

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Есауленко Игорь Эдуардович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 05.10.2023 16:42:37  
Уникальный программный ключ:  
691eebef92031be66ef61648f97525a2e2da8356

ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко  
Минздрава России

УТВЕРЖДАЮ  
Декан педиатрического факультета  
доцент Л.В. Мошурова  
«20» апреля 2021г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине нутрициология

для специальности **31.05.02 Педиатрия**

форма обучения **очная**

факультет **педиатрический**

кафедра **госпитальной и поликлинической педиатрии**

курс **1,2**

семестр **2,3**

лекции **10 часов**

Контроль - зачет **3 семестр (3 часа)**

Практические занятия **78 час**

Самостоятельная работа **89 часов**

Всего часов (ЗЕ) **108 час (3 зачетных единиц)**

Рабочая программа составлена соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки (специальности) 31.05.02 «Педиатрия» (уровень специалитета), утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 августа 2015 г. № 853 и в соответствии с профессиональным стандартом врач-педиатр участковый, приказ № 306н от 27.03.2017 года Министерства труда и социальной защиты РФ.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры госпитальной и поликлинической педиатрии 19.04.2021г., протокол № 10.

Заведующий кафедрой - д.м.н., профессор Т.Л. Насташева

Рецензенты:

заведующий кафедрой педиатрии ИДПО, д.м.н., профессор А.П. Швырев, начальник отдела оказания лечебно-профилактической помощи матерям и детям ДЗ ВО Киньшина М.М.

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности «Педиатрия» от 20.04.2021 года, протокол № 6.

## **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения учебной дисциплины «Нутрициология» являются подготовка специалиста, обладающего профессиональными компетенциями и комплексом углубленных знаний, умений и навыков для обучения населения и просветительской деятельности по вопросам здорового питания.

### **Задачи дисциплины:**

Подготовить к решению следующих профессиональных задач в соответствии с ФГОС ВО 31.05.02 по специальности Педиатрия:

1. Формирование у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;
2. Обучение детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укрепления здоровья.

## **2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина Нутрициология относится к вариативной части Блока 1 ОПОП ВО по специальности 31.05.02 Педиатрия.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, полученные при изучении программы среднего общего образования.

Дисциплины, для которых освоение данной дисциплины является целесообразным:

Б1.Б.52 Основы формирования здоровья детей

Б1.Б.53 Пропедевтика детских болезней

Б1.Б.54 Факультетская педиатрия, эндокринология

Б1.Б.55 Госпитальная педиатрия

## **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

### **1. ЗНАТЬ**

- Основные принципы здорового (рационального сбалансированного) питания детей старшего возраста и их родителей;
- Графические модели здорового рациона;
- Классификацию пищевых веществ;
- Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах;
- Химический состав продуктов питания;
- Алгоритм комплексного анализа рациона питания;
- Правила и принципы консультирования и обучения здоровому питанию;
- Значение питания в профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;
- Основные принципы коррекции избыточной массы тела;
- Основы здорового питания беременных женщин;
- Преимущества и основные правила грудного вскармливания и его пользу для сохранения здоровья матери и ребенка;
- Основы искусственного вскармливания детей первого года жизни;
- Основные правила введения прикорма.

### **2. УМЕТЬ**

- Произвести опрос о рационе и режиме питания и записать однодневный рацион с указанием времени приема пищи, количества приемов пищи, название продуктов и блюд, их количество в граммах;
- Осуществить качественный и количественный анализ рациона питания с использованием графических моделей, компьютерных программ и таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания;
- Рассчитать и оценить индекс массы тела;
- Определить группу физической активности;
- Определить потребности в энергии и пищевых веществах с использованием расчетных формул и нормативных таблиц;
- Сопоставить содержание энергии и пищевых веществ в рационе с индивидуальными нормами физиологических потребностей;
- Составить план коррекции рациона и режима питания;
- Провести беседу о реализации плана коррекции рациона. Ответить на вопросы;
- Провести беседу о значении питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;
- Провести беседу об основных принципах коррекции избыточной массы тела;
- Провести беседу о здоровом питании беременных женщин;
- Провести беседу о преимуществах и основных правилах естественного вскармливания;
- Разъяснить матерям пользу грудного вскармливания не менее чем до одного года, в том числе исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев;
- Формировать приверженности матерей к грудному вскармливанию;
- Провести беседу об основных правилах искусственного вскармливания;
- Провести беседу об основных правилах введения прикорма ребенку первого года жизни.

