

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Частное учреждение «Образовательная организация дополнительного  
профессионального образования  
«Международная академия экспертизы и оценки»

УТВЕРЖДАЮ:  
Ректор ЧУ «ООДПО «Международная академия экспертизы и оценки»

\_\_\_\_\_ А.В. Постюшков

01 декабря 2018 года

## **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

---

дополнительного профессионального образования  
программа профессиональной переподготовки  
«Диетолог-консультант»

# СОДЕРЖАНИЕ

## 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант»
- 1.2. Нормативные документы для разработки дополнительной профессиональной программы.
- 1.3. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы.
- 1.4. Цель и планируемые результаты обучения.
- 1.5. Требования к контингенту.

## 2. ХАРАКТЕРИСТИКА НОВОЙ КВАЛИФИКАЦИИ И СВЯЗАННЫХ С НЕЙ ВИДОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ТРУДОВЫХ ФУНКЦИЙ

- 2.1. Характеристика новой квалификации выпускника.
- 2.2. Характеристика и виды профессиональной деятельности выпускника.
- 2.3. Трудовые функции выпускника.

## 3. ПЕРЕЧЕНЬ НОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ, ФОРМИРУЮЩИХСЯ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- 3.1. Перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы.

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

- 4.1 Учебный план

## 5. ДИСЦИПЛИНАРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

- 5.1. Тематика и содержание занятий по дисциплинам программы

## 6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- 6.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса при реализации программы
- 6.2 Кадровое обеспечение реализации программы
- 6.3. Основные материально-технические условия для реализации образовательного процесса

## 7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- 7.1 Формы аттестации и оценочные материалы по результатам освоения дополнительной профессиональной программы
- 7.2 Экзаменационные вопросы для проведения итогового междисциплинарного экзамена
- 7.3 Примерные темы и критерии оценки выпускной аттестационной работы

## 8. Учебно-методическое обеспечение дисциплин программы

Приложение 1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

## **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

### **1.1. Дополнительная профессиональная программа (ДПП) профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант»**

ДПП представляет собой систему документов, разработанную и утвержденную высшим учебным заведением с учетом потребностей регионального рынка труда и современной системы судопроизводства.

ДПП регламентирует цели и планируемые результаты обучения; требования к контингенту; характеристику новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций; перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы; организационно-педагогические условия реализации программы; формы аттестации и оценочные материалы и включает в себя: учебный план, календарный учебный график, рабочие программы дисциплин.

### **1.2. Нормативные документы для разработки дополнительной профессиональной программы по направлению подготовки «Диетолог-консультант»**

Нормативно-правовую базу разработки ДПП составляют:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 30.06.01 Фундаментальная медицина (уровень подготовки кадров высшей квалификации), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 03 сентября 2014г. №1198 (в ред. Приказа Минобрнауки России от 30.04.2015 № 464);
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Приказ от 12.09.2013 № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам» (зарегистрирован Минюстом России 02.12.2013, регистрационный № 30530)  
Приказ от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта» (зарегистрирован Минюстом России 02.12.2013, регистрационный № 30531).
- Устав АНО «Профессиональный стандарт»;  
Федеральный государственный образовательный стандарт на данную дополнительную профессиональную образовательную программу отсутствует.

### **1.3. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы**

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант» предназначена для формирования у слушателей профессиональных компетенций, необходимых им при осуществлении нового вида профессиональной деятельности – деятельности диетолога-консультанта в сфере диетологии.

Срок освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант» составляет 3 месяца по очно-заочной форме обучения.

Трудоемкость освоения слушателями ДПП составляет 520 часов и включает все виды аудиторной и самостоятельной работы слушателя, практики и время, отводимое на контроль качества освоения ДПП, в том числе аудиторные занятия - 420 часов, из них лекции – 230 часа; практические (семинарские) занятия – 190 часов; подготовка к итоговой аттестации

– 100 часов. Программа профессиональной переподготовки состоит из 9 общепрофессиональных и 10 специальных дисциплин, содержание которых представлено в учебном плане и рабочих программах по каждой дисциплине.

#### **14. Цель и планируемые результаты обучения**

Целью реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант» является профессиональная переподготовка специалистов с высшим образованием или средним профессиональным образованием для осуществления ими нового вида профессиональной деятельности и формирование у них необходимых профессиональных компетенций для осуществления деятельности в сфере диетологии.

Планируемые результаты обучения по ДПП – владение профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления деятельности Диетолога-консультанта.

#### **15. Требования к слушателям**

К освоению ДПП допускаются лица, имеющие или получающие среднее профессиональное или высшее образование.

### **2. ХАРАКТЕРИСТИКА НОВОЙ КВАЛИФИКАЦИИ И СВЯЗАННЫХ С НЕЙ ВИДОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ТРУДОВЫХ ФУНКЦИЙ**

#### **2.1. Характеристика новой квалификации выпускника**

Выпускник производит осмотр клиентов, изучая особенности его образа жизни, привычки в питании, узнает его цели и ожидания после коррекции его питания и внесения изменений в ведение его привычного образа жизни.

В результате этого выпускник осуществляет подбор индивидуальной диеты с целью похудения пациента или набора массы.

Так же выпускник разрабатывает индивидуальной программы сохранения веса пациента; консультирует пациентов по вопросам здоровья и технике выполнения рекомендаций;

Выпускник расчет объема суточного рациона и разовой порции в том числе.

#### **2.2. Характеристика и виды профессиональной деятельности выпускника**

Сферой профессиональной деятельности выпускников являются:

-фитнес-клубы;

-салоны красоты;

-центры коррекции веса;

Объекты профессиональной деятельности специалистов: свойства и признаки материальных носителей розыскной и доказательственной информации.

Виды и задачи профессиональной деятельности: в соответствии с полученной специализацией выпускник может быть подготовлен к следующим видам профессиональной деятельности:

1. Формировать правила сбалансированного питания персонально для каждого клиента.

2. Подбирать методику и рацион питания, рекомендовать и консультировать по вопросам здоровья и соблюдения диет.

3. Рассчитывать объем разовой порции и суточного рациона в целом.

4. Разрабатывать индивидуальные программы сохранения веса или похудения, учитывая физиологические факторы.

5. Проводить коррекцию рациона питания.

6. Осуществлять контроль над соблюдением режима и качества питания.

#### **2.3. Трудовые функции выпускника**

Трудовые функции выпускника следующие:

Проводит диагностику нарушений состояния питания клиента, включающую:

- оценку фактического питания;
- исследование антропометрических показателей (росто-весовые параметры с расчетом индекса массы тела, определение объема талии, бедер, их соотношения, измерение толщины кожных складок с помощью калипера);
- определение состава тела (абсолютной и относительной жировой, тощей массы тела, активной клеточной массы);
- оценку пищевого поведения;

Проводит диетическую коррекцию нарушений состояния питания путем:

- назначения диеты;
- применения диетических, функциональных и специализированных продуктов (смесей белковых композитных сухих, смесей для энтерального питания), биологически активных добавок к пище.

### 3. ПЕРЕЧЕНЬ НОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ, ФОРМИРУЮЩИХСЯ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Перечень новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы

В процессе обучения слушатель получает следующие компетенции:

1. Знает теоретические и правовые основы диетологии, содержание предмета диетологии.
2. Умеет формировать правила сбалансированного питания персонально для каждого клиента.
3. Умеет подбирать методику и рацион питания, рекомендовать и консультировать по вопросам здоровья и соблюдения диет.
4. Умеет рассчитывать объем разовой порции и суточного рациона в целом.
5. Умеет разрабатывать индивидуальные программы сохранения веса или похудения, учитывая физиологические факторы.

#### 4. Учебный план

№ п/п	Наименование Дисциплин	Общее число часов по дисциплине	Аудиторных часов, всего	В том числе:		Форма контроля
				Лекции	Практические занятия	
<b>1. БАЗОВЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>						
1.1	Правовые основы диетологии в Российской Федерации	22	22	12	10	Зачет
1.2	Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта	22	22	12	10	Зачет
1.3	Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме	22	22	12	10	Зачет
<b>2. СПЕЦИАЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>						
2.1	Социальная гигиена и лечебное питание	22	22	12	10	Зачет
2.2	Основы питания человека, основы здорового питания	22	22	12	10	Зачет

№ п/п	Наименование Дисциплин	Общее число часов по дисциплине	Аудиторных часов, всего	В том числе:		Форма контроля
				Лекции	Практические занятия	
2.3	Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза	22	22	12	10	Зачет
2.4	Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания	22	22	12	10	Зачет
2.5	Основы диетотерапии	22	22	12	10	Зачет
2.6	Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд	22	22	12	10	Зачет
<b>3. ДИСЦИПЛИНЫ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>						
3.1	Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса	22	22	12	10	Зачет
3.2	Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории	22	22	12	10	Зачет
3.3	Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия	22	22	12	10	Зачет
3.4	Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных	22	22	12	10	Зачет
3.5	Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты	22	22	12	10	Зачет
3.6	Методика диетологического консультирования	22	22	12	10	Зачет
3.7	Клиническая лечебная диетология	22	22	12	10	Зачет
3.8	Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания	22	22	12	10	Зачет
3.9	Питание при занятии физической активностью, спортивное питание	22	22	12	10	Зачет
3.10	Информационные технологии в профессиональной деятельности	24	24	14	10	Зачет
<b>4. ИТОГОВАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АТТЕСТАЦИЯ</b>						
4.1	Подготовка к защите и защита выпускной аттестационной работы	100	-	-	-	Аттестационная работа
<b>ВСЕГО</b>		<b>520</b>	<b>420</b>	<b>230</b>	<b>190</b>	

## 5. Рабочие программы дисциплин

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Правовые основы диетологии в Российской Федерации»

#### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Правовые основы диетологии в Российской Федерации» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Правовые основы диетологии в Российской Федерации»** - познакомить обучаемых с правовыми основами, предметом и задачами деятельности диетолога-консультанта, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Правовые основы диетологии в Российской Федерации» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Дисциплина является первой внутри образовательной программы.

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин, среди которых: «Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта», «Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме».

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области правовых основ, предмета и задач деятельности диетолога-консультанта;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Диетолог-консультант».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- сведения об правовых основах, предмета и задач деятельности диетолога-консультанта;
- требования деятельности диетолога-консультанта;
- нормативные правовые акты и другие документы деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- навыками, необходимыми для ориентирования в правовых основах, предмета и задач деятельности диетолога-консультанта;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия

ОП.01 Правовые основы диетологии в Российской Федерации	22	12	10
Деятельность диетолога-консультанта.	8	4	6
Соблюдение прав и свобод человека и гражданина, прав юридического лица при осуществлении деятельности диетолога-консультанта.	7	4	4
Независимость диетолога-консультанта.	7	4	-

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Деятельность диетолога-консультанта. Задачи деятельности диетолога-консультанта. Правовая основа деятельности диетолога-консультанта. Соблюдение законности при осуществлении деятельности диетолога-консультанта. Соблюдение прав и свобод человека и гражданина, прав юридического лица при осуществлении деятельности диетолога-консультанта. Независимость диетолога-консультанта. Объективность, всесторонность и полнота деятельности. Клиенты осуществления деятельности. Учреждения для осуществления деятельности диетолога-консультанта.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 29.07.2017) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".
2. Конституция Российской Федерации.
3. Федеральный закон от 02.01.2000 N 29-ФЗ (ред. от 13.07.2015) "О качестве и безопасности пищевых продуктов".
4. Налоговый кодекс Российской Федерации.
5. С.Г. Стеценко, Н.Г. Гончаров, В.Ю. Стеценко, А.Н. Пищита. Медицинское право: учебник «РМАПО» 2011 г. Федеральный закон N 384-ФЗ от 30.12.2009 г.
6. Приказ Минздрава России от 15.11.2012 N 920н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи населению по профилю "диетология" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.04.2013 N 28162)
7. Приказ Минздрава России от 21.06.2013 N 395н "Об утверждении норм лечебного питания" (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2013 N 28995)

### 9. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Формой контроля по данной дисциплине учебного плана образовательной программы является зачет. Зачет проводится в виде тестирования.

Вопрос 1. Приказ об организации лечебного питания в лечебно- профилактических учреждениях:

№ 5 3 0 от 05.05.1984 г.

№ 3 3 0 от 05.8.2003 г.

