



НАМО

НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ
МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИМЕНИ Н. А. БОРОДИНА

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ
МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИМ. Н.А. БОРОДИНА»

ИНН 7203508378 КПП 720301001
ОГРН 1207200014537

Утверждаю

Ректор
АНО ДПО «НАМО ИМ. Н.А. БОРОДИНА»



Мазурин А.О.

10.01.2024 г.

Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации

«Нутрициология: методология разработки системы питания»

срок освоения 72 академических часа (ов)

Тюмень 2024 год

1. Нормативно-правовая основа разработки программы:

Данная программа разработана на основании следующих требований:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. N 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21 апреля 2022 г. N 237н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- Проект профессионального стандарта «Консультант по питанию и здоровому образу жизни (нутрициолог)»

2. Паспорт образовательной программы

№	Обозначенные поля	Поля для заполнения
1.	Наименование программы	Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Нутрициология: методология разработки системы питания»
2.	Объем программы	72 часа (ов)
3.	Варианты обучения	Заочная, с применением дистанционных образовательных технологий
4.	Вид выдаваемого документа по окончании обучения	Лицам, успешно освоившим программу повышения квалификации и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.
5.	Требования к уровню образования	1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.
6.	Период обучения	Согласно учебному плану
7.	Цель реализации программы	Целью реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Нутрициология: методология разработки системы питания» является совершенствование обучающимися знаний, умений и компетенций, необходимых для выполнения профессиональной деятельности.

3. Календарный учебный график

Учебные дни	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Кол-во часов	6	8	8	8	8	8	8	8	8	2
Вид занятий	Лекции, самостоятельная работа									ИА (Тест)

4. Учебный план

№ п/п	Перечень курсов, дисциплин (модулей)	Трудоемкость, час	Объем контактной работы по видам учебных занятий (ауд /внеауд /электр.)		Самостоятельная работа (с использованием ЭО и ДОТ)	Формы аттестации
			Лекции	Практические занятия		

№ п/п	Перечень курсов, дисциплин (модулей)	Трудоемкость, час	Объем контактной работы по видам учебных занятий (ауд /внеауд /электр.)		Самостоятельная работа (с использованием ЭО и ДОТ)	Формы аттестации
			Лекции	Практические занятия		
1.	Инсулиновый и гликемический индекс продуктов. Создание корзины продуктов.	12	2	-	10	
2.	Способы приготовления пищи, в зависимости от переносимости.	14	2	-	12	
3.	Формулы КБЖУ.	16	2	2	12	
4.	Способы конструирования меню для клиента.	14	2	2	10	
5.	Виды режимов питания. Фастинг.	14	2	-	12	
6.	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	2	-	2	-	Зачет (Тест)
Объем программы, час.		72	10	6	56	

5. Содержание курса

1. Инсулиновый и гликемический индекс продуктов. Создание корзины продуктов.

Причины низкоуглеводного протокола.
Гликемический и инсулиновый индексы.

2. Способы приготовления пищи, в зависимости от переносимости.

Щадящая диета.
Определение непереносимости продукта.

3. Формулы КБЖУ.

Индивидуальный расчет белков, жиров и углеводов.

4. Способы конструирования меню для клиента.

Шаблон рациона.
Правильный шаблон при составлении рецептов.

5. Виды режимов питания. Фастинг.

Интервальное голодание.
Процессы в организме.
Основные протоколы фастинга.

6. Оценочные и методические материалы

Оценочные типовые задания

1. Почему КПГ опасны для здоровья?

- А. повреждение Na-K насоса, нарушение водно-электролитного насоса- отеки - артериальная гипертензия
Б. повреждение митохондрий - митохондриальная дтсфункция - энергетический голод
В. повреждение клеток, потеря способности противостоять оксидантам, ускорение старения
Г. связывают магний - нарушается иннервация - неврологические нарушения

2. Какой гликемический индекс считается высоким?

- А. в рамках 60-80
Б. более 100
В. более 80
Г. более 50

3. Что такое аутофагия?

- А. запрограммированная смерть клеток

Б. чистка клетки и тела от поврежденных органелл, белков и структур

В. деление концевых участков хромосом

Г. детоксикационный процесс в печени

Методические материалы (Инструкция по работе с СДО) размещены на сайте Академии:
<https://namobr.com/info/obrazovanie/>