### **3. ВЛАДЕТЬ**

- Разъяснением детям, их родителям (законным представителям) и лицам, осуществляющим уход за ребенком, правила рационального сбалансированного питания;
- Составлением индивидуальной пирамиды питания на основе однодневного рациона;
- Составлением плана коррекции рациона и режима питания на основе индивидуальной пирамиды питания;
- Обучением основам здорового питания с использованием графических моделей;
- Формированием у детей, их родителей (законных представителей) и лиц, осуществляющих уход за ребенком, приверженности к здоровому питанию и устранению факторов риска.

Результаты образования	Краткое содержание и характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенций	Номер компетенции
1	2	3
<p><b>Знать</b>  Основные принципы здорового (рационального сбалансированного) питания детей старшего возраста и их родителей;  Графические модели здорового рациона;  Классификацию пищевых веществ;  Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах;  Химический состав продуктов питания;  Алгоритм комплексного анализа рациона питания;  Правила и принципы консультирования и обучения здоровому питанию.</p> <p><b>Уметь</b>  Произвести опрос о рационе и режиме питания и записать однодневный рацион с указанием времени приема пищи, количества приемов пищи, название продуктов и блюд, их количество в граммах;  Осуществить качественный и количественный анализ рациона питания с использованием графических моделей, компьютерных программ и таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания;  Рассчитать и оценить индекс массы тела;  Определить группу физической активности;  Определить потребности в энергии и пищевых веществах с использованием расчетных формул и нормативных таблиц;  Сопоставить содержание энергии и пищевых веществ в рационе с индивидуальными нормами физиологических потребностей;  Составить план коррекции рациона и режима питания;  Провести беседу о реализации плана коррекции рациона. Ответить на вопросы.</p>	<p>Готовность к обучению детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний</p>	<p><b>ПК-15</b></p>

<p><b>Владеть</b>  Разъяснением детям, их родителям (законным представителям) и лицам, осуществляющим уход за ребенком, правила рационального сбалансированного питания;  Составлением индивидуальной пирамиды питания на основе однодневного рациона;  Составлением плана коррекции рациона и режима питания на основе индивидуальной пирамиды питания;  Обучением основам здорового питания с использованием графических моделей.</p>		
<p><b>Знать</b>  Значение питания в профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;  Основные принципы коррекции избыточной массы тела;  Основы здорового питания беременных женщин;  Преимущества и основные правила грудного вскармливания и его пользу для сохранения здоровья матери и ребенка;  Основы искусственного вскармливания детей первого года жизни;  Основные правила введения прикорма.</p> <p><b>Уметь</b>  Провести беседу о значении питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;  Провести беседу об основных принципах коррекции избыточной массы тела;  Провести беседу о здоровом питании беременных женщин;  Провести беседу о преимуществах и основных правилах естественного вскармливания;  Разъяснять матерям пользу грудного вскармливания не менее чем до одного года, в том числе исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев;  Формировать приверженности матерей к грудному вскармливанию;  Провести беседу об основных правилах искусственного вскармливания;  Провести беседу об основных правилах введения прикорма ребенку первого года жизни.</p> <p><b>Владеть</b>  Формированием у детей, их родителей (законных представителей) и лиц, осуществляющих уход за ребенком, приверженности к здоровому питанию и устранению факторов риска.</p>	<p>Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p>	<p><b>ПК-16</b></p>

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов.

№ п/п	Раздел учебной дисциплины	Семестр	Неделя	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающегося и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практ. занятия	Самост. работа	
1	Общая нутрициология	2	1	2	3	2	тестирование
			3		3	2	тестирование, решение СЗ
			5	2	3	2	тестирование, решение СЗ
			7		3	2	тестирование, решение СЗ
			9	2	3	2	тестирование, решение СЗ
		11		3	2	тестирование, решение ситуационных задач (рейтинговое занятие по разделу)	
		3	1	2	3	2	контроль остаточного уровня знаний (интерактивное тестирование), контроль результатов работы с компьютерными программами
			2		3	2	контроль качества анализа и коррекции рациона
			3	2	3	2	контроль качества рецензирования рациона в парах, контроль результатов консультирования
		2	Специальная нутрициология	3	4		3
5	2				3	2	тестирование, решение СЗ
6					3	2	тестирование, решение СЗ
7	2				3	2	тестирование, решение СЗ
8					3	2	тестирование, решение СЗ
9	2				3	2	тестирование, решение СЗ
10					3	2	тестирование, решение СЗ
11	2				3	2	интерактивное тестирование (рейтинговое занятие по разделу)
12					3	2	Собеседование, решение ситуационных задач (промежуточная аттестация)