Вопрос 2. Ответственность за организацию питания в ЛПУ несет:

Главный врач  
Начмед  
Лечащий врач  
Врач –диетолог  
Диетсестра

Вопрос 3. Инструкция по учету продуктов питания в ЛПУ утверждена приказом МЗ:

№ 530 от 05.05.1984 г

№ 530 от 05.08.2003 г

Вопрос 4. Полная материальная ответственность за прием, хранение и отпуск продуктов питания в ЛПУ возлагается на:

Главного врача  
Врача-диетолога  
Диетсестру  
Зав. складом (кладовщика)

Вопрос 5. За продукты питания, находящиеся на пищеблоке ЛПУ, полную материальную ответственность несет:

Главный врач  
Врач –диетолог  
Диетсестра  
Кладовщик  
Шеф–повар

Вопрос 6. Продукты питания, используемые в ЛПУ на лечебные цели, относятся на статью:

9 - «продукты питания»  
10 - «приобретение медикаментов»

Вопрос 7. Сведения о назначенных диетах палатная медсестра ежедневно вносит в:

Порционник  
Меню -раскладку  
Номенклатуру диет  
Меню

Вопрос 8. Сведения о наличии больных, состоящих на питании на 9 часов утра, подаются диетсестре:

Старшими медсестрами отделений  
Заведующими отделений  
Главной медицинской сестрой

Вопрос 9. Основной документ для приготовления пищи на кухне и выдачи на отделения является:

Порционник отделения  
Меню- раскладка  
Заявка на питание  
Ежедневное меню  
Таблица химического состава блюд

Вопрос 10. Предварительную проверку качества продуктов питания производит при их приемке на склад:

Врач-диетолог  
Диетсестра  
Зав. складом  
Шеф – повар

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта» - познакомить обучаемых с основами деятельности диетолога-консультанта, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные законы, принципы и методики, входящие в нормативно-методологическую базу, обеспечивающую адекватную реализацию деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ диетологии;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

### 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	В том числе:
------------------	--------------



		Лекции	Практические занятия
ОП.02 Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта	22	12	10
Профессиональные и квалификационные требования, предъявляемые к диетологу-консультанту.	12	7	5
Профессия диетолог-консультант.	10	5	5

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Диетолог-консультант. Профессиональные и квалификационные требования, предъявляемые к диетологу-консультанту. Обязанности диетолога-консультанта. Права диетолога-консультанта. Ограничения при организации и осуществления деятельности диетолога-консультанта. Результаты изучения проблем клиентов. Диетолог-консультант как профессия. Гарантии прав и законных деятельности диетолога-консультанта. Информационное обеспечение деятельности диетолога-консультанта.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Приказ Минтруда России от 12.01.2016 N 2н "Об утверждении профессионального стандарта "Младший медицинский персонал" (Зарегистрировано в Минюсте России 08.02.2016 N 40993) Актуальные вопросы причинности судебных автотехнических и строительно-технических экспертиз / И.И. Чава [и др.] // Теория и практика судебной экспертизы. – М.: БСЭ РФЦСЭ при Минюсте России, 2010. – № 3 (19). – С. 38–52.
2. Приказ Минздрава России от 05.08.2003 N 330 (ред. от 24.11.2016) "О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации" Будько, В.Б. О применении в судебной строительно-технической экспертизе приборов неразрушающего контроля / В.Б. Будько, И.Ю. Грунин // Теория и практика судебной экспертизы. – М.: БСЭ РФЦСЭ, 2010. – № 1 (17). – С. 260–269.
3. Приказ Минздрава России от 21.06.2013 N 395н "Об утверждении норм лечебного питания" (Зарегистрировано в Минюсте России 05.07.2013 N 28995)

### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. С пищей человек получает:

жиры и белки  
жиры и углеводы  
минеральные соли  
воду  
все ответы верны

Вопрос 2. Переваривание и всасывание углеводов начинается в(во):

рту  
желудке  
глотке  
током кишечника  
толстом кишечнике

Вопрос 3. К органам пищеварения не относится:

глотка

трахея

пищевод

слюнная железа

Для пищеварения характерна

механическая функция

секреторная функция

всасывающая функция

все перечисленные функции

Вопрос 4. Резцов у взрослого человека:

2

4

6

8

Вопрос 5. Не являются источником энергии:

белки

жиры

вода и минеральные соли

углеводы

Вопрос 6. Наибольшее количество энергии выделяется при расщеплении одного грамма:

растительных жиров

животных жиров

жиров

углеводов

Вопрос 7. К водорастворимым витаминам относится:

А

С

Д

Е

Вопрос 8. Аминокислоты — это вещества, участвующие в образовании:

белков

углеводов

жиров

нуклеиновых кислот

Вопрос 9. Отсутствие в пище витамина С приводит к болезни:

цинга

бери-бери

рахит

куриная слепота

Вопрос 10. Выберите несколько правильных ответов. Жиры выполняют в организме функция:

структурно-пластическую  
защитную  
регуляторную  
опорную  
теплоизоляционную  
транспортную  
энергетическую

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме» - познакомить обучаемых с теоретическими основами строения пищеварительной системы, обмена веществ в организме, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области теоретических основ диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные принципы строения пищеварительной системы в организме;
- основные составляющие и сам процесс обмена веществ в организме человека.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества ведения деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- навыками, необходимыми для полноценного проведения консультации клиентам, нуждающимся в деятельности диетолога-консультанта;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ОП.03 Анатомия и физиология пищеварительной системы, обмен веществ в организме	22	12	10
Анатомия пищеварительной системы организма.	7	4	3
Физиология пищеварительной системы организма	7	4	3
Обмен веществ.	8	4	4

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Понятие предмета. Понятие и структура желудочно-кишечного тракта. Строение пищеварительной системы. Пищеварительные железы и их значимость в строении пищеварительной системы. Функции пищеварительной системы. Понятие обмена веществ. Процессы и составляющие обмена веществ. Функции обмена веществ. Значение обмена веществ в организме человека.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Тешаев О.Р. (ред.) Пищеварительная система: учебн. пособие/ МВ и ССО РУз. -Т.: Tafakkur-Bo'stoni. 2011. 256 с.
2. С.С. Польшев, И.Т. Курицин Физиология пищеварения: Учеб пособие для студ. Ун-тов и пед. ин-тов.-М.: Высш. Школа, 1980 – 256 с., ил.
3. Л.Г. Пинчук, Е.П. Зинкевич, С.Б. Гридина. Биохимия: учеб. пособие / Л.Г. Пинчук, Е.П. Зинкевич, С.Б. Гридина; Кемеровский технологический институт пищевой промышленности. – Кемерово, 2011. – 364 с.
4. д.м.н., профессор Куликов В.Ю., к.м.н. Кузнецова Л.Я. Бутырин, А.Ю. Физиология пищеварения. Обмен веществ и энергии. Питание. Учебно-методическое пособие. Новосибирск: Новосибирский государственный медицинский университет, 2007 - 57 с.
5. Органы пищеварительной системы: Учебное пособие / В.П.Костюченко, А.В.Герасимов, С.В.Логвинов. - Томск: СибГМУ, 2009.- 155 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. С пищей человек получает:

- жиры и белки
- жиры и углеводы
- минеральные соли

воду  
все ответы верны

Вопрос 2. Переваривание и всасывание углеводов начинается в(во):

рту  
желудке  
глотке  
током кишечника  
толстом кишечнике

Вопрос 3. К органам пищеварения не относится:

глотка  
трахея  
пищевод  
слюнная железа  
Для пищеварения характерна  
механическая функция  
секреторная функция  
всасывающая функция  
все перечисленные функции

Вопрос 4. Резцов у взрослого человека:

2  
4  
6  
8

Вопрос 5. Не являются источником энергии:

белки  
жиры  
вода и минеральные соли  
углеводы

Вопрос 6. Наибольшее количество энергии выделяется при расщеплении одного грамма:

растительных жиров  
животных жиров  
жиров  
углеводов

Вопрос 7. К водорастворимым витаминам относится:

А  
С  
Д  
Е

Вопрос 8. Аминокислоты — это вещества, участвующие в образовании:

белков

углеводов  
жиров  
нуклеиновых кислот

Вопрос 9. Отсутствие в пище витамина С приводит к болезни:

цинга  
бери-бери  
рахит  
куриная слепота

Вопрос 10. Выберите несколько правильных ответов. Жиры выполняют в организме функция:

структурно-пластическую  
защитную  
регуляторную  
опорную  
теплоизоляционную  
транспортную  
энергетическую

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Социальная гигиена и лечебное питание»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Социальная гигиена и лечебное питание» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Социальная гигиена и лечебное питание» - познакомить обучаемых с теоретическими основами лечебного питания, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Социальная гигиена и лечебное питание» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Социальная гигиена и лечебное питание».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные принципы социальной гигиены и лечебного питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями теоретических основ диетологии;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.01 Социальная гигиена и лечебное питание	22	12	10
Социальная гигиена	10	5	5
Лечебное питание	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные понятия. Предмет исследования социальной гигиены. Актуальные проблемы, изучаемые социальной гигиеной. Основные задачи социальной гигиены. Основные методы исследований общественного здравоохранения. Понятие лечебного питания. Цель лечебного питания. Сферы применения лечебного питания. Лечебное назначение диеты. Практическое выполнение назначений по лечебному питанию. Характеристики диет.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Степанова И. В. Санитария и гигиена питания: Учебное пособие (+CD). — СПб.: Троицкий мост, 2010. — 224 с.
2. Ю.Л. Солодовников. Гигиена и Экология человека (цикл лекций). Учебное пособие для преподавателей и студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования, обучающихся в медицинских училищах и колледжах. Москва 2009 г.
3. Крымская И. Г. Гигиена и экология человека: учеб. пособ. / И. Г. Крымская. — Изд. 2-е, стер. — Ростов н/Д: Феникс, 2012. — 351 с. — (Среднее профессиональное образование).

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Что определяет биологическую ценность белков:

энергоценность  
перевариваемость  
аминокислотный состав  
усвояемость

переносимость

Вопрос 2. В регуляции какого обмена в организме участвует метионин:  
углеводного  
белкового  
минерального  
жирового  
витаминого

Вопрос 3. Какой из названных продуктов обладает высокой биологической ценностью:

сахар  
хлеб  
яйцо  
картофель  
яблоко

Вопрос 4. Какова суточная потребность в белке в среднем взрослого здорового человека:

120 г  
90 г  
60 г  
40 г  
140 г

Вопрос 5. Какой из названных продуктов содержит полноценные белки:

манка  
огурец  
хлеб  
молоко  
баклажан

Вопрос 6. При каком заболевании необходимо увеличить в рационе количество белка до 120 г ОРЗ:

циррозе печени  
туберкулезе  
гломерулонефрите  
холецистите

Вопрос 7. Основная биологическая роль белков для организма человека:

энергетическая  
физическая  
этическая  
моральная  
психическая

Вопрос 8. Сколько килокалорий дает окисление в организме 1 г жира:

4 ккал  
21 ккал  
7 ккал  
14 ккал

9 ккал

Вопрос 9. Какие вещества являются незаменимыми факторами питания:

насыщенные жирные кислоты  
лецитин  
полиненасыщенные жирные кислоты  
холестерин  
экстрактивные вещества

Вопрос 10. В каком продукте больше всего белка

картофеле  
сливочном масле  
сыре голландском  
рисе  
колбасе

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы питания человека, основы здорового питания»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Основы питания человека, основы здорового питания» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Основы питания человека, основы здорового питания» - познакомить обучающихся с содержанием и структурой питания человека, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Основы питания человека, основы здорового питания» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в содержании и структуре диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Основы питания человека, основы здорового питания».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы питания человека в целом;
- принципы здорового питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем

требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ содержания питания человека;
- основными принципами здорового питания человека.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.02 Основы питания человека, основы здорового питания	22	12	10
Форма заключения судебного эксперта-строителя.	10	5	5
Экзистенциальная стадия оформления заключения.	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы питания человека. Основные правила здорового питания человека. Гликемический индекс. Понятие калорийности. Химический состав продуктов. Витамины и минералы. Законы здорового питания. Макронутриенты. Белки, жиры, углеводы. Основные ошибки в питании.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Цыганова. ТЕОРИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СИСТЕМ КАК МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА КОНЦЕПЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ ЧЕЛОВЕКА.
2. Скальный, А.В. Основы здорового питания [Текст]: пособие по общей нутрициологии / А.В.Скальный, И.А. Рудаков, С.В. Нотова, Т.И. Бурцева, В.В. Скальный, О.В. Баранова. - Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005. – 117 с.
3. Пищаева М.В. Денисова С.В. Маслова В.Ю. Иванченко Ю.Н. Основы здорового питания. Учебно-методическое пособие. – Арзамас: АГПИ, 2005 – 60 с.
4. Аминокислоты в питании человека. Лекция. Лысиков Ю.А. ГУ Институт питания РАМН, Москва.
5. Физиология питания: учебное пособие для студентов специальности 260501 «Технология продуктов общественного питания» / И.П. Каня. – Омск: Изд-во Омского экономического института, 2007. – 344 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Какое количество подсолнечного масла обеспечивает суточную потребность организма в линолевой кислоте:

100 г  
40 г  
60 г  
25 г  
40 г

Вопрос. В каком продукте больше всего холестерина:

молоке  
печени  
треске  
мозгах  
яйцах

Вопрос 3. Суточная потребность в жирах в среднем здорового взрослого человека:

40-г  
150г  
90г  
70г  
120

Вопрос 4. Какой из названных продуктов содержит фруктозу:

пирожное  
конфеты  
яблоко  
кефир  
печенье

Вопрос 5. В каком продукте больше всего содержится незаменимых жирных кислот:

рисе  
мясе  
оливковом масле  
говяжьим жире  
сельди

Вопрос 6. При каком заболевании уменьшается содержание углеводов до 150 г:

сахарном диабете  
подагре  
инфаркте миокарда  
ожирении  
гепатите, пиелонефрите

Вопрос 7. Какое вещество относится к пищевым волокнам:

крахмал  
пектины  
гликоген  
мальтоза  
аминокислоты

Вопрос 8. В каком продукте больше всего витамина "С":

печени  
редисе  
абрикосе  
шиповнике  
твороге

Вопрос 9. В каком продукте сохраняется витамин "С" весной:

картофеле  
яблоке  
кураге  
квашеной капусте  
свекле

Вопрос 10. Какой продукт ведет к медленному увеличению сахара в крови:

хурма  
варенье  
печенье  
пирожное  
вафли

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза» - познакомить обучаемых с гигиеническими требованиями к продуктам, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные гигиенические требования к продуктам питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями гигиенических требований к продуктам питания;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.03 Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза	22	12	
Гигиенические требования к продуктам питания.	12	7	5
Экспертиза пищевых продуктов.	10	5	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Гигиена продуктов питания. Энергетическая ценность продуктов. Энергозатраты организма. Порции пищевых веществ продуктов питания. Химический состав продуктов. Животная и растительная пища. Пищевые свойства продуктов. Биологическое действие пищевых продуктов. Источники пластических веществ. Энергетические источники в питании человека. Источники биологически активных компонентов. Анализ пищевых продуктов. Бактериологические исследования пищевых продуктов. Контроль качества продукции. Источники загрязнения пищевых продуктов. Микотоксины. Способы сохранения пищевых продуктов.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Шарковский Е.К. Гигиена продовольственных товаров: Учеб. пособие / Е.К. Шарковский. — М.: Новое знание, 2003. — 263 с.
2. Товароведение и экспертиза продовольственных товаров: учебно-методическое пособие / Волгоградский филиал ГОУ ВПО «Российский государственный торгово-экономический университет»; М.П. Семененко, И.М. Волохов, Д.А. Скачков. – Волгоград: Информресурс, 2011. – 184 с.
3. Роева Н.Н. Безопасность продовольственного сырья и продуктов питания. Учебно-практическое пособие. – М., МГУТУ, 2009
4. Король, А. Н. Товарные экспертизы на российском рынке продуктов питания: учеб. пособие / А. Н. Король, Н. В. Червова. - Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2015. - 83 с.

5. Товароведение однородных групп продовольственных товаров: Учебник для бакалавров / Л. Г. Елисеева, Т. Г. Родина, А. В. Рыжакова и др.; под ред. докт. техн. наук, проф. Л. Г. Елисеевой. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. —930 с.
6. Габелко С.В. Экология продуктов питания: учеб. пособие / С.В. Габелко. – Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2015. – 194 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1 Какие минеральные вещества включены в физиологические нормы питания? (укажите один вариант ответа):

Кальций, фосфор, магний, калий, йод.  
Магний, калий, железо, медь, цинк.  
Фосфор, магний, кальций, железо, йод, цинк.

Вопрос 2. На какие возрастные группы разделено взрослое трудоспособное население страны в физиологических нормах питания? (укажите один вариант ответа) :

На три группы 18-29; 30-39; 40-65 лет.  
На две группы 18-40 и 40-60 лет.  
На три группы 18-29; 30-39; 40-59 лет.

Вопрос 3. На какие возрастные группы разделено взрослое нетрудоспособное население страны в физиологических нормах питания? (укажите один вариант ответа):

На три группы 60-69; 70-79; старше 80 лет.  
На две группы 60-70 и старше 70 лет.  
На две группы 60-75 и старше 75 лет.

Вопрос 4. Дайте определение понятию "Адекватное питание"? (укажите один вариант ответа):

Питание, которое обеспечивает все физиологические потребности организма.  
Питание, которое полностью восстанавливает энергетические затраты организма и обеспечивает поступление достаточного количества пищевых веществ.  
Питание, которое полностью восстанавливает энергетические затраты организма и обеспечивает поступление пищевых веществ в достаточном количестве и оптимальном их соотношении.

Вопрос 5. Что принято во внимание при обосновании физиологических норм питания взрослого населения страны? (укажите один вариант ответа):

Пол, возраст, масса тела, рост.  
Пол, возраст, масса тела, место жительства.  
Пол, возраст, профессия, масса тела.

Вопрос 6. Дайте определение понятию "Рациональное питание"? (укажите один вариант ответа):

Это питание, которое полностью восстанавливает энергетические затраты организма.  
Это периодическое, через определенные промежутки времени, введение пищи в оптимальном количестве и соотношении.  
Это периодическое, через определенные промежутки времени, введение пищи в оптимальном количестве и соотношении, полностью восстанавливающее энергетические затраты организма.

Вопрос 7. Назовите суточную физиологическую потребность в энергии у студентов? (укажите один вариант ответа):

3000 ккал для девушек и 3200 ккал для юношей.  
2800 ккал для девушек и 3200 ккал для юношей.  
2000 ккал для девушек и 2450 ккал для юношей.

Вопрос 8. Дайте определение понятию "Сбалансированное питание"? (укажите один вариант ответа):

Питание, которое обеспечивает все физиологические потребности организма.

Питание, которое обеспечивает поступление достаточного количества пищевых веществ в оптимальном соотношении.

Питание, которое полностью восстанавливает энергетические затраты организма и обеспечивает поступление пищевых веществ в достаточном количестве и оптимальном их соотношении.

Вопрос 9. Что такое "режим питания"? (укажите все варианты ответов):

Процентное распределение по приемам пищи.

Принятие пищи в определенные часы.

Принятие пищи через оптимальные промежутки времени.

Рациональное распределение энергетической ценности рациона по приемам пищи.

Принятие пищи в соответствии с нормами физиологических потребностей.

Вопрос 10. Каким должно быть распределение энергии по приемам пищи при четырехразовом питании? (укажите один вариант ответа):

Обед -40%; завтрак -20%; полдник -20%; и ужин -20%.

Полдник -10-15%; ужин -15-20%; завтрак -25-30%; обед -40-45%.

Ужин -15%; полдник -20%; завтрак -30%; обед -35%.

Обед -50%; завтрак -20%; полдник -10% и ужин -20%.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания» - познакомить обучающихся с основами методик оценки фактического питания, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;

- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные методы оценки фактического питания;
- нетрадиционные методы питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основных методов оценки фактического питания;
- знаниями нетрадиционных методов питания.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.04 Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания	22	12	10
Методы оценки фактического питания.	10	5	5
Нетрадиционные методы питания.	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Характеристика состояния питания населения Российской Федерации. Современные подходы к оценке состояния питания населения. Изучение фактического питания. Оценка пищевого статуса. Определение и оценка рисков в питании. Концепция оценки рисков. Критерии вероятностного риска недостаточного и избыточного потребления пищевых веществ. Взаимосвязь фактического питания и состояния здоровья населения. Мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья населения и профилактики заболеваний, связанных с неправильным питанием. Редуцированное питание. Голодание. Раздельное питание. Вегетарианское питание. Сыроедение. Питание макробиотиков.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Шелтон Г. Принципы раздельного питания.»: Вектор; СПб; 2014

2. ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ И ПИЩЕВОГО СТАТУСА СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. Павлов Н.Н., Клещина Ю.В., Елисеев Ю.Ю. Кафедра общей гигиены и экологии Саратовского государственного медицинского университета им. В.И. Разумовского, Саратов
3. Подколзина В.А., Никулин Д.А. Правильное питание. Полный справочник Воронеж: Научная книга, 2013. – 770 с
4. Кальсина О.И. Оценка рациона питания: Учебно-методическое пособие для студентов специальностей: 080401 «Товароведение и экспертиза товаров (в сфере производства и обращения сельскохозяйственного сырья и продовольственных товаров)», 110305 «Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции». – Изд.2-е. - Киров: ФГБОУ ВПО Вятская ГСХА, 2012.- 64 с.
5. Раздельное питание / О. Ивушкина.— М.: РИ-ПОЛ классик, 2007.— 64 с— (Вкусно и просто).
6. Артём Демчуков Фрукторианство. Новый взгляд на эволюцию питания человека»: Ганга; Москва; 2017

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. 1. Растительная клетчатка — это:

Важный источник протеинов.

Бесполезная субстанция, которую кишечник не может абсорбировать.

Защитный элемент, предохраняющий от заболевания раком толстой кишки.

Вопрос 2. В каком из этих трёх продуктов содержится наибольшее количество протеина на 100 г продукта?

Говядина.

Сухие соевые бобы.

Яйца.

Вопрос 3. Избыточный уровень холестерина в крови может быть вызван питанием:

С большим содержанием оливкового масла.

С обильным содержанием сливочного масла.

Богатым протеинами.

Вопрос 4. Мясо считается незаменимым продуктом сбалансированного питания:

Всегда.

Никогда.

Только применительно к детям.

Вопрос 5. Основные потребности организма в витамине С могут быть восполнены при ежедневном употреблении:

0,5 кг мяса.

1 л молока.

Одного апельсина.

Вопрос 6. Чтобы снизить вес, необходимо придерживаться питания с большим содержанием протеинов и небольшим количеством углеводов.

Верно.

Неверно.

В зависимости от метаболизма каждого отдельного человека.

Вопрос 7. Железо, находящееся в бобовых, злаках, овощах и фруктах:

Всасывается легче, чем железо, получаемое из мяса.

Может быть получено в достаточном количестве для восполнения дневных потребностей организма. Вызывает непереносимость в желудке.

Вопрос 8. Окорок:

Является хорошим источником полиненасыщенных жирных кислот.

Является наиболее хорошо перевариваемым сортом мяса.

Содержит нитриты и нитраты, определённо оказывающие канцерогенное действие, но являющиеся необходимыми для сохранения мяса.

Вопрос 9. Атлеты-вегетарианцы:

Нуждаются в добавках из животных протеинов, чтобы быть в состоянии соревноваться.

Обладают большей выносливостью по сравнению с атлетами-мясоедами.

Им требуется проявить больше усилий на старте.

Вопрос 10. Остеопороз:

Наиболее часто встречается у женщин-вегетарианок.

Может усугубиться при обильном употреблении протеинов.

