

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 (модуль)	Лечебная и оздоровительная диететика
Содержание	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.
Реализуемые компетенции	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 готовность к внедрению разработанных методов и методик, направленных на охрану здоровья граждан ОПК-4 готовность к внедрению результатов исследований в области восстановительной медицины, спортивной медицины, лечебной физкультуры, курортологии и физиотерапии в практическую деятельность, направленную на охрану здоровья человека и/или в целях повышения эффективности учебного процесса ПК-4
Результаты освоения дисциплины (модуля)	<p><i>Знания:</i> методы критического анализа и оценки современных научных достижений, а также методы генерирования новых идей при решении исследовательских и практических задач, в т.ч. в междисциплинарных областях; нормативные акты и документы в изучаемой области знаний, современные методы и методики внедрения результатов научных исследований в области биологии и медицины, направленных на охрану здоровья граждан, в том числе с использованием современных информационных технологий; нормативные акты и документы в изучаемой области знаний, современные методы и методики внедрения результатов научных исследований в области восстановительной медицины, спортивной медицины, лечебной физкультуры, курортологии и физиотерапии, направленных на охрану здоровья граждан и в целях повышения эффективности учебного процесса, в том числе с использованием современных информационных технологий;</p> <p><i>Умения:</i> анализировать альтернативные варианты решения исследовательских и практических задач и оценивать потенциальную</p>

	<p>выигрыши/проигрыши реализации этих вариантов; при решении исследовательских и практических задач генерировать новые идеи, поддающиеся операционализации исходя из наличных ресурсов ограничений; на высоком методическом и методологическом уровне внедрять результаты научных исследований в области биологии и медицины, направленных на охрану здоровья граждан с использованием современных информационных технологий; на высоком методическом и методологическом уровне внедрять результаты научных исследований в области восстановительной медицины, спортивной медицины, лечебной физкультуры, курортологии и физиотерапии, направленных на охрану здоровья граждан и в целях повышения эффективности учебного процесса с использованием современных информационных технологий</p> <p><i>Навыков и/или опыта деятельности:</i> навыками анализа методологических проблем, возникающих при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях; навыками подготовки нормативной документации с использованием современных информационных технологий, навыками внедрения результатов научных исследований в области биологии и медицины, направленных на охрану здоровья граждан; навыками подготовки нормативной документации с использованием современных информационных технологий, навыками внедрения результатов научных исследований в области восстановительной медицины, спортивной медицины, лечебной физкультуры, курортологии и физиотерапии, направленных на охрану здоровья граждан и в целях повышения эффективности учебного процесса.</p>				
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. Зачет в 4 семестре				
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины					
Основная литература	Гольберг, Н.Д. Питание юных спортсменов / Н.Д. Гольберг, Р.Р. Дондуковская. – М. : Сов. спорт, 2007. – 237 с. Каганов, Б.С. Лечебное питание при хронических заболеваниях / Б.С. Каганов, Х.Х. Шарифетдинов. – М. : Эксмо, 2014. – 272 с.				

	<p>Соломина, Т.В. Сбалансированное питание : учеб. пособие / Т.В. 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.Розенблюм ; 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 : http://www.sportmed.ru/journal.html.</p> <p>Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». – Режим доступа : http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/.</p> <p>Научно-практический журнал «Лечебная физкультура и спортивная медицина». – Режим доступа : http://lfksport.ru/archive/.</p> <p>Онлайн-журнал «Реабилитация». – Режим доступа : http://www.farosplus.ru/index.htm?reabil/reabil_base.htm.</p> <p>Онлайн-журнал «Healthy Nation (Здоровье нации)». Медицинская реабилитация. – Режим доступа: http://www.healthynation.ru/pdf/issues/hn_okt_12_03_10.pdf</p> <p>http://elibrary.uralgufk.ac.ru/ – электронный каталог библиотеки УралГУФК</p> <p>EBSCO – универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний – http://search.epnet.com</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.