#### 4.2 Тематический план лекций

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Часы
1.	Нутрициология – наука о питании. Основные принципы и правила здорового питания. Классификация пищевых веществ	Способствовать формированию системы теоретических знаний о нутрициологии как науке о питании, основных принципах и правилах здорового питания, классификации пищевых веществ	Средняя продолжительность предстоящей жизни в России и странах мира Определение здоровья и факторов его обуславливающих Определение здорового образа жизни Национальные рекомендации по здоровому питанию населения в различных странах ФГОС ВО и дисциплина «Нутрициология» Квалификационная характеристика врача-педиатра, профессиональный стандарт специалиста в области педиатрии Определение нутрициологии Определение здорового питания Пирамида питания Составление индивидуальной пирамиды питания Пищевой дневник самоконтроля Takzdorovo.ru – официальный ресурс программы «Здоровая Россия» Макронутриенты Микронутриенты Классификация углеводов Классификация жиров Классификация белков Классификация витаминов Классификация минеральных веществ Азбука здорового питания, или 20 фактов о том, что и как надо есть	2
2.	Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах. Химический	Способствовать формированию системы теоретических знаний о нормах физиологических потребностей в	Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения российской федерации (методические рекомендации) МР 2.3.1.2432-08 Величина основного обмена Формулы расчета величины основного обмена Индекс массы тела Инструментальное определение величины основного обмена	2



	состав и энергетическая ценность продуктов питания.	энергии и пищевых веществах, химическом составе и энергетической ценности продуктов питания.	<p>Энерготраты на конкретные виды деятельности</p> <p>Группы населения, дифференцированные по уровню физической активности</p> <p>Расчет суточных энерготрат</p> <p>Расчет потребности в макронутриентах</p> <p>Физиологические потребности в основных микронутриентах</p> <p>Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания</p> <p>Особенности состава молочных продуктов</p> <p>Особенности состава мясных продуктов</p> <p>Особенности состава рыбных продуктов</p> <p>Особенности состава яиц</p> <p>Особенности состава зерновых продуктов</p> <p>Особенности состава бобовых, орехов и семян</p> <p>Особенности состава овощей и фруктов</p> <p>Особенности состава жировых продуктов</p> <p>Основные источники белков, жиров и углеводов</p> <p>Основные источники витаминов и минеральных веществ</p>	
3.	Комплексный алгоритм оценки пищевого рациона. Обучение пациентов и членов их семей основам здорового питания.	Способствовать формированию системы теоретических знаний о комплексном алгоритме оценки пищевого рациона и обучении пациентов и членов их семей основам здорового питания.	<p>Анализ суточного рациона</p> <p>Составление индивидуальной пирамиды питания</p> <p>Качественный анализ индивидуальной пирамиды питания</p> <p>Коррекция выявленных нарушений базовых принципов здорового питания</p> <p>Информационный материал для самоконтроля</p> <p>Анализ рациона по содержанию макро- и микронутриентов</p> <p>Компьютерные программы для оценки рациона питания</p> <p>Определение физической активности</p> <p>Расчет величины основного обмена и суточных энерготрат</p> <p>Сравнение физиологических потребностей и химического состава рациона</p> <p>Значение физической активности в здоровом образе жизни</p> <p>Рекомендуемая продолжительность умеренной физической активности в контексте здорового образа жизни</p> <p>Понятие уровня риска недостаточности потребления</p> <p>Понятие верхнего допустимого уровня потребления</p>	2