Является результатом недостаточности йода в организме.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### «Основы диетотерапии»

#### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Основы диетотерапии»** - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Основы диетотерапии»** - познакомить обучаемых с основами диетотерапии, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Основы диетотерапии» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Основы диетотерапии».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы диетотерапии и её виды.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ диетотерапии;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.05 Основы диетотерапии	22	12	10
Понятие диетотерапии.	12	7	5
Виды диетотерапии	10	5	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Понятие диетотерапии. Виды диетотерапии. Диетотерапия при заболеваниях системы пищеварения. Диетотерапия при гепатите и хронических заболеваниях печени. Диетотерапия при атеросклерозе. Диетотерапия при сердечно-сосудистой патологии. Диетотерапия при болезнях почек. Диетотерапия при аллергии. Диетотерапия при сахарном диабете. Диетотерапия при острых инфекционных заболеваниях. Диетотерапия при онкологических заболеваниях. Диетотерапия при варикозной болезни. Цели диетотерапии. Щажение. Химическое щажение. Механическое щажение.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Диетотерапия в дерматологии.: учебное пособие./ Л.М. Кулагина, А.О. Сингур, Л.Г. Сингур и др. Владивосток: Медицина ДВ, 2016 – 72 с.
2. Диетотерапия при сахарном диабете : пособие для студентов лечебного, медико-психологического, медико-диагностического факультетов и врачей / Л.В.Никонова [и др.]. – Гродно : ГрГМУ, 2011. – 96 с.
3. Диетотерапия при заболеваниях внутренних органов: уч. пособие. Ч. 2 / Сост.: А.Я. Крюкова, Г.М. Сахаутдинова, Р.С. Низамутдинова, Л.С. Тувалева, О.А. Курамшина, Л.В. Габасова, Ю.А. Кофанова. - Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2015. – 79 с.

4. Диетотерапия при заболеваниях внутренних органов: уч. пособие. Ч. 1. / Сост.: А.Я. Крюкова, Г. М. Сахутдинова, Р.С. Низамутдинова, Л.С. Тувалева, О.А. Курамшина, Л.В. Габбасова, Ю.А. Кофанова. - Уфа: Изд-во ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2015. – 83 с.
5. Лечебное питание: Справ, пособие.— 3-е изд. перераб. и доп.— К.: Выща шк. Головное изд-во, 1989.— 398 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. К неперевариваемым углеводам относятся:

гемицеллюлоза  
целлюлоза  
пектин

Вопрос 2. Неперевариваемые углеводы в организме способствуют:

выведению холестерина  
адсорбции промышленных ядов  
росту полезной микрофлоры кишечника  
выведению промышленных ядов  
усилению моторной деятельности кишечника

Вопрос 3. К признакам деления взрослого трудоспособного населения по потребностям в калориях, белках, жирах, углеводах, минеральных веществах, витаминах внутри каждой профессиональной группы относятся:

возраст  
рост  
пол  
вес  
группа интенсивности труда

Вопрос 4. Рациональное построение белкового питания должно предусматривать:

поступление достаточных количеств белка с высокой биологической ценностью 3 раза в день  
ежедневное поступление с пищей не менее 400 г хлеба  
ежедневный прием 200 г рыбы  
поступление достаточных количеств белка с высокой биологической ценностью 1 раз в день  
ежедневное поступление бобов и орехов

Вопрос 5. Строго вегетарианский рацион может привести к дефициту:

витамина С  
витамина В1  
витамина В12  
углеводов

Вопрос 6. В рационе здорового взрослого человека примерное соотношение растительных и животных белков должно составлять:

правильного ответа нет  
80 г и 10 г  
1/3 и 2/3  
1/2 и 1/2  
10% и 90%

Вопрос 7. Примером блюд со сбалансированным аминокислотным составом являются:

гречневая каша с молоком  
пирожки с картофелем  
пирожки с рисом  
пирожки с яйцами  
бутерброд со сливочным маслом

Вопрос 8. Примером блюд со сбалансированным аминокислотным составом являются:

гречневая каша с молоком  
пирожки с картофелем  
пирожки с рисом  
пирожки с яйцами  
бутерброд со сливочным маслом

Вопрос 9. Химическое щажение желудочно-кишечного тракта обеспечивает исключение:

эфирных масел  
пряностей и специй  
экстрактивных веществ  
органических кислот

Вопрос 10. К полисахаридам относятся:

гликоген  
крахмал  
целлюлоза

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд» - познакомить обучающихся с основами технологий приготовления пищи и диетических блюд, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;

- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные технологии приготовления диетических блюд.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ диетического питания;
- технологиями приготовления пищи.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
СД.06 Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд	22	12	10
Диетические блюда.	10	5	5
Технологии приготовления пищи.	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы диетического питания. Технология приготовления блюд для различных диет. Ассортимент блюд диетического питания. Холодные закуски. Супы. Овощные блюда. Рыбные блюда. Мясные блюда. Сладкие блюда. Способы приготовления диетических блюд. Меню диетического питания.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Технология производства блюд диетического, детского и лечебно-профилактического питания : учебное пособие / А.Ю. Просеков, Кемеровский технологический институт пищевой промышленности. - Кемерово, 2006. - 140 с.
2. Технология приготовления пищи: Учеб. пособие для сред. проф. образования / Г. Г. Дубцов. — 2-е изд., стер. — М.; Издательский центр «Академия»; Мастерство, 2002. — 272 с

3. Технология приготовления пищи: учебно-методическое пособие / В. И. Богушева. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — 374, [1] : илл. — (Среднее профессиональное образование).

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Категории упитанности мяса определяют по:

Запаху  
Возрасту  
Консистенции  
Цвету  
Развитию мышечной ткани

Вопрос 2. К капустным овощам относится:

Сельдерей  
Картофель  
Кольраби  
Батат  
Топинамбур

Вопрос 3. Бефстроганов имеет:

Массу 5-7 гр., длину 5-6 см.  
Массу 10-12 гр., длину 5-6 см.  
Массу 15 гр., длину 4-6 см.  
Массу 5-7 гр., длину 3-4 см.  
Массу 20 гр., длину 6-8 см.

Вопрос 4. Температура подачи горячих супов не ниже:

85°  
100°  
65°  
90°  
75°

Вопрос 5. Время варки бульона из говяжьих костей:

3,5-4 ч.  
4-5 ч.  
2-3 ч.  
1-2 ч.  
2,5-3 ч.

Вопрос 6. Какие формы нарезки картофеля относятся к простым:

Кружочки  
Чесночки  
Бочоночки  
Шарики  
Стружка

Вопрос 7. Процесс отделения мяса от костей называется:

Денатурация  
Дефростация  
Подготовка п/ф  
Обвалка  
Жиловка

Вопрос 8. Что не относится к вспомогательным способам тепловой обработки?

Тушение  
Припускание  
Бланширование  
Опаливание  
Пассерование

Вопрос 9. Что мы называем чистое филе?

С кожей без рёберных костей  
Без кожи с рёберными костями  
С кожей и рёберными костями  
Нет верного ответа  
Без кожи и реберных костей

Вопрос 10. Чем особенно богаты яйца?

Фосфором  
Белком  
Желтком  
Минеральными веществами  
Кальцием

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса» - познакомить обучаемых с проблемами ожирения, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные проблемы ожирения.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основных причин ожирения;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 01. Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса	22	12	10
Ожирение	6	3	3
Разработка индивидуальных программ питания.	6	3	3
Сохранение веса.	5	3	2
Коррекция веса.	5	3	2

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Росто-весовые показатели как характеристика физического и психического здоровья. Избыточная масса тела и заболеваемость. Психологические аспекты избыточной массы тела. Коррекция избыточной массы тела. Контроль массы тела. Рациональное питание и его значение для оптимизации массы тела. Кинезотерапия как способ коррекции ИМТ. Цель, задачи, методы и организация исследования. Результаты исследования росто-весовых показателей. Регулирование массы тела. Гомеостатическое регулирование. Гедоническое влияние на аппетит. Физиологическая адаптация к потере веса.

#### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Шерстенников Н.И. Школа идеальной фигуры. Практики психокоррекции веса и фигуры. М.: ООО «АиФ Принт», 2003. — 189 с: ил.
2. Умное стройное тело / Марк Макдональд ; [пер. с англ. И. А. Шестовой]. — М. : Эксмо, 2012. — 304 с.
3. Рекомендации по диагностике, лечению и профилактике ожирения у детей и подростков. — М.: Практика, 2015. — 136 с.
4. Сибирский медицинский журнал, 2012, № 7 БЕРЕЗИНА М.В., МИХАЛЕВА О.Г., БАРДЫМОВА Т.П. – 2012 УДК 616.43 ОЖИРЕНИЕ: МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ

#### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. При морбидном ожирении имеют место следующие признаки нарушения функции нервной системы:

сонливость.  
ослабление памяти.  
ослабление памяти.  
нарушения мозгового кровообращения.  
нистагм.

Вопрос 2. При ожирении часто имеют место следующие заболевания эндокринной системы:

НТГ или сахарный диабет 2 типа.  
бесплодие.  
нарушения менструального цикла.  
гипокортицизм.  
гипопаратиреоз.

Вопрос 3. Ожирение часто сочетается со следующими заболеваниями:

псориаз.  
сахарный диабет 2 типа.  
ветилиго.  
ИБС.  
бронхиальная астма.

Вопрос 4. Для эссенциального ожирения характерно:

гиперинсулинизм;  
гипоинсулинизм;  
гипопрولاктинемия;  
гиперкортицизм;  
снижение секреции СТГ.

Вопрос 5. При морбидном ожирении имеют место следующие признаки нарушения функции мочевыделительной системы:

повышение уровня креатинина.  
отеки.  
высокий удельный вес мочи.  
низкий удельный вес мочи.  
снижение уровня мочевой кислоты.

Вопрос 6. При ожирении развиваются следующие осложнения со стороны ЖКТ

увеличение размеров печени.  
желчнокаменная болезнь.  
растяжение желудка;  
жировая инфильтрация печени.  
хронический панкреатит.

Вопрос 7. Распространенность ожирения в России составляет:

60% людей трудоспособного возраста;  
20%-30% людей трудоспособного возраста;  
40% людей трудоспособного возраста;  
5% людей трудоспособного возраста;  
70% людей трудоспособного возраста

Вопрос 8. Ожирение редко наблюдается при:

адипозо-генитальной дистрофии;  
гипотиреозе;  
болезни Иценко-Кушинга;  
гипокортицизме;  
гипогонадизме.

Вопрос 9. При ожирении развиваются следующие сердечно - сосудистые осложнения:

повышение артериального давления.  
прогрессирование атеросклероза коронарных сосудов.  
гипертрофия левого желудочка.  
слабость синусового узла, брадикардия.  
мерцательная аритмия.

Вопрос 10.

Высокая распространенность ожирения в развитых странах объясняется:

наличием сбалансированного регулярного питания;  
недостатком в рационе питания белка;  
избытком жира в рационе питания;  
недостатком в рационе питания клетчатки;  
недостатком витаминов группы В и Д.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном

клубе, санатории-профилактории» - познакомить обучаемых с основами работы диетолога-консультанта, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ работы диетолога-консультанта;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 02. Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории	22	12	10
Профессия диетолог-консультант.	10	5	5
Сферы деятельности диетолога-консультанта.	12	7	5

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Деятельность диетолога-консультанта. Особенности профессии диетолога-консультанта. Работа диетолога-консультанта в фитнес-клубе. Профессия фитнес-диетолога. Особенности деятельности диетолога-консультанта в салоне красоты. Деятельность диетолога-консультанта в санатории-профилактории.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Концепция системы оздоровительного (функционального) питания в фитнесе Цыганенко О.И.
2. ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ В ФИТНЕС-ЦЕНТРАХ И СПОРТКЛУБАХ. Субботина Елена Викторовна, кандидат технических наук, доцент, директор Института туризма и гостеприимства.
3. Фитнес. Гид по жизни / Денис Семенихин. – Москва: АСТ, 2014. – 288 с.: ил.
4. Профессия фитнес-диетолог. Анна Мигунова.
5. ЭНЕРГООБЕСПЕЧЕНИЕ И ПИТАНИЕ В СПОРТЕ: Учебно-методическое пособие : под ред. В. А. Заборовой. - М. : Физическая культура, 2011.-107 с.

### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Что определяет биологическую ценность белков:

энергоценность  
перевариваемость  
аминокислотный состав  
усвояемость  
переносимость

Вопрос 2. В регуляции какого обмена в организме участвует метионин:

углеводного  
белкового  
минерального  
жирового  
витаминого

Вопрос 3. Какой из названных продуктов обладает высокой биологической ценностью:

сахар  
хлеб  
яйцо  
картофель  
яблоко

Вопрос 4. Какова суточная потребность в белке в среднем взрослого здорового человека:

120 г  
90 г  
60 г  
40 г  
140 г

Вопрос 5. Какой из названных продуктов содержит полноценные белки:

манка  
огурец  
хлеб  
молоко  
баклажан

Вопрос 6. При каком заболевании необходимо увеличить в рационе количество белка до 120 г ОРЗ:

циррозе печени  
туберкулезе  
гломерулонефрите  
холецистите

Вопрос 7. Основная биологическая роль белков для организма человека:

энергетическая  
физическая  
этическая  
моральная  
психическая

Вопрос 8. Сколько килокалорий дает окисление в организме 1 г жира:

4 ккал  
21 ккал  
7 ккал  
14 ккал  
9 ккал

Вопрос 9. Какие вещества являются незаменимыми факторами питания:

насыщенные жирные кислоты  
лецитин  
полиненасыщенные жирные кислоты  
холестерин  
экстрактивные вещества

Вопрос 10. В каком продукте больше всего белка

картофеле  
сливочном масле  
сыре голландском  
рисе  
колбасе  
организация.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия»** - познакомить обучаемых с основами диетологии, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы психотерапии расстройств приема пищи;
- основные пищевые аллергии.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ психотерапии расстройств приема пищи;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 03. Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия	22	12	10
Психотерапия расстройств приема пищи.	12	7	5
Пищевая аллергия.	10	5	5

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы психотерапии в диетологии. Психология питания. Психологические проблемы ожирения. Пищевая зависимость. Терапия пищевого поведения. Пищевая аллергия.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. «Игорь Филиппов. Жир на кушетке. Взгляд психоаналитически ориентированного терапевта на проблему ожирения»: БХВ-Петербург; Санкт-Петербург; 2013.
2. Как победить пищевую зависимость. — М.: Изд-во Эксмо, 2006- — 224 с.
3. Ирина Владимировна Кульчинская. Булимия. Еда или жизнь. Первое практическое руководство по избавлению от пищевой зависимости.
4. «Правила нормального питания»: Попурри; Минск; 2012
5. Прикладная психология. — СПб: Издательство «Питер», 2000. — 560 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»).

### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Растительная клетчатка — это:

Важный источник протеинов.

Бесполезная субстанция, которую кишечник не может абсорбировать.

Защитный элемент, предохраняющий от заболевания раком толстой кишки.

Вопрос 2. В каком из этих трёх продуктов содержится наибольшее количество протеина на 100 г продукта?

Говядина.

Сухие соевые бобы.

Яйца.

Вопрос 3. Избыточный уровень холестерина в крови может быть вызван питанием:

С большим содержанием оливкового масла.

С обильным содержанием сливочного масла.

Богатым протеинами.

Вопрос 4. Мясо считается незаменимым продуктом сбалансированного питания:

Всегда.

Никогда.

Только применительно к детям.

Вопрос 5. Основные потребности организма в витамине С могут быть восполнены при ежедневном употреблении:

0,5 кг мяса.

1 л молока.

Одного апельсина.

Вопрос 6. Чтобы снизить вес, необходимо придерживаться питания с большим содержанием протеинов и небольшим количеством углеводов.

Верно.

Неверно.

В зависимости от метаболизма каждого отдельного человека.

Вопрос 7. Железо, находящееся в бобовых, злаках, овощах и фруктах:

Всасывается легче, чем железо, получаемое из мяса.

Может быть получено в достаточном количестве для восполнения дневных потребностей организма.

Вызывает непереносимость в желудке.

Вопрос 8. Окорок:

Является хорошим источником полиненасыщенных жирных кислот.

Является наиболее хорошо перевариваемым сортом мяса.

Содержит нитриты и нитраты, определённо оказывающие канцерогенное действие, но являющиеся необходимыми для сохранения мяса.

Вопрос 9. Атлеты-вегетарианцы:

Нуждаются в добавках из животных протеинов, чтобы быть в состоянии соревноваться.

Обладают большей выносливостью по сравнению с атлетами-мясоедами.

Им требуется проявить больше усилий на старте.

Вопрос 10. Остеопороз:

Наиболее часто встречается у женщин-вегетарианок.

Может усугубиться при обильном употреблении протеинов.

Является результатом недостаточности йода в организме.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных» - познакомить обучающихся с основами диетологии, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные принципы питания детей, подростков, пожилых людей беременных.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ питания детей и подростков;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 04 Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных	22	12	10
Основы питания детей и подростков.	8	4	4
Питание пожилых людей.	7	4	3
Основные принципы питания беременных.	7	7	3

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основные составляющие здорового питания для детей. Здоровое питание для детей — привычки, закладываемые с детства. Что вкладывать в понятие «правильное»? Как наполнить детский рацион «правильными» продуктами? Правила детского питания. Взаимосвязь питания и интеллекта для правильного питания ребенка. Правильное питание для подростков. Влияние неправильного питания на организм тинейджера. Диета для пожилых людей. Здоровое питание во время беременности. Первая половина беременности. Суточная норма витаминов и микроэлементов для беременных женщин. Питание во второй половине беременности.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. ПИТАНИЕ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА В.И. Скавронский, к.м.н., доцент Кафедра госпитальной терапии УО «Гродненский государственный медицинский университет».
2. Семейная диетология: Пища — источник здоровья / Надежда саламашенко. — СПб. : ЗАО «Торгово-издательский дом «Амфора», 2015. — 62 с. : ил.
3. Обмен опытом. С.В. Николаева. Центральный НИИ эпидемиологии Роспотребнадзора, Москва, Российская Федерация.
4. Коровина Н.А., Подзолкова Н.М., Захарова И.Н. ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ БЕРЕМЕННЫХ И ЖЕНЩИН В ПЕРИОД ЛАКТАЦИИ. Пособие для врачей. - М.: ИД «МЕДПРАКТИКА-М», 2008, 64 с.
5. СОВРЕМЕННЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ ДЕТЕЙ (под ред. проф. Ю.Г. Мухиной, проф. И.Я. Коня) - М.: ИД «МЕДПРАКТИКА-М», 2010, 568 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. При 5-разовом кормлении грудного ребенка интервалы между кормлениями составляют:

- 3 часа;
- 4 часа;
- 2,5 часа;
- 3,5 часа;
- 4,5 часа;

Вопрос 2. Объем питания, который должен получать в сутки ребенок в возрасте 1 месяца и имеющий массу тела 4000 г, при расчете «объемным» методом составляет:

- 400 мл;
- 800 мл;
- 600 мл;
- 500 мл;
- 300 мл;

Вопрос 3 Объем питания, который должен получать в сутки ребенок в возрасте 3 месяцев и имеющий массу тела 5400 г, при расчете «объемным» методом составляет:

- 400 мл;
- 600 мл;
- 700 мл;
- 900 мл;
- 1000 мл;

Вопрос 4. Для астеноидного телосложения характерно:

- Соответствие массы тела длине тела
- Дефицит массы тела по длине
- Избыток массы тела по длине тела
- Высокие показатели физического развития
- Низкие показатели физического развития

Вопрос 5. Для торакального телосложения не характерно:

- Цилиндрическая форма грудной клетки
- Умеренное развитие подкожно-жирового слоя
- Выраженное развитие жировой ткани

Умеренное развитие костяка  
Умеренное развитие мышечного компонента сомы

Вопрос 6. Для торакального типа конституции характерно:

Избыток массы тела по длине  
Высокорослость  
Низкорослость  
Задержка полового развития  
Умеренный дефицит массы тела по длине

Вопрос 7. Ожирение у детей дигестивного типа конституции развивается:

В 10-20% случаев  
В 100% случаев  
В 25-35% случаев  
В 60-70% случаев  
Не развивается

Вопрос 8. Сколько раз в день нужно принимать пищу в оптимальном варианте?

5 - 6 раз  
3 - 4 раза  
1 - 2 раза  
более 6 раз

Вопрос 9. Полноценными белками являются:

белки животного происхождения  
белки растительного происхождения  
белки грибов

Вопрос 10. Содержание сахара в суточном рационе не должно превышать:

20 г  
100 г  
200 г  
2 г

#### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты»

#### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты» - познакомить обучающихся с гигиеническими требованиями к продуктам, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения

последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные вредные вещества в продуктах питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основных вредных веществ в продуктах питания;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 05 Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты	22	12	10
Вредные вещества в продуктах питания.	12	7	5
Генно-модифицированные продукты.	10	5	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Виды пищевых добавок. Классификация пищевых добавок по кодам. Классификация пищевых добавок по применению. Полезные пищевые добавки. Нейтральные пищевые добавки – относительно безвредные. Вредные пищевые добавки. Здоровье и пищевые добавки. Советы по употреблению пищевых добавок. Что такое трансгенные продукты? Методы создания трансгенных продуктов. Влияние генномодифицированных продуктов на здоровье человека. Как трансгенные продукты отличить от натуральных? Где живут ГМО и пищевые добавки. Результаты исследований продуктов питания.

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Анализ пищевых продуктов : [учеб. пособие] / н. в. лакиза, л. к. неудачина ; М-во образования и науки рос. Федерации, урал. федер. ун-т. — екатеринбург : изд-во урал. ун-та, 2015. — 188 с.
2. ГОСТ Р 52173-2003 “Продукты пищевые. Метод идентификации генетически модифицированных источников растительного происхождения.
3. ГОСТ Р 52174-2003 “Биологическая безопасность. Сырье и продукты пищевые. Метод идентификации генетически модифицированных источников (ГМИ) растительного происхождения с применением биологического микрочипа”.
4. Каня И.П. Безопасность продовольственного сырья и пищевых продуктов: курс лекций для студентов специальности 260501 «Технология продуктов общественного питания» / И.П. Каня. – Омск: Издательство ОмЭИ, 2009. 136 с.

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Рациональный режим питания:

легкий завтрак, плотный обед, легкий ужин  
легкий завтрак, плотный обед, плотный ужин  
плотный завтрак, плотный обед, легкий ужин  
плотный завтрак, легкий обед, легкий ужин  
плотный завтрак, легкий обед, плотный ужин.

Вопрос 2. Основным источником каких витаминов являются овощи и фрукты?

В-12, фолиевая кислота, аскорбиновая кислота  
фолиевая кислота, аскорбиновая кислота, бетта-каротин (провитамин А)  
В-1, В-2, В-6  
В-2, В-6, В-12  
А, Е, С

Вопрос 3. Какие продукты являются единственным источником витамина В-12?

овощи и фрукты  
зерновые продукты  
продукты животного происхождения  
растительные масла  
хлеб

Вопрос 4. Какие продукты питания наиболее богаты витаминами А и Д?

овощи и фрукты  
зерновые продукты  
рыбий жир  
растительные масла  
хлеб

Вопрос 5. Какие витамины синтезируются в организме человека?

А  
С  
Е  
Д  
Фолиевая кислота

Вопрос 6. Какие продукты питания являются основным источником кальция?

хлеб  
рис  
мясо  
овощи и фрукты  
молочные продукты

Вопрос 7. Какие продукты питания являются основным источником пищевой клетчатки?

овощи и фрукты, зерновые продукты  
мясо  
молоко  
яйца  
полированный рис

Вопрос 8. Какие продукты питания являются основным источником полиненасыщенных жирных кислот?

мясо  
молоко  
яйца  
растительные масла  
жир животный

Вопрос 9. Макронутриенты:

белки, жиры, углеводы, витамины  
белки, жиры, углеводы, микроэлементы  
белки, жиры, углеводы, флеворные вещества  
витамины, флеворные вещества  
белки, жиры, углеводы, пищевые волокна

Вопрос 10. Микронутриенты:

микроэлементы, жиры, углеводы, витамины  
белки, жиры, углеводы, микроэлементы  
жиры, микроэлементы, флеворные вещества  
витамины, микроэлементы, флеворные вещества  
микроэлементы, пищевые волокна

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
«Методика диетологического консультирования»

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Методика диетологического консультирования» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Методика диетологического консультирования» - познакомить обучаемых с теоретическими основами лечебного питания, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Методика диетологического консультирования» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Методика диетологического консультирования».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы диетологического консультирования.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями теоретических основ диетологии;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 06 Методика диетологического консультирования	22	12	10
Основы деятельности диетолога-консультанта	10	5	5
Методика диетологического консультирования	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Этапы диетологического консультирования. Акцент на питании. Основа методики. Коррекция фигуры. Коррекция веса. Тактика диетолога-консультанта. Основы составления индивидуального рациона. Питание при занятии физической активностью. Методики в работе консультанта по

питанию/диетолога. Групповая работа. Анонимные программы. Взаимопомощь. Отдельные проблемы нормализации пищевого поведения и снижения веса. Физиологические и психологические аспекты в клинической практике.

#### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Евгения Кобыляцкая: Как работают диетологи – Евгения Кобыляцкая – Блог – Сноб
2. Справочник практического психолога. — СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2005. - 928 с: ил.
3. Уильям Р. Миллер, Стивен Роллик Мотивационное консультирование Как помочь людям измениться
4. Е. Н. ЛОБЫКИНА, Ю. В. РУЗАЕВ Диетологическая помощь населению в системе муниципального здравоохранения в условиях деятельности центров здоровья ГОУ ДПО Новокузнецкий государственный институт усовершенствования врачей, МЛПУ Центр медицинской профилактики, Новокузнецк.
5. Нутриентное поведение человека: монография / О.В. Буюклинская и др.; под ред. доц. А.Н. Плакуева, проф. А.Л. Санникова. – Архангельск: Изд-во Северного государственного медицинского университета, 2013.– 213 с

#### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Какой элемент питания предпочтителен для поставки энергии при ВЫСОКОЙ нагрузке?

Жиры  
Углеводы  
Белки / Жиры  
Все элементы питания в равной мере

Вопрос 2. Как называется продукт обмена веществ, образующийся в ходе "анаэробного гликолиза" при занятии спортом?

Бензойная кислота  
Винная кислота  
Аспарагусовая кислота  
Молочная кислота

Вопрос 3. Как называется мера повышения уровня сахара в крови после приема богатой углеводом пищи?

Гликемический индекс  
Индекс массы тела  
Индекс липолиза  
Молярная масса

Вопрос 4. Смесь каких белков обладает наибольшей биологической ценностью?

Говяжья печень и рожь  
Свиная кровь и овес  
Молоко и пшеница  
Картофель и куриные яйца

Вопрос 5. Какой витамин наиболее важен для углеводного обмена?

Витамин В1  
Витамин В6  
Витамин В12

Витамин С

Вопрос 6. Каким НЕ ДОЛЖЕН быть спортивный напиток?

- Изотоничным
- Гипертоничным
- Гипотоничным
- Не имеет значения, важна жидкость

Вопрос 7. Какую роль выполняет L-карнитин в человеческом организме?

- Рост гликолиза
- Наращивание мышц
- Транспорт длинноцепочечных жирных кислот в митохондри
- Расщепление холестерина

Вопрос 8. Какое вещество образуется из аммиака и углекислого газа в ходе белкового обмена?

- Оксалат кальция
- Гиппуровая кислота
- Мочевина
- Мочевая кислота

Вопрос 9. Какие вещества являются незаменимыми факторами питания:

- насыщенные жирные кислоты
- лецитин
- полиненасыщенные жирные кислоты
- холестерин
- экстрактивные вещества

Вопрос 10. В каком продукте больше всего белка

- картофеле
- сливочном масле
- сыре голландском
- рисе
- колбасе

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Клиническая лечебная диетология»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Клиническая лечебная диетология» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Клиническая лечебная диетология» - познакомить обучаемых с содержанием и структурой питания человека, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Клиническая лечебная диетология» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в содержании и структуре диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Клиническая лечебная диетология».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы питания человека в целом;
- принципы здорового питания.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ содержания питания человека;
- основными принципами здорового питания человека.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 07 Клиническая лечебная диетология	22	12	10
Понятие диетологии.	10	5	5
Основные принципы клинической лечебной диетологии.	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Понятие диетологии. Клиническая диетология. Основные принципы диетологии. Основы питания человека. Основные правила здорового питания человека. Гликемический индекс. Понятие

калорийности. Химический состав продуктов. Витамины и минералы. Законы здорового питания. Макронутриенты. Белки, жиры, углеводы. Основные ошибки в питании.

#### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. ДИЕТОЛОГИЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ МЕДИЦИНЫ. Барановский А.Ю., Назаренко Л.И. Медицинская академия последипломного образования, г.Санкт-Петербург.
2. «Лечебное питание при различных заболеваниях»: Эксмо; М.; 2015.
3. «Диетическое питание при болезнях желудочно-кишечного тракта»: АСТ; М.; 2011.
4. Бобренева И.В. Подходы к созданию функциональных продуктов питания: Монография. — СПб.: ИЦ Интермедия, 2012. — 180 с.: ил.
5. Гурвич М. М. Лечебное питание. Полный справочник / М. М. Гурвич, Ю. Н. Лященко. — М.: Эксмо, 2009. — 800 с. — (Новейший медицинский справочник).

#### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Температура холодных блюд для лечебного и диетического питания должна быть не менее, (0С):

- 25
- 15
- 5

Вопрос. Приемы тепловой обработки для основного варианта стандартной диеты:

- варка на пару
- жарка основным способом
- запекание
- жарка гриль
- жарение во фритюре
- жарка в жарочном шкафу

Вопрос 3. Низкокалорийная диета предусматривает снижение суточной энергетической ценности рациона до, (ккал):

- 600-800
- 1300-1600
- 2500-3000

Вопрос 4. В диетическом и лечебном питании не используются следующие виды жиров:

- сливочное масло
- топленое масло
- кулинарный жир
- соевое масло
- маргарин
- рапсовое масло

Вопрос 5. Выберите продукты, рекомендуемые для включения в низкобелковую диету:

- саго
- муссы из набухающего крахмала
- десерты на желатине
- соевый текстурат

белип  
блюда из гематогена

Вопрос 6. Для низкобелковой диеты соль добавляется:

во время приготовления блюда  
во время приема пищи  
не используется вообще

Вопрос 7. Продукты, не рекомендуемые для основной стандартной диеты:

мясо отварное  
концентрированный бульон  
сервелат  
пудинг рыбный запеченный  
запеканка овощная  
кнели мясные

Вопрос 8. Блюда, рекомендуемые для диеты с механическим и химическим щажением:

пудинг творожный запеченный  
кнели рыбные  
суп-пюре из риса  
биточки манные жареные  
тефтели, тушеные в томатном соусе  
суп грибной

Вопрос 9. Блюда с высоким содержанием пищевых волокон, рекомендуемые для низкокалорийной диеты:

мусс на манной крупе  
каша из овсяных хлопьев с овсяными отрубями  
пудинг из пшеничной крупы с сухофруктами паровой  
омлет с сыром  
суп -пюре рисовый  
хлебцы рыбные

Вопрос 10. Какой продукт ведет к медленному увеличению сахара в крови:

хурма  
варенье  
печенье  
пирожное  
вафли

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания»** - познакомить обучаемых с гигиеническими требованиями к продуктам, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы питания в пост;
- основные принципы вегетарианства.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями гигиенических требований к продуктам питания;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 07 Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания	22	4	10
Принципы питания в пост.	7	7	3
Вегетарианство.	8	4	4

Альтернативные формы питания.	7	4	3
-------------------------------	---	---	---

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Правила питания в пост от диетологов. Детокс-влияние Поста на организм. Что полезно есть во время Поста? Типы вегетарианства. Вред вегетарианства. Лечение вегетарианством. Плюсы вегетарианства. Минусы вегетарианства. Альтернативное питание. Вегетарианское питание и сырая пища. Полноценное питание. Система Бирхера-Беннера. Макробиотическое питание (макробиотика). Био-, или экопища. Раздельное питание. Русская школа диетологии. Зарубежная школа диетологии.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. ОСОБЕННОСТИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ВО ВРЕМЯ ПОСТА. Николаева м.а., д.т.н., профессор, Российский экономический университет им. Г.В.Плеханова, г. Москва.
2. «Вегетарианская кухня. Оригинальные рецепты от профессионалов Уроки шеф-повара»: ЗАО «ОЛМА Медиа Групп»; Москва; 2012.
3. Учение Опитании. К пониманию физиологии пищеварения и пондерабильных и импондерабильных аспектов питания./Перевод с немецкого Б.Г. Деева. - «Духовное познание », Калуга, 2004г., 272 стр.
4. Жан Дриес Инга Дриес. Раздельное питание. Новый подход к диете и здоровому питанию.
5. Кулинарная книга йоги : вегетарианские рецепты для здорового тела и разума / Пер. с англ. А. Степановой. — М. : ФАИР-ПРЕСС, 2006. — 160 с. : ил.

### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Состав и количество пищи, употребленное в течение дня, носит название пищевого:

норматива  
статуса  
рациона

Вопрос 2. Сохранению здоровья, высокой работоспособности человека способствует питание:

вегетарианское  
раздельное  
сбалансированное.

Вопрос 3. Качественный и количественный состав пищи должен обеспечивать физиологическую потребность организма в:

меланоидинах  
витаминах  
микроэлементах  
ксенобиотиках  
белках  
жирах  
красящих веществах  
ароматических веществах  
аммиаке  
углекислоте

Вопрос 4. Качественный и количественный состав пищи должен обеспечивать физиологическую потребность организма в:

энергии  
ароматических веществах  
углеводах  
аммиаке  
углекислоте  
воде  
ксенобиотиках

Вопрос 5. Физиологическая потребность в питании зависит от характера:

кровообращения  
термогенеза  
обмена веществ

Вопрос 6. Физиологические нормы питания для различных групп населения базируются на концепции питания:

эволюционного  
сбалансированного  
функционального  
комбинаторного

Вопрос 7. Нормы питания для взрослого населения подразделяются в зависимости от:

пола  
семейного положения  
возраста  
характера труда  
заработной платы  
национальности  
количества пищи

Вопрос 8. На усвояемость пищи не влияет:

химический состав  
профессия человека  
температура подачи  
способ приготовления  
национальность  
органолептические характеристики

Вопрос 9. Пищевое разнообразие рациона достигается за счет расширения:

ассортимента продуктов  
видов столовой посуды  
приемов кулинарной обработки  
температурных режимов подачи блюд  
форм обслуживания  
конъюнктуры рынка

Вопрос 10. Способность пищи создавать чувство насыщения зависит от ее:  
Стоимости

объема  
состава  
квалиметрии  
пиролиза

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Питание при занятии физической активностью, спортивное питание»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ** «Питание при занятии физической активностью, спортивное питание» - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ** «Питание при занятии физической активностью, спортивное питание» - познакомить обучающихся с основами питания при занятии спортом, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Питание при занятии физической активностью, спортивное питание» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Питание при занятии физической активностью, спортивное питание».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основы питания при занятии спортом;
- спортивное питание.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющем соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ питания при физической активности;
- знаниями спортивного питания.

### 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 07 Питание при занятии физической активностью, спортивное питание	22	12	10
Основы питания при физической активности.	10	5	5
Спортивное питание.	12	7	5

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивная диета. Компоненты спортивной диеты. Спортивные добавки. Основной принцип. Скорость усваивания. Состав спортивного питания. Влияние спортивного питания на физическое развитие организма юного спортсмена. Питание как необходимый фактор при спортивных занятиях и физических нагрузках. Коррекция фигуры средствами физического воспитания. Биохимические основы питания при занятиях спортом. Биохимический контроль в спорте.

### 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. МЕТОДОЛОГИЯ СОЗДАНИЯ ИНДИВИДУАЛИЗИРОВАННЫХ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ. Э.С. ТОКАЕВ, А.А. ХАСАНОВ.
2. СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ В СПОРТЕ И ФИТНЕСЕ. Наиль Шамильевич Мухаметов.
3. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ. (Методические рекомендации). Авторы: к.б.н., с.н.с. Гольберг Н.Д., к.б.н., с.н.с. Пшендин А.И., к.м.н., н.с. Дондуковская Р.Р., аспирант Топанова А.А.
4. Гулевская Е.С. ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ В СПОРТИВНОЙ ПРАКТИКЕ. – Организационно-методическое пособие для тренеров и спортсменов. – Липецк: Деловая клякса. – 2015. – 40 с.
5. Культура питания спортсмена : учебное пособие / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, В.А. Чистяков. – СПб. : Изд-во СПбГУЭФ, 2011. – 191 с.
6. Спортивная фармакология и диетология. — М. : ООО “И.Д. Вильямс”, 2008. — 256 с. : ил.

### 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. Здоровый образ жизни – это

Занятия физической культурой

Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья

Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

Вопрос 2. Что такое режим дня?

порядок выполнения повседневных дел

строгое соблюдение определенных правил

перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых.

Вопрос 3. Что такое рациональное питание?

питание, распределенное по времени принятия пищи

питание с учетом потребностей организма

питание набором определенных продуктов

питание с определенным соотношением питательных веществ.

Вопрос 4. Мясо считается незаменимым продуктом сбалансированного питания:

Всегда.

