ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

- основы анатомии и физиологии пищеварения;

обучающийся должен уметь:

- характеризовать основы анатомии и физиологии пищеварения.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Анатомия и физиология пищеварения» составляет 18 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 4. Анатомия и физиология пищеварения	Лекция/ 12 часов	Типы пищеварения. Физиологические основы голода и насыщения. Пищеварение в полости рта и желудке. Пищеварение в кишечнике. Современные методы исследования функций ЖКТ
	Практическое задание 4 /4 часа	Выполните задание: Решите ситуационные задачи: 1. Во время приема пищи пациент терапевтического отделения разговаривал и внезапно поперхнулся? Почему это случилось, с чем это связано? 2. Пациентка, находящаяся на лечении в больнице, почувствовала боль за грудиной, учащенное сердцебиение и обратилась к медсестре, которая дала лекарственное вещество нитроглицерин, чтобы она рассасывала таблетку в полости рта, у пациентки через несколько минут боль ушла. Какая способность слизистой оболочки в полости рта на нитроглицерин?
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.5. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере коррекции питания спортсменов и повышения физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

- основы коррекции питания спортсменов;
- особенности повышения физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов;

обучающийся должен уметь:

- характеризовать основы коррекции питания спортсменов и особенности повышения физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов» составляет 26 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия /	Содержание
------------------	------------------------	------------

	количество часов	
Тема 5. Спортивное питание. Повышение физической работоспособности и психофизиологического состояния спортсменов	Лекция/ 20 часов	Коррекция питания спортсменов (Часть 1). Коррекция питания спортсменов (Часть 2). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 1). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 2). Повышение физической работоспособности спортсменов (Часть 3)
	Практическое задание 5 /4 часа	Выполните задание: 1. Рассчитайте и запишите Ваш собственный нижний порог сжигания жира. 2. Рассчитайте и запишите Ваш предельный пульс при физической нагрузке: $(220 - \text{возраст} - \text{пульс в покое}) \times 0,75 + \text{пульс в покое}$.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.6. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере основ процесса обмена веществ.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

- физиологическую роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ;
- обучающийся должен уметь:
- характеризовать физиологическую роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ» составляет 31 академический час.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 6. Обмен веществ. Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ	Лекция/ 23 часа	Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ (Часть 1). Физиологическая роль макро- и микронутриентов в процессах регуляции обмена веществ (Часть 2). Расчет расхода энергии с учетом газообмена. Расчет должного основного обмена по формулам Гарриса-Бенедикта. Значение нутриентов в фитнесе и спорте
	Практическое задание 6 /6 часов	Выполните задание: Задание: сделайте вывод о величине своего должного основного обмена. Цель: рассчитать свой основной обмен в зависимости от площади поверхности тела.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия

реализации дополнительной профессиональной программы.

3.7. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере дефицитных состояний.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности дефицитных состояний;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности дефицитных состояний.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания» составляет 93 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 7. Дефициты и избыточность питания. Дефицитные состояния и заболевания	Лекция/ 88 часов	Дефициты и избыточность питания. Болезни органов пищеварения и диетотерапия. Болезни сердечно-сосудистой системы и диетотерапия. Болезни почек, мочевыводящих путей и диетотерапия. Болезни эндокринной системы, нарушения обмена веществ и диетотерапия. Болезни дыхательной системы и диетотерапия. Питание при некоторых хирургических заболеваниях. Диетотерапия при некоторых других состояниях и заболеваниях. Диетотерапия в акушерстве и гинекологии. Диетотерапия в онкологии. Диетотерапия и ВИЧ
	Практическое задание 7 /3 часа	Выполните задания и дайте ответы: 1. На диагностике установлено, что у беременной женщины дефицит витаминов группы В. Ваши действия?

