

**30.06.01 – Фундаментальная медицина**  
**профиль (направленность) Восстановительная медицина, спортивная медицина,**  
**лечебная физкультура, курортология и физиотерапия**  
**Аннотация «Лечебная и оздоровительная диететика»**  
**Цикл дисциплин – Блок 1 «Дисциплины по выбору»**  
**Часть – вариативная**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Дисциплина<br>(модуль)  | <b>Лечебная и оздоровительная диететика</b>   |
| Содержание              | <p>Влияние питания на здоровье. Пищевые вещества и их биологическая роль. Физиология и биохимия пищеварения. Энергетические затраты организма и энергетическая ценность питания. Основные макронутриенты. Белки пищевых продуктов. Жиры пищевых продуктов. Углеводы пищевых продуктов. Микронутриенты. Витамины и витаминоподобные вещества. Минеральные соли и микроэлементы. Минорные компоненты питания. Тенденции и государственная политика в области питания. Отрицательные тенденции в питании и изменение структуры заболеваемости в современном обществе. Государственная политика в области здорового питания. Обогащенные продукты и биологически активные добавки. Питание и применение БАД при некоторых заболеваниях. Питание в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата. Требования к БАД. Различные типы БАД и продуктов функционального питания.</p>   |
| Реализуемые компетенции | <p>Способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях; УК-1<br/>         Готовность участвовать в работе российских и международных исследовательских коллективов по решению научных и научно-образовательных задач УК-3<br/>         Способность и готовность к проведению фундаментальных научных исследований в области биологии и медицины ОПК-2<br/>         Способность и готовность к анализу, обобщению и публичному представлению результатов выполненных научных исследований ОПК-3<br/>         Готовность к внедрению разработанных методов и методик, направленных на охрану здоровья граждан ОПК-4<br/>         Обладать высоким уровнем знаний о выполняемых научных исследованиях в области восстановительной и спортивной медицины, лечебной физической культуры (новейшими теориями, интерпретациями, методами и технологиями), выявлять современные практические и научные проблемы, применять современные технологии и новации в сфере образования, адаптивной физической культуры и спорта ПК-5<br/>         Способность разрабатывать проекты и методическую документацию в сфере адаптивной и лечебной физической культуры и спорта с учетом социальных, морфофункциональных, психологических особенностей контингента разного пола и возраста, естественно-средовых и экономических особенностей региона ПК-8<br/>         Способность разрабатывать целевые реабилитационные программы при подготовке спортсменов различной квалификации и уровня здоровья (адаптивный спорт), решать нестандартные проблемы в процессе подготовки спортсменов и при проведении их реабилитации ПК-13</p> |

|   |  |
|---|--|
|   | Способность разрабатывать реабилитационные программы и планы восстановительных мероприятий при различных заболеваниях и травмах ПК-14  |
| Результаты освоения дисциплины (модуля) | <p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основных методов научно-исследовательской деятельности;</li> <li>– методов критического анализа и оценки современных научных достижений, методы генерирования новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях, методы научно-исследовательской деятельности;</li> <li>– основных результатов научных исследований в области восстановительной и спортивной медицины, адаптивной и лечебной физической культуры (новейшие теории, интерпретации, методы и технологии), междисциплинарную интеграцию комплекса естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных наук в указанной области знаний путей разрешения проблем в отрасли</li> <li>– инновационные образовательные технологии, современные тенденции развития информационных технологий, направления их применения в науке и образовании;</li> <li>– основы процесса разработки проектов и методической документации в сфере адаптивной и лечебной физической культуры и спорта с учетом социальных, морфофункциональных, психологических особенностей контингента разного пола и возраста, естественно-средовых и экономических особенностей региона</li> <li>– знание терминологии своей предметной области, общепринятых классификаций</li> <li>– знание теоретических основ разработки программ реабилитации больных и инвалидов;</li> <li>– знание теоретических основ разработки программ медико-биологического сопровождения спортсменов;</li> </ul> <p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выделять и систематизировать основные идеи в научных текстах; критически оценивать любую поступающую информацию, в зависимости от источника;</li> <li>– анализировать альтернативные варианты решения исследовательских практических задач и оценивать потенциальные выигрыши/проигрыши реализации этих вариантов;</li> <li>– выявлять современные практические и научные проблемы, проводить на современном уровне исследования в области восстановительной спортивной медицины, лечебной физической культуры (с использованием новейших теорий, интерпретаций, методов и технологий), применять на практике современные технологии и новации в организации и содержании собственной деятельности в сфере образования, адаптивной физической культуры и спорта;</li> <li>– оперировать основными теоретическими знаниями и обучать процесс разработки проектов и методической документации в сфере адаптивной лечебной физической культуры и спорта с учетом социальных, морфофункциональных, психологических особенностей контингента разного пола и возраста, естественно-средовых и экономических особенностей региона, определять задачи проектирования и ведения методической документации, применять средства и методы др</li> </ul> |

