

**Программа дополнительной профессиональной
переподготовке:**

**«Спортивная диетология и нутрициология» с
присвоением квалификации «Специалист по
спортивной диетологии и нутрициологии»**

№п п	Наименование дисциплин	Общая трудоемкос ть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З)
			Лекци и	Тестирован ие	Практическ ие занятия	
Раздел общепрофессиональных дисциплин						
1	Анатомия и физиология пищеварения	24	18	2	4	3
2	Введение в нутрициологию	24	18	2	4	3
3	Основы эндокринологии	28	20	2	6	3
4	Спортивная диетология	30	20	2	8	3
5	Спортивная биохимия	30	20	2	8	3
Раздел специальных дисциплин						
6	Классическая теория сбалансированного питания и здоровья	28	20	2	6	3
7	Теория адекватного питания	28	20	2	6	3
8	Некоторые прикладные аспекты в сфере теорий сбалансированного и адекватного питания	28	20	2	6	3
9	Специфическое динамическое действие пищи	28	20	2	6	3

10	Теории регуляции потребления пищи	38	28	2	8	ДЗ
11	Основные принципы и правила здорового питания	28	20	2	6	3
12	Основные пищевые вещества. Значение нутриентов в фитнесе и спорте	28	20	2	6	3
13	Роль витаминов в обмене веществ	30	20	2	8	3
14	Физиологические потребности в энергии и основных пищевых веществах. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания	38	28	2	8	ДЗ
15	Идеальная масса тела. Типы конституции человека	38	28	2	8	3
16	Антропометрия. Методы оценки состава тела	38	28	2	8	3
17	Проблема лишнего веса: причины и последствия. Психологические аспекты работы с людьми, имеющими избыточную массу тела	28	20	2	6	3
18	Строение и биологическая роль гормонов	40	28	2	10	ДЗ

Раздел дисциплин дополнительной специализации

19	Оценка и коррекция рациона	48	28	2	18	3	
20	Технология приготовления диетической пищи	48	28	2	18	3	
21	Технология продуктов спортивного питания	52	30	2	20	3	
22	Особенности питания в спорте и фитнесе	52	30	2	20	ДЗ	
23	Принципы организации рационального питания в зависимости от задач тренировочного процесса	52	30	2	20	ДЗ	
24	Роль воды в рационе и тренировках	48	28	2	18	3	
25	Применение биологически активных добавок (БАД). Влияние на организм	52	30	2	20	ДЗ	
26	Гейнеры и протеины	48	28	2	18	3	
27	Пищевые отравления и их профилактика	48	28	2	18	3	
Итоговая аттестация		18					Итоговый междисциплинарный экзамен
ИТОГО		1020					