Никогда.

Только применительно к детям.

Вопрос 5. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность

белки, жиры, углеводы, минеральные соли

вода, белки, жиры и углеводы

белки, жиры, углеводы

жиры и углеводы

Вопрос 6. Чтобы снизить вес, необходимо придерживаться питания с большим содержанием протеинов и небольшим количеством углеводов.

Верно.

Неверно.

В зависимости от метаболизма каждого отдельного человека.

Вопрос 7. Что такое двигательная активность?

Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие

Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности

Занятие физической культурой и спортом

Количество движений, необходимых для работы организма

Вопрос 8. Для развития мышечной выносливости следует выполнять

упражнения на тренажерах

упражнения на внимание

упражнения на растягивание мышц

упражнения с преодолением веса собственного тела.

Вопрос 9. В какое время суток работоспособность человека наиболее низкая?

с 17 до 21

с 21 до 1

с 1 до 5

с 5 до 9

Вопрос 10. Биологическая ценность рациона подразумевает сбалансированность:

незаменимых аминокислот  
заменимых аминокислот  
крахмала  
витаминов  
пищевых волокон  
углеводов.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Информационные технологии в профессиональной деятельности»

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ «Информационные технологии в профессиональной деятельности»** - создать систему знаний об основах и особенностях применения предмета дисциплины в современных условиях.

**ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ «Информационные технологии в профессиональной деятельности»** - познакомить обучаемых с информационными технологиями в деятельности диетолога-консультанта, создать у них соответствующую методическую базу и привить практические навыки применения предмета дисциплины.

Дисциплина «Информационные технологии в профессиональной деятельности» - неотъемлемая составная часть профессионального цикла образовательной программы «Диетолог-консультант».

Одновременно, настоящая дисциплина создает определенный базис и условия для более глубокого освоения последующих дисциплин.

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и общекультурный уровень;
- способность принимать организационно-управленческие решения и готовностью нести за них ответственность;
- готовность к применению полученных навыков в области диетологии;
- способность к самостоятельному изучению в дальнейшем новых методик в рамках дисциплины «Информационные технологии в профессиональной деятельности».

В результате изучения дисциплины выпускник должен знать:

- основные понятия соответствующего раздела программы «Диетолог-консультант»;
- основные информационные технологии в деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен уметь:

- оперировать аргументационным и методическим аппаратами в объеме, соответствующем требованиям дисциплины, и позволяющим соблюдать должный уровень качества деятельности диетолога-консультанта.

В результате изучения дисциплины выпускник должен владеть:

- понятийным аппаратом программы «Диетолог-консультант» в целом;
- знаниями основ информационных технологий;
- практическими умениями в соответствии с требованиями дисциплины.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ	Аудиторных часов, всего	В том числе:	
		Лекции	Практические занятия
ДСП. 08 Информационные технологии в профессиональной деятельности	24	14	10
Информационные технологии в диетологии	12	7	5
Виды информационных технологий в деятельности диетолога-консультанта.	12	7	5

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Автоматизация производственных процессов учета в системе лечебного питания. Первый этап организации лечебного питания – учет продуктов питания. Особо важные этапы. Отчетности по движению продуктов питания. Ревизия продуктов питания. Автоматизация документооборота. Автоматизированные программы в системе лечебного питания. Подтверждение эффективности автоматизированных информационных систем для учета расходования финансовых средств в системе ОМС. Реальная экономия

## 4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. IT-технологии в диетологии. Т.Ю. Гроздова.
2. IT-диетология. В. Р. Аверкиева.
3. М.И. Лесовская, З.Е. Шапорова. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ УПРАВЛЕНИЯ КАЧЕСТВОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ.
4. КОМПЬЮТЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ. Т.В.ЕСЕВА

## 5. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ

Вопрос 1. К неперевариваемым углеводам относятся:

гемицеллюлоза  
целлюлоза  
пектин

Вопрос 2. Неперевариваемые углеводы в организме способствуют:

выведению холестерина  
адсорбции промышленных ядов  
росту полезной микрофлоры кишечника  
выведению промышленных ядов  
усилению моторной деятельности кишечника

Вопрос 3. К признакам деления взрослого трудоспособного населения по потребностям в калориях, белках, жирах, углеводах, минеральных веществах, витаминах внутри каждой профессиональной

группы относятся:

возраст

рост

пол

вес

группа интенсивности труда

Вопрос 4. Рациональное построение белкового питания должно предусматривать:

поступление достаточных количеств белка с высокой биологической ценностью 3 раза в день  
ежедневное поступление с пищей не менее 400 г хлеба

ежедневный прием 200 г рыбы

поступление достаточных количеств белка с высокой биологической ценностью 1 раз в день  
ежедневное поступление бобов и орехов

Вопрос 5. Строго вегетарианский рацион может привести к дефициту:

витамина С

витамина В1

витамина В12

углеводов

Вопрос 6. В рационе здорового взрослого человека примерное соотношение растительных и животных белков должно составлять:

правильного ответа нет

80 г и 10 г

1/3 и 2/3

1/2 и 1/2

10% и 90%

Вопрос 7. Примером блюд со сбалансированным аминокислотным составом являются:

гречневая каша с молоком

пирожки с картофелем

пирожки с рисом

пирожки с яйцами

бутерброд со сливочным маслом

Вопрос 8. Примером блюд со сбалансированным аминокислотным составом являются:

гречневая каша с молоком

пирожки с картофелем

пирожки с рисом

пирожки с яйцами

бутерброд со сливочным маслом

Вопрос 9. Химическое щажение желудочно-кишечного тракта обеспечивает исключение:

эфирных масел

пряностей и специй

экстрактивных веществ

органических кислот

Вопрос 10. К полисахаридам относятся:

гликоген  
крахмал  
целлюлоза

## **6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **6.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса при реализации программы.**

Учебно-методические и информационные ресурсы института обеспечивают проведение аудиторных занятий (лекций, практических и семинарских занятий, консультаций и т.п.), самостоятельной учебной работы слушателей.

Образовательный процесс при реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Диетолог-консультант» обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами, в том числе:

- информационной справочно-правовой системой «Консультант плюс»;
- ресурсами Интернета (информационными и образовательными сайтами, сайтами органов законодательной и исполнительной власти Российской Федерации, субъектов Российской Федерации, сайтами муниципальных органов власти);
- учебно-методическим материалом, используемым в учебном процессе, по каждой учебной дисциплине ДПП, что отражено в рабочих программах дисциплин.

### **6.2 Кадровое обеспечение реализации программы**

Реализация программы обеспечивается профессорско-преподавательским составом, удовлетворяющим следующим условиям:

- наличие высшего профессионального образования, соответствующее профилю преподаваемых дисциплин, из числа штатных преподавателей и (или) привлеченных на условиях почасовой оплаты труда;
- наличие ученой степени и (или) значительный опыт практической деятельности в соответствующей сфере из числа штатных преподавателей и (или) привлеченных на условиях почасовой оплаты труда.

Организацию учебного процесса по реализации программы обеспечивает учебно-вспомогательный персонал структурного подразделения института - Центр повышения квалификации и дополнительного профессионального образования Южного института менеджмента.

### **6.3. Основные материально-технические условия для реализации образовательного процесса**

Материально-технические ресурсы организации обеспечивают проведение аудиторных занятий (лекций, практических и семинарских занятий, консультаций и т.п.), самостоятельной учебной работы слушателей.

Слушателям предоставлена возможность пользования оборудованными компьютерными классами с выходом в интернет и доступом к справочно-правовой системе «Консультант плюс» и электронно-библиотечной системе IPRbooks, а также возможность использования оргтехники (копировально-множительные аппараты, сканеры, принтеры). Для проведения лекций и семинаров с использованием активных форм и методов обучения учебные аудитории оборудованы аудиовизуальными техническими средствами (см. таблицу 2).

Таблица 2. Материально-техническое обеспечение программы

№ п/п	Вид занятий	Аудиторный фонд	Оснащенность оборудованием
1.	Лекции	Лекционные аудитории	Видеопроекторное оборудование для презентаций, средства звуковоспроизведения, экран, выход в сеть Интернет: проектор NEC V260XG (экран -Screen Media); ноутбук «Lenova G580»
2.	Практические занятия	Компьютерный класс	Компьютеры с выходом в интернет; проектор NEC V260XG (экран -Screen Media)
3.	Самостоятельная работа	Компьютерный класс	Компьютеры с выходом в интернет; проектор NEC V260XG (экран -Screen Media)
		Библиотека	4 рабочих места, оснащенных компьютерами с доступом к базам данных сети Интернет

## 7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### 7.1 Формы аттестации и оценочные материалы по результатам освоения дополнительной профессиональной программы

Учебным планом ДПП предусмотрены следующие виды аттестации:

- промежуточная аттестация по завершении дисциплины;
  - итоговая аттестация по завершении курса обучения;
- а также на практических (семинарских) занятиях проводится текущий контроль знаний слушателей в форме контрольного опроса или собеседования.

Промежуточные аттестации по завершении дисциплин проводятся в форме зачетов.

Итоговая аттестация по завершении курса проводится в виде защиты выпускной аттестационной работы.

Для реализации ДПП учебным планом программы предусмотрено создание оценочных материалов. Оценочные материалы включают: контрольные вопросы и задания к зачетам; контрольные вопросы и задания к экзаменам; темы курсовых работ, темы выпускных аттестационных работ и т.п., а также иные формы контроля, позволяющие оценивать уровни образовательных достижений и степень сформированности компетенций.

Состав и содержание оценочных материалов по всем дисциплинам учебного плана содержатся в рабочих программах дисциплин.

### 7.2 Экзаменационные вопросы для проведения итогового междисциплинарного экзамена

1. Физиологическое значение пищи и ее роль в сохранении здоровья и профилактике заболеваний населения.
2. История развития науки о питании. Роль концепции сбалансированного питания в обосновании лечебного питания.
3. Рациональное питание населения как важнейшая социальная и гигиеническая проблема.
4. Питание как важнейший фактор в профилактике и лечении болезней нарушенного метаболизма. Концепция сбалансированного питания А.А. Покровского как теоретическая основа рационального питания.
5. Чужеродные вещества в пище и их влияние на здоровье. Задачи по профилактике болезней недостаточного и избыточного питания.
6. Значение работ И.П. Павлова и его последователей в развитии учения о процессах

пищеварения.

7. Белки, их пищевая и биологическая ценность. Аминокислоты и их значение в питании.
8. Заменяемые аминокислоты. Незаменимые аминокислоты. Потребность в незаменимых аминокислотах, их оптимальное соотношение в рационе (сбалансированность).
9. Продукты – источники белка. Современные взгляды на рекомендуемые нормы потребления белка.
10. Жиры, их пищевая ценность. Состав жиров. Рекомендуемые нормы потребления жира.
11. Продукты – источники жиров. Гигиеническая оценка пищевых жиров. Патология переваривания и всасывания липидов пищи.
12. Углеводы. Физиология и патология углеводного обмена. Значение углеводов в организме человека. Потребность в углеводах. Продукты – источники углеводов.
13. Значение витаминов в питании. Характеристика основных витаминов – свойства, обмен, недостаточность, потребность. Продукты – источники витаминов.
14. Макро- и микроэлементы и их значение в питании.
15. Зерновые продукты – зерно, крупы, мука, хлеб. Особенности аминокислотного состава, углеводов, витаминов, минеральных веществ. Гигиенические требования к качеству хлеба (ГОСТ влажности, кислотности, пористости), крупам.
16. Молоко и молочные продукты. Значение молока и молочных продуктов в питании всех групп населения. Пищевая ценность молока. Гигиенические требования к качеству молока (ГОСТ).
17. Кисломолочные продукты. Их значение в питании взрослого здорового человека и больного. Питательные и лечебные свойства. Гигиенические требования к качеству.
18. Яйца и яичные продукты. Значение яиц и яичных продуктов в питании. Гигиенические требования к качеству яиц.
19. Мясо и мясные продукты. Значение мяса в питании человека. Пищевая ценность различных видов мяса. Колбасные изделия. Виды колбас. Гигиенические требования к качеству мяса и мясных продуктов.
20. Рыба и рыбопродукты. Пищевая ценность рыбы. Гигиенические требования к качеству рыбы и рыбопродуктов.
21. Овощи и фрукты. Их значение в питании здорового и больного человека.
22. Консервы. Пищевая ценность консервов. Способы консервирования. Гигиенические требования к качеству консервов для диетического, детского питания и к консервам вообще.
23. Санитарная экспертиза.
24. Диета и ее составные элементы.
25. Значение диетотерапии в общем комплексе лечебных мероприятий. Основные механизмы действия лечебного питания. Общее и местное действие пищи на организм. Роль психологического фактора в диетотерапии.
26. Лечебное питание при заболеваниях органов пищеварения.
27. Лечебное питание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
28. Лечебное питание при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.
29. Лечебное питание беременной и кормящей грудью женщины.
30. Лечебное питание при болезнях крови.
31. Лечебное питание при туберкулезе.
32. Лечебное питание при ожирении.
33. Лечебное питание при сахарном диабете.
34. Лечебное питание при инфекционных заболеваниях, диарее.
35. Лечебное питание при хирургических заболеваниях.
36. Особенности диетического питания лиц пожилого возраста.
37. Питание при аллергических заболеваниях.
38. Питание кормящей женщины.
39. Питание беременной женщины.
40. Основы рационального питания.
41. Физиология пищеварения.
42. Пищевые вещества и их биологическая роль.
43. Показатели качества и гигиеническая экспертиза пищевых продуктов.

