

**Негосударственное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР»**



«Утверждаю»

Генеральный директор НОЧУ ДПО «МФУЦ»

Неволько В.О.

Ф.И.О.

2018 года

## Учебный план

### Спортивная диетология

(наименование программы)

**Цель:** профессиональная переподготовка лиц для получения ими дополнительных знаний, умений и навыков, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, без присвоения квалификации

**Категория слушателей:** безработные и незанятые граждане, направленные на обучение органами службы занятости, а также работники (в том числе высвобождаемые) организаций, граждане, изъявившие желание пройти обучение за свой счет.

**Минимальный уровень образования:** оконченное среднее или высшее медицинское образование, высшее физкультурное образование.

**Срок обучения:** 900 часов.

**Форма обучения:** с применением дистанционных технологий

**Количество обучающихся:** 5 человек

№	Наименование дисциплин	Всего, часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6
<b>1.</b>	<b>Общепрофессиональные дисциплины</b>	<b>260</b>	<b>260</b>	<b>—</b>	
1.1.	<b>Анатомия и физиология человека:</b> понятие о тканях, органах и системах организма; системы организма: опорно-двигательная, органов дыхания, пищеварения, выделения, размножения, сердечно-сосудистая и нервная; органы внутренней секреции и чувств; закономерности протекания физиологических процессов;	50	50	—	Зачет
1.2	<b>Гигиена и экология человека:</b> предмет и задачи гигиены; роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения; климат и микроклимат, солнечная радиация; гигиена жилых зданий, водоснабжение, питание; гигиена труда и охрана здоровья работающих;	30	30	—	Зачет
1.3	<b>Биологические активные пищевые добавки. Лекарственные травы. Витамины</b>	80	80	—	Зачет
1.4	<b>Практическая психология.</b> понятие о психических свойствах личности; типы темпераментов; характер; возрастная психология; психологические и физиологические особенности здорового образа жизни; психологические и соматические особенности лиц (наркоманы, алкоголики); психология общения; способы взаимодействия и взаимопонимания, выражение своего отношения к собеседнику;	50	50	—	Зачет
1.5	<b>Биохимия</b>	50	50		Зачет
<b>2.</b>	<b>Специальные дисциплины</b>	<b>640</b>	<b>640</b>		
2.1	<b>Общая диетология</b> Диетология как наука. Значение диетического питания как терапевтического и профилактического фактора. Общие принципы построения диеты. Характеристика основных диет	70	70		Экзамен
2.2	<b>Спортивная диетология</b> Спортивный диетолог должен иметь базовые знания в диетологии. Но опыт и специфические знания он нарабатывает в спорте, где нагрузки и питание, и всё что связано с этим существенно отличаются от обычной жизни. Кроме того, спортивный диетолог должен иметь и знания в области фармакологии, поскольку она в современном спорте применяется очень обширно. Диетолог и спортивный диетолог обязаны знать теорию питания, принципы организации питания, основные закономерности составления рациона. Но спортивный диетолог имеет дело со спортсменами и должен понимать, что существует зависимость рациона от тренировочного режима и вида спорта.	70	70		Экзамен
2.3	<b>Лечебная диетология</b> Лечебная диетология рассматривает принципы и методы правильной	50	50		Экзамен

	организации питания при различных заболеваниях.				
2.4	<b>Основы составления пищевых программ. Специальные диеты.</b> Принципы составления пищевых рационов. Питание должно точно соответствовать потребностям организма в пластических веществах и энергии, минеральных солях, витаминах и воде, обеспечивать нормальную жизнедеятельность, хорошее самочувствие, высокую работоспособность, сопротивляемость инфекциям, рост и развитие организма.	50	50		Экзамен
2.5	<b>Особенности питания в спорте и фитнесе</b> Режим питания для спортсменов имеет свои особенности, которые обусловлены значительными физическими нагрузками и высоким нервно-психическим напряжением в процессе занятий спортом, что требует использования комплекса средств, которые повышают выносливость и работоспособность. И рациональное питание играет здесь не последнюю роль	50	50		Экзамен
2.5	<b>Основные принципы детского и подросткового питания</b> Одним из важнейших условий, обеспечивающих гармоничный рост детей и подростков, своевременное развитие органов и тканей, оптимальные параметры психомоторного и интеллектуального развития, устойчивость организма к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов является рациональное питание.	50	50		Экзамен
2.7	<b>Основы питания здорового и больного человека</b> <b>Питание беременных, рожениц и кормящих женщин.</b> Значение полноценного, сбалансированного питания беременной для нормального развития плода, благоприятного течения и исхода беременности доказано многочисленными исследованиями. Энергетическая полноценность пищи и ее качественный состав	30	30		Экзамен
2.8	<b>Питание пожилых лиц</b> Рациональное питание в старости (геродиететика) — важный фактор профилактики патологических наслоений на физиологически закономерное старение. Представленные ниже основы геродиететики необходимо учитывать при организации лечебного питания пожилых и старых людей, т.е. в практике гериатрии — лечении заболеваний в старости.	30	30		Экзамен
2.9	<b>Разгрузочно-диетическая программа</b> Разгрузочно-диетическая терапия (лечебное голодание) — это метод натурального очищения и обновления организма на клеточном уровне. Разгрузочно-диетическая терапия (РДТ) способствует оздоровлению человека в целом, дает организму физиологический отдых, обеспечивает нормализацию нарушенных функций. Целью РДТ является восстановление резервных возможностей организма.	50	50		Экзамен
2.10	<b>Гигиенические требования к продуктам питания</b> Требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов. Использование терминов «диетический», «лечебный», «профилактический», «детский» или их эквивалентов в названиях пищевых продуктов, в информации на потребительской упаковке	30	30		Экзамен
2.11	<b>Пищевые отравления и их профилактика</b> Пищевые отравления выделяются в отдельную группу заболеваний. К ним относятся острые (редко хронические) заболевания, возникающие в результате употребления пищи, массивно обсемененной микроорганизмами или содержащей токсические для организма человека вещества микробной или немикробной природы. Пищевые отравления разделяются на группы: микробные и немикробные и невыясненной этиологии	30	30		Экзамен
2.12	<b>Пищевая непереносимость</b> Непереносимость пищевых продуктов, известная также как гиперчувствительность к пище или неаллергическая гиперчувствительность, не относится к аллергиям, это лишь трудность в переваривании определенных продуктов.	30	30		Экзамен
2.13	<b>Дипломная работа</b>	100	100		
	Всего часов теоретического обучения	900	900		
	Всего часов практического обучения				
	Всего часов теоретического и практического обучения	900	900		

М.П.

Генеральный директор  
НОУ ДПО «МФУЦ»



Неволько В.О.  
Ф.И.О.