			Организация индивидуального и группового обучения пациентов и членов их семей основам здорового питания.	
4.	Питание как фактор профилактики заболеваний	Способствовать формированию системы теоретических знаний о питании как о факторе профилактики заболеваний	Хронические неинфекционные заболевания. Факторы риска хронических неинфекционных заболеваний Смертность от хронических неинфекционных заболеваний в России Профилактика сердечнососудистых заболеваний и питание Нутриенты, которые повышают риск развития сердечнососудистых заболеваний Нутриенты, которые снижают риск развития сердечнососудистых заболеваний Рацион питания для профилактики сердечнососудистых заболеваний Питание и профилактика онкологических заболеваний Нутриенты, которые повышают риск развития онкологических заболеваний Нутриенты, которые снижают риск развития онкологических заболеваний Рацион питания для профилактики онкологических заболеваний Продукты питания богатые антиканцерогенными веществами Пирамида питания для профилактики сердечнососудистых и онкологических заболеваний	2
5.	Основы коррекции избыточной массы тела	Способствовать формированию системы теоретических знаний об основах коррекции избыточной массы тела	Распространенность избыточной массы тела и ожирения в России. Индекс массы тела для определения избытка массы тела и ожирения Абдоминальный тип ожирения Диетологическое определение ожирения Эффективность лечения ожирения Энергетический баланс: статический и динамический Пути расхода энергии Пищевой термогенез Факультативный термогенез Метаболически активная и инертная масса тела Факторы, повышающие величину основного обмена Факторы, снижающие величину основного обмена Физические упражнения и состав тела Биоимпедансометрия Влияние низкокалорийной диеты на расход энергии	2

			<p>Коррекция избытка массы тела как новый образ жизни          Пирамида питания для коррекции избыточной массы тела          Основные рекомендации для коррекции избыточной массы тела          «Модные» диеты</p>	
6.	<p>Основы питания беременных женщин. Основы естественного вскармливания детей первого года жизни</p>	<p>Способствовать формированию системы теоретических знаний об основах питания беременных женщин, естественном вскармливании детей первого года жизни</p>	<p>Влияние здорового питания на течение беременности, состояние здоровья беременной женщины, рост и развитие плода.          Причины нерационального питания во время беременности          Концепция «эпигенетического ландшафта». Примеры          Исследования английского ученого Баркера о зависимости массы тела при рождении риска сердечнососудистых заболеваний          Концепция «Первые 1000 дней жизни»          Основы рационального питания на этапе подготовки к беременности          Основы рационального питания в первой половине беременности          Основы рационального питания во второй половине беременности          Дополнительные потребности в пищевых веществах и энергии во второй половине беременности          Последствия дефицита фолиевой кислоты          Последствия дефицита макро- и микронутриентов во время беременности          Виды продуктов для беременных женщин          Рекомендуемый среднесуточный рацион питания беременной женщины          Специализированные обогащенные продукты питания для беременных женщин          Витаминно-минеральные комплексы для беременных женщин          Основные виды вскармливания детей первого года жизни          Краткосрочный и долгосрочный эффекты грудного вскармливания          Консультирование по вопросам грудного вскармливания (ВОЗ)          Состав грудного молока          Отличия женского и коровьего молока          Биологически активные и защитные факторы женского молока          Отличия молозива от зрелого женского молока          Анатомия молочной железы          Роль пролактина и окситоцина</p>	2

			<p>Техника прикладывания ребенка к груди  Первое прикладывание к груди  Режим грудного вскармливания в первом полугодии жизни  Контроль эффективности грудного вскармливания  Ежемесячные прибавки массы тела и роста  Техника контрольного кормления  Гипогалактия  Лактационные кризы  Рациональное ведение лактационных кризов  Рекомендуемый среднесуточный объем кормления кормящей женщины  Специализированные обогащенные продукты для питания кормящих женщин  Витаминно-минеральные комплексы для кормящих матерей  Продолжительность грудного вскармливания</p>	
7.	Основы искусственного вскармливания	Способствовать формированию системы теоретических знаний об основах искусственного вскармливания	<p>Определение смешанного вскармливания.  Определение искусственного вскармливания  Противопоказания к грудному вскармливанию  Международный свод правил по сбыту заменителей грудного молока  Определение адаптированной молочной смеси  Принципы адаптации детских молочных смесей  Основные производители адаптированных молочных смесей  Классификация адаптированных молочных смесей  Анализ информации производителя  Маркетинг адаптированных молочных смесей  «Линейка» адаптированных молочных смесей отдельных производителей для здоровых детей и детей с функциональными нарушениями  Расчет суточного и разового объемов кормления  Режим питания при искусственном вскармливании  Как приготовить адаптированную молочную смесь  Расчет питания при искусственном вскармливании  Нормы физиологических потребностей в энергии и макронутриентах у детей первого года жизни</p>	2