		2. Признаками дефицита каких веществ являются воспаление в углах рта, болезненные трещины в углах рта или двухсторонние рубцы, изъязвления в углах рта беременной женщины? Что бы вы посоветовали? 3. Вам нужно купить творог для меню беременной женщины. Вы пришли в магазин и видите несколько различных упаковок творога. Как Вы будете выбирать этот продукт, на что обратите внимание, прежде чем попытаетесь его приобрести?
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.8. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере преодоления дефицитных состояний.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

- характеристики пищевых источников макро- и микронутриентов;
- способы преодоления дефицита питания;

обучающийся должен уметь:

- характеризовать пищевые источники макро- и микронутриентов;
- анализировать способы преодоления дефицита питания.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания» составляет 33 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 8. Пищевые источники макро- и микронутриентов. Возможности преодоления дефицита питания	Лекция/ 25 часов	Пищевые источники макро- и микронутриентов (Часть 1). Пищевые источники макро- и микронутриентов (Часть 2). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 1). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 2). Возможности преодоления дефицита питания (Часть 3)
	Практическое задание 8 /6 часов	Выполните задания и дайте ответы: 1. Определите соответствие суточного рациона питания индивидуальной норме. За норму принимается индивидуальная потребность в нутриентах, рассчитанная Вами ранее. Составьте таблицу «Оценка рациона». 2. Оцените свое питание: - адекватность, т.е. соответствие фактической калорийности, белков, жиров, углеводов Вашей индивидуальной норме. Выводы; - сбалансированность (соотношение б:ж:у, при этом количество белков принимаем за единицу). Например, б – 64 г, ж – 70 г, у – 200 г. Соотношение будет 1:70/64: 200/64, т.е. 1: 1,1: 3; - режим питания – это распределение калорийности по отдельным приемам пищи: завтрак, обед, полдник, ужин. Для этого значения калорийности (1-4) делите на общую за день (5) и выражаете в процентах. Выводы. - разнообразие питания, т.е. повторяемость блюд и продуктов в течение недели. Отметьте, какие продукты употребляются часто, какие редко и как это может сказаться на пищевом статусе (здоровье). Выводы. 3. В изученном рационе за день перечислите источники основных нутриентов. Считаете

		ли Вы, что ваше меню обеспечивает поступление в организм этих нутриентов?
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.9. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере взаимного влияния питания на гены и генов на питание.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности взаимного влияния питания на гены и генов на питание;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности взаимного влияния питания на гены и генов на питание.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание» составляет 33 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 9. Эпигенетическая регуляция. Взаимное влияние питания на гены и генов на питание	Лекция/ 28 часов	Нутригеномика (Часть 1). Нутригеномика (Часть 2). Нутригеномика (Часть 3). Эпигенетическая регуляция питания (Часть 1). Эпигенетическая регуляция питания (Часть 2)
	Практическое задание 9 /3 часа	Выполните задание: Запишите свои ответы на Анкету потребительских предпочтений спортсменов
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.10. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере рациональной нутритивной поддержки в фитнесе и спорте.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности рациональной нутритивной поддержки в фитнесе и спорте;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности рациональной нутритивной поддержки в фитнесе и спорте.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте» составляет 27 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 10. Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте	Лекция/ 19 часов	Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 1). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 2). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 3). Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 4). 5. Рациональная нутритивная поддержка в фитнесе и спорте (Часть 5)
	Практическое задание 10 /6 часов	Выполните задания: 1. Составление программы нутритивной поддержки. 2. Составление программы нутритивной поддержки с учётом особенностей задач (вида спорта). Составить таблицу по каждому разделу.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.11. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Профилактика многофакторных заболеваний и состояний»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере профилактики многофакторных заболеваний и состояний.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности профилактики многофакторных заболеваний и состояний;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности профилактики многофакторных заболеваний и состояний.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Профилактика многофакторных заболеваний и состояний» составляет 25 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 11. Профилактика многофакторных заболеваний и состояний	Лекция/ 19 часов	Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 1). Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 2). Болезни эндокринной системы, нарушения обмена веществ и диетотерапия. Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 3). Профилактика многофакторных заболеваний и состояний (Часть 4)
	Практическое задание 11 /4 часа	Выполните задание: Пройдите тест для определения риска развития остеопороза (заполните опросник и воспользуйтесь интерпретатором).
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.12. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере зависимости питания и управления здоровьем от возрастных особенностей и физической активности.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности зависимости питания и управления здоровьем от возрастных особенностей и физической активности;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности зависимости питания и управления здоровьем от возрастных особенностей и физической активности.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности» составляет 36 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия /	Содержание
------------------	------------------------	------------