|  |   |                                    |                      |                        |                          |
|--|---|------------------------------------|----------------------|------------------------|--------------------------|
|  | <p>осуществления проектирования и ведения документации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать целевые реабилитационные программы, направленные на восстановление лиц с различной патологией</li> <li>– разрабатывать целевые программы медико-биологического сопровождения спортсмена, в зависимости от его квалификации и уровня здоровья</li> </ul> <p><i>Навыков и/или опыта деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками сбора, обработки анализа и систематизации информации по теме исследования; навыкам выбора методов и средств решения задач исследования;</li> <li>– навыками анализа основных мировоззренческих и методологических проблем, в т.ч. междисциплинарного характера возникающих в науке на современном этапе ее развития, владеть технологиями планирования профессиональной деятельности в сфере научных исследований;</li> <li>– средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления деятельности в области восстановительной и спортивной медицины, адаптивной и лечебной физической культуры (новейших теорий интерпретаций, методов и технологий), при решении научных образовательных проблем;</li> <li>– обучать реализации процесса разработки проектов и методической документации в сфере адаптивной и лечебной физической культуры спорта с учетом социальных, морфофункциональных, психологических особенностей контингента разного пола и возраста, естественно-средовых экономических особенностей региона, разрабатывать профилактические восстановительные программы для спортсменов, занимающихся циклическими и ациклическими видами спорта, определить цели и задачи проектирования и ведения методической документации, применять средства и методы для осуществления проектирования и ведения документации.</li> </ul> |                                    |                      |                        |                          |
| Трудоемкость, з.е.   | 2 з.е., 72 час  |                                    |                      |                        |                          |
| Объем занятий, час   | Лекции  | Практические (семинарские) занятия | Лабораторные занятия | Самостоятельная работа | Промежуточная аттестация |
|  | 14  | 16                                 |                      | 42                     | зачет                    |
| Формы самостоятельной работы студентов                             | Работа на семинаре, практическом занятии. Выполнение контрольных аудиторных письменных работ. Выполнение аудиторных самостоятельных работ. Решение тематических задач. Конспектирование, реферирование литературы. Подбор, изучение, анализ и конспектирование рекомендованной литературы. Изготовление наглядных схем, диаграмм. Аннотирование книг, статей. Реферат.  |                                    |                      |                        |                          |
| Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)                             | Устный опрос, защита реферата.<br>Зачет в 4 семестре  |                                    |                      |                        |                          |
| <b>Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины</b> |   |                                    |                      |                        |                          |
| Основная литература  | <p>Гольберг, Н.Д. Питание юных спортсменов / Н.Д. Гольберг, Р.Р. Дондуковская. – М. : Сов. спорт, 2007. – 237 с.</p> <p>Каганов, Б.С. Лечебное питание при хронических заболеваниях / Б.С. Каганов, Х.Х. Шарафетдинов. – М. : Эксмо, 2014. – 272 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Сбалансированное питание : учеб. пособие / Т.В.</p>   |                                    |                      |                        |                          |

