

5258223550ea9fb23726a1609b644b33d8986ab6255891f288f913a1351fae

2026г.



**«Практическая нутрициология: основы консультирования и составления рационов»**

| №<br>п/п | Наименования модуля, раздела, темы                                                                                                                                                                                                                                                | Всего<br>часов | Контактная работа, час., в том числе: |    |       |                                                                                  |    |       | Электронное обучение<br>(ЭО), час. |    |       | Са-<br>мо-<br>стоя-<br>тель-<br>ная<br>ра-<br>бота,<br>час. | Стажи-<br>ровка,<br>час. | Форма контроля |   |    |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------|----|-------|----------------------------------------------------------------------------------|----|-------|------------------------------------|----|-------|-------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------|---|----|
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                | аудиторная работа,<br>час.            |    |       | с применением ди-<br>станционных обра-<br>зовательных техно-<br>логий (ДОТ) час. |    |       | Лк                                 | ПЗ | Всего |                                                             |                          | З              | Э | МЭ |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                | Лк                                    | ПЗ | Всего | Лк                                                                               | ПЗ | Всего |                                    |    |       |                                                             |                          |                |   |    |
| 1        | Принципы анализа и оценки пищевого статуса, индекса массы тела. Анализ дефицита витаминов, макро- и микроэлементов, минорных биологически активных веществ с текущем составе продуктов и информации об индивидуальных особенностях питания и пищевых привычках консультируемых    | 8              |                                       |    |       | 4                                                                                | 2  | 6     |                                    |    |       | 2                                                           |                          |                |   |    |
| 2        | Компьютерные программы оценки фактического питания, диагностического тестирования для выявления нарушений пищевого поведения. Применение аналитических приборов: калипер, аппарат для исследования компонентного состава тела (биоимпедансметр)                                   | 8              |                                       |    |       | 2                                                                                | 2  | 4     |                                    |    |       | 4                                                           |                          |                |   |    |
| 3        | Влияние образа жизни на здоровье. Питание и сон как важнейшие составляющие здорового образа жизни. Понятие стресс и его влияние на организм. Влияние хронического стресса на иммунитет. Механизм развития чувства голода и насыщения. Умный фитнес - комплексная проработка тела. | 8              |                                       |    |       | 4                                                                                |    | 4     |                                    |    |       | 4                                                           |                          |                |   |    |
|          | Этика и профессиональная ответственность нутрициолога. Граница между диетологией и нутрицио-                                                                                                                                                                                      | 4              |                                       |    |       | 2                                                                                |    | 2     |                                    |    |       | 2                                                           |                          |                |   |    |

| №<br>п/п | Наименования модуля, раздела, темы                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Всего<br>часов | Контактная работа, час., в том числе: |    |       |                                                                                  |    |       | Электронное обучение<br>(ЭО), час. |    |       | Са-<br>мо-<br>стоя-<br>тель-<br>ная<br>ра-<br>бота,<br>час. | Стажир-<br>овка,<br>час. | Форма контроля |   |    |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------|----|-------|----------------------------------------------------------------------------------|----|-------|------------------------------------|----|-------|-------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------|---|----|
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                | аудиторная работа,<br>час.            |    |       | с применением ди-<br>станционных обра-<br>зовательных техно-<br>логий (ДОТ) час. |    |       | Лк                                 | ПЗ | Всего |                                                             |                          | З              | Э | МЭ |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                | Лк                                    | ПЗ | Всего | Лк                                                                               | ПЗ | Всего |                                    |    |       |                                                             |                          |                |   |    |
|          | логией. Права и обязанности нутрициолога. Позиционирование услуг. Организация легальной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                   |                |                                       |    |       |                                                                                  |    |       |                                    |    |       |                                                             |                          |                |   |    |
| 4        | Методика проведения консультативного приема на всех этапах: завоевать доверие клиента, настроить на совместную работу, поддержать мотивацию. Практика консультаций по вопросам формирования рациона, здорового образа жизни. Схема первичной и повторных консультаций. Подготовка к консультации. Способы самоконтроля. Дневник питания | 6              |                                       |    |       | 2                                                                                | 2  | 4     |                                    |    |       | 2                                                           |                          |                |   |    |
|          | Итоговая аттестация                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2              |                                       |    |       |                                                                                  |    |       |                                    |    |       |                                                             |                          | 2              |   |    |
|          | Всего часов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 36             |                                       |    |       | 14                                                                               | 6  | 20    |                                    |    |       | 14                                                          |                          | 2              |   |    |

#### Условные обозначения:

ЛК - лекции

ПЗ- практические занятия

СР - самостоятельная работа

З- зачет

Э- экзамен

МЭ - междисциплинарный экзамен