	количество часов	
Тема 12. Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности	Лекция/ 30 часов	Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 1). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 2). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 3). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 4). Питание и управление здоровьем в зависимости от возрастных особенностей и физической активности (Часть 5)
	Практическое задание 12 /4 часа	Выполните задание: Оцените, используя таблицу состав БАДов из вашей домашней аптечки или аптечки ваших друзей, родственников, знакомых, применяющих БАД.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.13. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере характеристики диагностического оборудования и программного обеспечения для оценки пищевого статуса.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности диагностического оборудования и программного обеспечения для оценки пищевого статуса;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности диагностического оборудования и программного обеспечения для оценки пищевого статуса.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса» составляет 34 академических часа.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 13. Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса	Лекция/ 28 часов	Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 1). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 2). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 3). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 4). Диагностическое оборудование и программное обеспечение для оценки пищевого статуса (Часть 5)
	Практическое задание 13 /4 часа	Выполните задание: Сделайте заключение о состоянии своего пищевого статуса, заполнив карту-анкету и используя данные таблицы.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.14. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Питание для поддержания спортивного долголетия»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере характеристики питания для поддержания спортивного долголетия.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности питания для поддержания спортивного долголетия;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности питания для поддержания спортивного долголетия.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Питание для поддержания спортивного долголетия» составляет 30 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 14. Питание для поддержания спортивного долголетия	Лекция/ 24 часа	Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 1). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 2). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 3). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 4).

		4). Питание для поддержания спортивного долголетия (Часть 5)
	Практическое задание 14 /4 часа	Выполните задание: Проведите гигиеническую оценку суточного рациона спортсмена, заполнив рабочую таблицу в соответствии с методикой выполнения работы.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.15. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля)

«Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере оптимизации питания детей и подростков при занятиях спортом.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности оптимизации питания детей и подростков при занятиях спортом;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности оптимизации питания детей и подростков при занятиях спортом.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом» составляет 31 академический час.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 15. Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом	Лекция/ 20 часов	Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 1). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 2). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 3). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 4). Оптимизация питания детей и подростков при занятиях спортом (Часть 5)
	Практическое задание 15 /6 часов	Выполните задание и дайте ответ: Заполните (самостоятельно или с помощью родителей ребёнка) чек-лист питания ребёнка, занимающегося спортом за несколько дней. Какой процент по дням от общего числа прошедших с даты начала заполнения чек-листа соответствовал рекомендациям по здоровому питанию детей?
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

3.16. Рабочая программа раздела, дисциплины (модуля) «Составление базового рациона питания при занятиях спортом»

1. Цель освоения раздела, дисциплины (модуля): развитие и формирование профессиональных компетенций обучающихся, необходимых для осуществления деятельности в сфере составления базового рациона питания при занятиях спортом.

2. Планируемые результаты обучения по разделу, дисциплине (модулю)

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины:

– ОПК-6. Способность формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Обучающийся должен знать:

– особенности составления базового рациона питания при занятиях спортом;

обучающийся должен уметь:

– характеризовать особенности составления базового рациона питания при занятиях спортом.

3. Структура и содержание раздела, дисциплины (модуля)

Объем раздела, дисциплины (модуля) и виды учебной деятельности

Общая трудоемкость раздела, дисциплины (модуля) «Составление базового рациона питания при занятиях спортом» составляет 36 академических часов.

Тематическое содержание раздела, дисциплины (модуля)

Наименование тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 16. Составление базового рациона питания при занятиях спортом	Лекция/ 27 часов	Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 1). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 2). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 3). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 4). Составление базового рациона питания при занятиях спортом (Часть 5)
	Практическое задание 16 /7 часов	Выполните задания: 1. Оцените фактическое питание спортсмена анкетно-опросным методом. 2. Оцените, используя таблицу 1 «Рекомендуемые нормы потребления витаминов», состав БАДов из вашей домашней аптечки или аптечки ваших друзей, родственников, знакомых, применяющих БАД для составления базового рациона питания при занятиях спортом.
	Тестирование /2 часа	

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

4. Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля)

Оценка результатов освоения раздела, дисциплины (модуля) включает текущий контроль, промежуточную аттестацию и осуществляется с использованием следующих оценочных средств: тесты, задания для практической работы.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации, критерии оценки уровня освоения программы содержится в разделе 4. Формы аттестации и оценочные материалы.