|                           |   |
|---------------------------|---|
|                           | <p>Соломина. – Челябинск, 2006. – 46 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Питание при занятиях физкультурой и спортом : учеб. пособие / Т.В. Соломина. – Челябинск, 2009. – 78 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Питание, здоровье, работоспособность : введение в нутрициологию : учеб. пособие / Т.В. Соломина. – Челябинск : ЧГПУ, 2009. – 121 с.</p> <p>Спортивная фармакология и диетология / под ред. С.А. Олейника, Л.М. Гуниной. – М. : Диалектика, 2008. – 249 с.</p>   |
| Дополнительная литература | <p>Добрина, Н.А. Питание для спортсменов / Н.А. Добрина. – М. : Человек, 2010. – 191 с.</p> <p>Клиническая диетология детского возраста : руководство для врачей / под ред. Т.Э. Боровик, К.С. Ладодо. – М. : МИА, 2008. – 606 с. – Библиогр.: с. 571-592 .</p> <p>Питание спортсменов: руководство для профессиональной работы с физически подготовленными людьми : учеб. пособие / под ред. К.А.Розенблум ; пер. с англ. Н. Ворониной. – Киев : Олимпийская литература, 2006. – 535 с.</p> <p>Карелин, А.О. Правильное питание при занятиях спортом и физкультурой / А.О. Карелин. – СПб : ДИЛЯ, 2011. – 248 с.</p> <p>Клейнер, С. Спортивное питание победителей / С. Клейнер; пер. с англ. Т. Платоновой. – М. : Эксмо, 2011. – 382 с.</p> <p>Колеман, Э. Питание для выносливости / Э. Колеман ; пер. с англ. А. Немцова. – 4-е изд. – Мурманск : Тулома, 2011. – 190 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Сбалансированное питание : учеб. пособие / Т.В. Соломина ; УралГУФК. – Челябинск : УралГУФК, 2011. – 46 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Основы нутрициологии (оптимальное питание) : учеб. пособие / Т.В. Соломина, Т.В. – Челябинск : ЧГПУ, 2011. – 108 с.</p> <p>Соломина, Т.В. Питание и биологически активные добавки при занятиях физкультурой и спортом : учеб. пособие / Т.В. Соломина – Челябинск : УралГУФК, 2011</p> |
| Интернет-ресурсы          | <p>Журнал Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов. – Режим доступа : <a href="http://www.sportmed.ru/journal.html">http://www.sportmed.ru/journal.html</a>.</p> <p>Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа : <a href="http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/">http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/</a>.</p> <p>Научно-практический журнал «Лечебная физкультура и спортивная медицина». – Режим доступа : <a href="http://lfksport.ru/archive/">http://lfksport.ru/archive/</a>.</p> <p>Онлайн-журнал «Реабилитация». – Режим доступа : <a href="http://www.farosplus.ru/index.htm?reabil/reabil_base.htm">http://www.farosplus.ru/index.htm?reabil/reabil_base.htm</a>.</p> <p>Онлайн-журнал «Healthy Nation (Здоровье нации)». Медицинская реабилитация. – Режим доступа: <a href="http://www.healthynation.ru/pdf/issues/hn_okt_12_03_10.pdf">http://www.healthynation.ru/pdf/issues/hn_okt_12_03_10.pdf</a></p> <p><a href="http://elibrary.uralgufk.ac.ru/">http://elibrary.uralgufk.ac.ru/</a> – электронный каталог библиотеки УралГУФК</p> <p>EBSCO – универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний – <a href="http://search.epnet.com">http://search.epnet.com</a></p>               |
| Программное обеспечение   | <p>Windows XP SP3, Windows 7 и выше</p> <p>Internet Explorer, Mozilla Firefox? Linux mandriva 2010, Linux mageia 4 и выше, Adobe Flash Player 10</p> <p>DirectX® 9</p> <p>Microsoft .Net Framework 3.0 или выше</p>   |

Материально-  
техническое  
обеспечение

При проведении практических занятий используется лекционные аудитории, оборудованные мультимедиа проектором (№ 212, № 306, № 307).

Перечень приборов, инструментов, оборудования, используемого на практических занятиях. Весы медицинские. Ростомер.

Оснащение.

Учебные фильмы. Современное производство БАД, Константы здоровья, Позвоночник струна жизни и др, фильмы о БАДах различных фирм.Наборы БАД различных типов.