44. Возрастные нормы питания и особенности обмена веществ и пищеварения у детей.
45. Диета и ее составные элементы, характеристика диет.
46. Пищевые отравления.
47. Кишечные инфекции
48. Питание беременных и кормящих материй.
49. Питание детей. Особенности составления меню. Калорийность блюд.

### 7.3 Примерные темы и критерии оценки выпускной аттестационной работы

Темы выпускных аттестационных работ.

1. Основные законы науки о питании. Роль пищи, обеспеченность населения основными пищевыми и биологически активными веществами.
2. Белки. Функция и строение белков. Аминокислотный состав: заменимые и незаменимые аминокислоты. Аминокислотный скор. Переваривание и усвоение белка. Значение ферментов пищеварительного тракта.
3. Потребность в белке различных групп населения. Азотистый баланс и его нарушения. Основные пищевые источники белка.
4. Жиры: строение, функции и классификация жиров пищи. Триглицериды, фосфолипиды, жирные кислоты, стерины. Насыщенные, моно- и полиненасыщенные жирные кислоты. Эссенциальные полиненасыщенные жирные кислоты семейств омега 6 и омега 3, их роль и функции. Основные пищевые источники жиров. Содержание холестерина в пищевых продуктах и его роль в развитии сердечно-сосудистых заболеваний.
5. Углеводы: строение, классификация и свойства углеводов пищи. Простые сахара и сложные углеводы. Переваривание и усвоение углеводов пищи. Гликемический индекс углеводсодержащих продуктов.
6. Физиологические свойства, функции и классификация пищевых волокон. Пищевые продукты как источники пищевых углеводов. Потребность в пищевых волокнах и их влияние на обмен веществ.
7. Витамины, их роль и функции. Классификация витаминов. Физиологическая потребность в витаминах различных групп населения.
8. Витаминная недостаточность (гипо- и авитаминозы). Гипервитаминозы.
9. Водно- и жирорастворимые витамины. Пищевые источники водно- и жирорастворимых витаминов. Профилактика витаминной недостаточности.
10. Функциональная роль минеральных веществ. Макро- и микроэлементы. Подразделение минеральных веществ на макро- и микроэлементы. Пищевые источники макро- и микроэлементов.
11. Физиологическая потребность в макро- и микроэлементах различных групп населения.
12. Фосфорно-кальциевый обмен. Потребность различных групп населения в кальции и фосфоре. Методы изучения обеспеченности организма кальцием и фосфором. Пищевые источники кальция и фосфора.
13. Потребность организма в магнии, натрии и калии. Потребность различных групп населения в этих веществах. Методы изучения обеспеченности организма магнием, калием и натрием. Пищевые источники магния, калия и натрия.
14. Алиментарный дефицит железа. Классификация дефицитов железа. Потребность различных групп населения в железе. Методы изучения обеспеченности организма железом. Пищевые источники железа, зависимость доступности железа от его формы.
15. Минорные биологически активные компоненты пищевого рациона (флавоноиды, индолы, полифенолы и т.д.). Их значение и содержание в пищевых продуктах.
16. Основные пути повышения биологической ценности рациона, обогащенные пищевые продукты.
17. Биологически активные добавки к пище, их биологическая и пищевая ценность, значение в

оптимизации питания населения. Использование биологически активных добавок к пище у детей: ограничения.

18. Пре-, про- и синбиотики. Их использование в питании населения. Виды пищевых продуктов, получаемых с использованием пре-, про- и синбиотиков. Значение этих продуктов в оптимизации питания населения.

21. Методы изучения питания и пищевого статуса населения.

22. Расчет содержания и соотношения в суточном рационе пищевых веществ и энергетической ценности с использованием современных таблиц химического состава пищевых продуктов.

23. Антропометрические измерения, импедансометрия, денситометрия. Их значение в оценке пищевого статуса человека.

24. Состояние питания взрослого населения. Основные нарушения структуры питания. Виды белковой недостаточности. Нарушения жирового обмена. Принципы ограничения потребления жира. Использование полиненасыщенных жирных кислот.

30. Нарушения в структуре питания лиц пожилого и старческого возраста. Особенности построения рациона питания.

31. Питание спортсменов. Значение специализированных продуктов. Виды специализированных продуктов для питания спортсменов.

32. Классификация алиментарно-зависимых состояний и заболеваний. Роль отдельных пищевых веществ в их развитии. Основные направления и пути профилактики алиментарно-зависимых заболеваний.

33. Питание при избыточной массе тела и ожирении. Принципы построения рационов питания. Использование биологически активных добавок к пище.

34. Питание у больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями (атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь и др.). Принципы построения рационов питания.

Оценка эффективности использования специализированных пищевых продуктов. Алиментарная профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.

35. Особенности питания при сахарном диабете. Принципы построения рационов питания.

Оценка эффективности использования специализированных пищевых продуктов. Использование гликемического индекса при создании специализированных пищевых продуктов.

36. Питание при болезнях органов пищеварения. Принципы построения рационов питания.

Оценка эффективности использования специализированных пищевых продуктов.

Слушатель самостоятельно выбирает тему выпускной аттестационной работы из предложенных или может предложить свою тему, соответствующую образовательной программе, обосновав целесообразность ее выбора.

Итоговая аттестация по завершении курса проводится в два этапа. Сначала слушатели защищают выпускную аттестационную работу.

Результаты защиты выпускной аттестационной работы определяются оценками “отлично”, “хорошо”, “удовлетворительно” и “неудовлетворительно”.

Оценка «5» (отлично) выставляется за следующую выпускную аттестационную работу:

- работа носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенную теоретическую базу, глубокий анализ и критический разбор специальной деятельности предприятия (организации, учреждения), характеризуется логичным, последовательным изложением материала с соответствующими выводами и обоснованными предложениями;

-имеет положительные отзывы научного руководителя и рецензента;

-при защите работы слушатель показывает глубокие знания вопросов темы, свободно оперирует данными исследования, вносит обоснованные предложения по улучшению положения предприятия (организации, учреждения), эффективно использованию ресурсов, а во время доклада использует наглядные пособия (слайды, мультимедиа проектор) или раздаточный материал, легко отвечает на поставленные вопросы.

Оценка «4» (хорошо) выставляется за следующую выпускную аттестационную работу:

-носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенную теоретическую базу, достаточно подробный анализ и критический разбор специальной деятельности предприятия (организации,

учреждения), характеризуется последовательным изложением материала с соответствующими выводами, однако не с не вполне обоснованными предложениями;

-имеет положительные отзывы научного руководителя и рецензента;

- при защите работы слушатель показывает знания вопросов темы, оперирует данными исследования, вносит предложения по улучшению деятельности предприятия (организации, учреждения), эффективному использованию ресурсов, во время доклада использует наглядные пособия (слайды, мультимедиа проектор) или раздаточный материал, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется за следующую выпускную аттестационную работу:

- носит исследовательский характер, содержит теоретическую главу, базируется на практическом материале, но отличается поверхностным анализом и недостаточным критическим разбором специальной деятельности предприятия (организации, учреждения), в ней просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные предложения;

-в отзывах научного руководителя и рецензента имеются замечания по содержанию работы и методике анализа;

- при защите работы слушатель проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не дает полного аргументированного ответа на заданные вопросы.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется за следующую выпускную аттестационную работу:

-не носит исследовательского характера, не содержит анализа и практического разбора специальной деятельности предприятия (организации, учреждения), не отвечает требованиям, изложенным в методических указаниях кафедры;

- не имеет выводов либо они носят декларативный характер;

-в отзывах научного руководителя и рецензента имеются критические замечания по содержанию работы.

**Цель обучения:** переподготовка специалистов, направленная на приобретение ими профессиональных знаний и навыков в сфере диетологии; приобретение слушателями профессиональных компетенций, необходимых для ведения деятельности диетолога-консультанта.

**Категория слушателей:** желающие получить знания в сфере диетологии, не имеющие медицинского образования, при наличии любого среднего профессионального или высшего образования, желающие работать диетологами-консультантами в немедицинских учреждениях: спортивные клубы, фитнес-клубы, салоны красоты и т. д., а так же желающие заниматься частной практикой в сфере диетологии.

**Срок обучения:** 520 часов

**Форма обучения:** предполагается очно-заочная, заочная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. С частичным отрывом, без отрыва от работы.

## 8 Учебно-методическое обеспечение дисциплин программы

Наименование учебных дисциплин	Раздаточные материалы	Учебные пособия, профильная литература	Отраслевые нормативные акты
Правовые основы, предмет и задачи экспертной деятельности	Материалы для проведения практических занятий, включающие вопросы, задачи, ситуации для	Основы здорового питания [Текст]: пособие по общей нутрициологии / А.В.Скальный, И.А.	Приказ Минздрава России от 21.06.2013 N 395н "Об утверждении норм лечебного питания" (Зарегистрировано в
Правовые основы диетологии в Российской Федерации			
Профессиональные стандарты, профессия диетолога-консультанта			
Анатомия и физиология			

пищеварительной системы, обмен веществ в организме	обсуждения	Рудаков, С.В. Нотова, Т.И. Бурцева, В.В. Скальный, О.В. Баранова. - Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005. – 117 с.  Пищаева М.В. Денисова С.В. Маслова В.Ю. Иванченко Ю.Н. Основы здорового питания. Учебно- методическое пособие. – Арзамас: АГПИ, 2005 – 60 с.	Минюсте России 05.07.2013 N 28995)  Приказ Минздрава России от 15.11.2012 N 920н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи населению по профилю "диетология" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.04.2013 N 28162)  Федеральный закон от 02.01.2000 N 29-ФЗ (ред. от 13.07.2015) "О качестве и безопасности пищевых продуктов"
Социальная гигиена и лечебное питание			
Основы питания человека, основы здорового питания			
Гигиенические требования к пищевым продуктам и их экспертиза			
Методы оценки фактического питания, нетрадиционные методы питания			
Основы диетотерапии			
Основы технологии приготовления пищи и диетических блюд			
Проблема ожирения, разработка индивидуальной программы сохранения и коррекции веса			
Диетолог-консультант в салоне красоты, фитнес-центре, спортивном клубе, санатории-профилактории			
Психотерапия расстройств приема пищи, пищевая аллергия			
Питание детей, подростков, пожилых людей, беременных			
Вредные вещества в продуктах питания, генно-модифицированные продукты			
Методика диетологического консультирования			
Клиническая лечебная диетология			
Питание в пост, вегетарианское питание, альтернативные формы питания			
Питание при занятии физической активностью, спортивное питание			
Информационные технологии в профессиональной деятельности			



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки**  
**«Диетолог-консультант»**

Структура календарного учебного графика (при очно-заочной форме обучения) указывает последовательность реализации программы по месяцам и неделям, включая теоретическое обучение, самостоятельную работу слушателей, итоговую аттестацию.

месяцы	1-ый месяц				2-ой месяц				3-ий месяц			
недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Т О	ТО	Т О	СР	СР	Т О	Т О	ТО	СР	Т О	П А А Р	ИА

**ТО** - Теоретическое обучение

**П  
ВАР** - Подготовка выпускной аттестационной работы

**СР** - Самостоятельная работа

**ИА** -Итоговая аттестация