5. Организационно-педагогические условия реализации раздела, дисциплины (модуля)

Характеристика организационно-педагогических условий реализации раздела, дисциплины (модуля) содержится в разделе 5. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы.

4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на промежуточную аттестацию, входит в общую трудоемкость освоения раздела, дисциплины (модуля) программы и проводится в форме, указанной в учебном плане.

4.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе профессиональной переподготовки предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права вести профессиональную деятельность и выдаче диплома о профессиональной переподготовке.

Итоговая аттестация проводится в форме междисциплинарного экзамена по программе обучения, включающего вопросы по всем разделам, дисциплинам (модулям).

4.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся раздела, дисциплины (модуля) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобальной системе	Результат аттестации в форме «зачет»	Отметка по четырехбалльной системе
81-100	«зачтено»	«отлично»
61-80	«зачтено»	«хорошо»
51-60	«зачтено»	«удовлетворительно»
50 и менее	«не зачтено»	«неудовлетворительно»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобальной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

5.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список литературы и информационных источников

1. Волков, Н. И. Эргогенные эффекты спортивного питания: научно-методические рекомендации для тренеров и спортивных врачей: методическое пособие: [12+] / Н. И. Волков, В. И. Олейников. – Москва: Спорт, 2016. – 100 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=475390> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9907240-9-9. – Текст: электронный.
2. Ериков, В. М. Анатомо-физиологические особенности организма человека: учебное пособие: [16+] / В. М. Ериков, А. А. Никулин, Т. А. Сидоренко; Рязанский государственный университет им. С. А. Есенина. – Москва ; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 317 с.: ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596059>

(дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-1511-5. – DOI 10.23681/596059. – Текст: электронный.

3. Избранные лекции по спортивной биохимии: учебное пособие / сост. О. Н. Кудря, Т. А. Линдт; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 132 с.: ил., табл., схем., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр.: с. 128. – ISBN 978-5-91930-034-2. – Текст: электронный.

4. Канивец, И. А. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: учебное пособие: [16+] / И. А. Канивец. – 2-е изд., стер. – Минск: РИПО, 2019. – 181 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463616> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-985-503-869-7. – Текст: электронный.

5. Карпова, Г. В. Общие принципы функционального питания и методов исследования свойств сырья продуктов питания: учебное пособие: в 2 частях / Г. В. Карпова, М. А. Студяникова. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2012. – Часть 1. – 226 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258838> (дата обращения: 25.04.2024). – Текст: электронный.

6. Корнеева, Т. А. Основы рационального питания: учебное пособие: [16+] / Т. А. Корнеева, Е. Э. Седова; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. – 72 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574780> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. с. 53. – ISBN 978-5-7782-3449-9. – Текст: электронный.

7. Кулиненков, О. С. Медицина спорта высших достижений / О. С. Кулиненков. – Москва: Спорт, 2016. – 321 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460860> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр.: с. 307-314. – ISBN 978-5-9907239-6-2. – Текст: электронный.

8. Ляпин, В. А. Гигиеническая оценка питания: учебное пособие: [16+] / В. А. Ляпин, Т. Н. Соломка, Е. В. Коваленко; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 126 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277202> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр.: с. 71-72. – Текст: электронный.

9. Макарова, Г. А. Оптимизация постнагрузочного восстановления спортсменов (методология и частные технологии): практическое пособие / Г. А. Макарова. – Москва: Спорт, 2017. – 161 с.: табл. – (Библиотечка спортивного врача и психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471226> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-88-6. – Текст: электронный.

