

Учебная дисциплина «Основы нутрициологии»

| | |
|---|--|
| <p>Место дисциплины в структурной схеме образовательной программы</p> | <p>Образовательная программа бакалавриата (I ступень высшего образования)</p> <p><i>Специальность</i> 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям); направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельность</p> <p>Специальность 6-05-1012-02 Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)</p> <p>Государственный компонент. Медико-биологический модуль-2</p> |
| <p>Краткое содержание</p> | <p>Введение в нутрициологию, основные понятия и законы нутрициологии, особенности питания и пищевого поведения человека в разных условиях, влияние питания и пищевого поведения на здоровье и развитие человека. Методы и технологии нутрициологии для анализа, оценки и коррекции питания и пищевого поведения, а также для решения практических задач, связанных с питанием и пищевым поведением человека. Роль и место нутрициологии в сфере физической культуры и спорта, а также в организации, управлении и развитии физической культуры и спорта на разных уровнях. Особенности питания в разных видах спорта. Учебно-исследовательскую работу по нутрициологии. Выбор темы, постановка цели и задач, сбор и анализ информации, оформление и защита работы.</p> |
| <p>Формируемые компетенции, результаты обучения</p> | <p>Базовые профессиональные компетенции: знать: основные понятия, законы и принципы нутрициологии, такие как питание, пища, пищевые вещества, пищевая ценность, пищевые потребности, пищевой рацион, пищевой баланс, пищевая безопасность и т.д.; особенности питания и пищевого поведения человека в разных возрастных, физиологических, климатических и социально-экономических условиях, а также при различных заболеваниях и патологиях; влияние питания и пищевого поведения на здоровье, физическое и психическое развитие, работоспособность и продолжительность жизни человека; методы и технологии нутрициологии для анализа, оценки и коррекции питания и пищевого поведения, а также для решения практических задач, связанных с питанием и пищевым поведением человека; роль и место нутрициологии в сфере физической культуры и спорта, а также в организации, управлении и развитии физической культуры и спорта на разных уровнях; уметь: анализировать, оценивать и корректировать свое питание и пищевое поведение, а также планировать, организовывать и контролировать питание в разных ситуациях, связанных с физической активностью, спортом, профессией и т.д.; использовать различные источники информации, методы и технологии нутрициологии для решения практических задач, связанных с питанием и пищевым поведением человека; консультировать и обучать других людей основам здорового питания и пищевого поведения, а также давать рекомендации по формированию правильных пищевых привычек и профилактике ожирения и других заболеваний, связанных с питанием; применять свои знания и навыки по нутрициологии для повышения эффективности и безопасности тренировочного и соревновательного процесса в сфере физической культуры и спорта; владеть: основными знаниями, умениями и навыками в области науки о питании и пищевом поведении человека, способностью анализировать, оценивать и корректировать свое питание и пищевое поведение, а также планировать, организовывать и контролировать питание в разных ситуациях, связанных с физической активностью, спортом, профессией и т.д.; умением использовать различные источники информации, методы и технологии нутрициологии для решения практических задач, связанных с питанием и пищевым поведением человека; навыком консультировать и обучать других людей основам здорового питания и пищевого поведения, давать рекомендации</p> |

| | |
|--|---|
| | по формированию правильных пищевых привычек и профилактике ожирения и других заболеваний, связанных с питанием. |
| Пререквизиты | |
| Трудоемкость | 3 зачетные единицы, 110 академических часов, из них 40 аудиторных: 20 ч лекций и 20 ч семинарских занятий. |
| Семестр(ы), требования и формы текущей и промежуточной аттестации | 6-й семестр, зачет, контроль аудиторных занятий (контрольная работа, тест, коллоквиум) |