

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Современные направления нутрициологии в спортивной и
экстремальной деятельности»**

<p>Цель дисциплины</p>	<p>формирование системных базисных знаний основных принципов рационального питания (как основной составляющей здорового образа жизни), обеспечивающих нормальный рост и развитие детей, профилактику заболеваний, продление жизни, повышение работоспособности, создание условий для адекватной адаптации к окружающей среде; познание влияния различных нутриентов на состояние здоровья человека, формирование знаний о причинах и путях коррекции дефицита питательных веществ, об организации правильного питания спортсменов, занимающихся различными видами спорта, о диетотерапии на этапах реабилитации при ряде заболеваний.</p>
<p>Формируемые компетенции</p> <p>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</p>	<p>ПК-1; ПК-3</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - антидопинговые правила; - порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин). - спортивную морфологию; - спортивную биохимию. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать данные об обеспечении лекарственными препаратами, специализированными продуктами питания, биологически активными добавками, медицинским и научным оборудованием спортивной подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды; - современные технологии выявления факторов, лимитирующие выполнение плановых тренировочных нагрузок по индивидуальным программам спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - взаимодействия и обмена актуальной информацией по вопросам медико-биологического и функционального обеспечения подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды; - разработки и внедрения сводных перспективных, текущих и индивидуальных планов медико-биологического и функционального обеспечения подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.
<p>Содержание дисциплины</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Нутрициология как наука и история её развития. 2. Физиологические нормы питания. Энергозатраты и энергетическая ценность питания. 3. Значение и принципы диетотерапии. 4. Характеристики некоторых лечебных диет. 5. Определение пищевого статуса. Показатели пищевого статуса организма. 6. Питание спортсменов, занимающихся различными видами спорта 7. Биологически активные вещества, повышающие адаптацию к

	физической нагрузке. Восстановление спортсменов. 8. Экопатология и методико-экологическая реабилитация. 9. Роль нутриентов в реабилитации.
Формы промежуточной аттестации	4 семестр – зачет