10. Пискулин, А. А. Тренировка и питание спортсменов при подготовке к марш-броскам в условиях учебно-лагерных сборов: учебное пособие / А. А. Пискулин, Л. В. Сотникова; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 75 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272252> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

11. Питание и обмен веществ. Сборник научных статей / ред. А. Г. Мойсеёнок. – Минск: Белорусская наука, 2008. – Выпуск 3. – 308 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86755> (дата обращения: 25.04.2024). – Текст: электронный.
12. Соколов, В. Г. Основы питания спортсмена: учебное пособие: [16+] / В. Г. Соколов, Д. Н. Давиденко, А. А. Кашицына; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2017. – 99 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477282> (дата обращения: 25.04.2024). – Библиогр.: с. 88. – ISBN 978-5-8158-1804-0. – Текст: электронный.
13. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте: учебное пособие: [16+] / сост. И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта [и др.]. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 109 с.: схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336071> (дата обращения: 25.04.2024). – Текст: электронный.

5.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы профессиональной переподготовки обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений
1	Актуализация с учетом профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 950н)	1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы	26.02.2021
2	Актуализация программы в соответствии с локальными нормативными актами образовательной организации	Все разделы программы	17.08.2022
3	Актуализация с учетом профессионального стандарта «Специалист по фитнесу (фитнес-тренер)» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 года № 353н)	1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы	27.09.2023
4	Актуализация основных источников и литературы	5.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	25.04.2024

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе профессиональной переподготовки размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Применение альфа-липоевой кислоты _____ синтез глутатиона.

Выберите один ответ:

1. повышает
2. понижает

2. В какое время суток рекомендуется делать забор крови?

Выберите один ответ:

1. Вечер
2. Обед
3. Утро

3. Чем характеризуется катаболизм?

Выберите один или несколько ответов:

1. Окислением
2. Условно-рефлекторной регуляцией
3. Потреблением кислорода
4. Безусловно-рефлекторной регуляцией
5. Выделением энергии

4. Для чего необходимы фосфолипиды?

Выберите один или несколько ответов:

1. Обновления клеточных мембран
2. Нормализуют жировой и холестериновый обмен
3. Регуляции клеточного роста
4. Утилизации в мочевыделительной системе

5. _____ слой составляет 90% массы надпочечника.

Выберите один ответ:

1. Корковый
2. Мозговой
3. Эпителиальный

6. Где находится поджелудочная железа?

Выберите один ответ:

1. Позади желудка, на задней стенке живота
2. Слева от желудка, под ребрами
3. Справа от желудка

7. Каковы два основных регуляторных механизма, обеспечивающих регуляцию и интеграцию функций различных клеток?

Выберите один или несколько ответов:

1. Аутоиммунные факторы
2. Врождённый иммунитет
3. Нервная система
4. Возрастные изменения
5. Эндокринная система

8. Какие молочнокислые бактерии составляют основу нормальной микрофлоры кишечника?

Выберите один или несколько ответов:

1. Бифидобактерии
2. Лактобактерии
3. Пропионовокислые бактерии

9. Свою биологическую роль витамин B12 выполняет в виде этих двух коферментов. Какие?

Выберите один или несколько ответов:

1. Метилкобаламин
2. Колибактериотин
3. Дезоксиаденозилкобаламин

10. Что увеличивает концентрацию в сыворотке ПГСГ?

Выберите один или несколько ответов:

1. Эстроген
2. Томоксифен
3. Фенитоин
4. Тиреоидный гормон

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания и дайте ответы:

1. На диагностике установлено, что у беременной женщины дефицит витаминов группы В. Ваши действия?

2. Признаками дефицита каких веществ являются воспаление в углах рта, болезненные трещины в углах рта или двухсторонние рубцы, изъязвления в углах рта беременной женщины? Что бы вы посоветовали?

3. Вам нужно купить творог для меню беременной женщины. Вы пришли в магазин и видите несколько различных упаковок творога. Как Вы будете выбирать этот продукт, на что обратите внимание, прежде чем попытаетесь его приобрести?

2. Выполните задание:

Сделайте заключение о состоянии своего пищевого статуса, заполнив карту-анкету и используя данные таблицы.