8.	Основные правила введения прикорма. Здоровое питание детей старше года и подростков	Способствовать формированию системы теоретических знаний о принципах и правилах введения прикорма, здоровом питании детей старше года и подростков	<p>Определение прикорма. Сроки введения прикорма Первые продукты прикорма Преимущества продуктов промышленного выпуска Правила введения первого продукта прикорма из каждой группы Противопоказания для введения первых продуктов прикорма Последовательность введения продуктов прикорма Примерный рацион питания ребенка в 10 месяцев Нормы физиологических потребностей для детей старше 1 года Формула расчета потребности в энергии Принципы здорового питания детей старше года Продукты с высоким аллергизирующим потенциалом Примерный рацион питания ребенка 1-3 лет Пирамида питания ребенка 1-3 лет Примерный рацион питания ребенка 3-6 лет Пирамида питания ребенка 3-6 лет Особенности подросткового питания Международные программы по обучению базовым принципам здорового питания детей и подростков</p>	2
9.	Формирование коммуникативных навыков для реализации программ обучения населения основам здорового питания	Закрепление полученных знаний лекционного курса и формирование когнитивных умений в контексте содержания дисциплины «Нутрициология» на основе командных коммуникаций	Организация командного обучения с использованием бланков немедленной обратной связи для закрепления полученных знаний лекционного курса и формирования когнитивных умений в контексте содержания дисциплины «Нутрициология»	2

#### 4.3 Тематический план практических занятий.

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
1.	Введение в нутрициологию	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте анкетирования по вопросам особенностей рациона питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Что такое нутрициология Почему педиатру важно знать базовые принципы здорового питания Как записать однодневный рацион Как провести анкетирование об особенностях питания с использованием стандартизированного вопросника Как определить размеры порций продуктов и блюд в рационе	Значение нутрициологии в практической деятельности педиатра	Записать свой однодневный рацион провести анкетирование об особенностях питания пациента с использованием стандартизированного вопросника и дать оценку опросить и записать однодневный рацион питания пациента с указанием времени приема пищи, качества и количества потребляемых продуктов	3
2.	Здоровое питание. Графические и цветовые модели	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте использования графических моделей здорового питания для обучения, консультирования и просветительской деятельности по вопросам	Что такое пирамида питания Этажи пирамиды питания Порции пирамиды питания Как составить индивидуальную пирамиду питания Особенности качества продуктов на каждом этаже пирамиды питания Что такое Моя тарелка (Myplate) Чем отличаются два графических образа принципов здорового	Отличия здорового/рационального, профилактического и лечебного питания Определение нутрициологии Графические и цветовые модели принципов здорового питания (пирамида	Оценить рацион пациента с использованием моделирования индивидуальной пирамиды питания	3

		здорового питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	питания Пирамида питания и Моя тарелка	питания, моя тарелка, «светофор»)		
3.	Классификация пищевых веществ и инструкция по чтению этикеток	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте анализа состава готовых продуктов питания (чтения этикеток). Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Макронутриенты Микронутриенты Классификация углеводов Классификация жиров Классификация белков Классификация витаминов Классификация минеральных веществ	Классификацию пищевых веществ (макронутриентов: белков, жиров, углеводов; микронутриентов: витаминов и минеральных веществ)	Анализировать информацию на этикетках продуктов питания обосновать выбор продукта питания промышленного производства в соответствии с информацией представленной на этикетке провести беседу со стандартизированным пациентам о тактике выбора продуктов питания промышленного производства	<b>3</b>
4.	Способы определения	Цель: Обеспечить этап формирования	Нормы физиологических потребностей в энергии и	Значение и способы определения	Определить физиологические	<b>3</b>

	норм физиологически х потребностей в энергии и пищевых веществах	компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте определения физиологических потребностей. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	пищевых веществах для различных групп населения российской федерации (методические рекомендации) МР 2.3.1.2432-08 Величина основного обмена Формулы расчета величины основного обмена Индекс массы тела Инструментальное определение величины основного обмена Энерготраты на конкретные виды деятельности Группы населения, дифференцированные по уровню физической активности Расчет суточных энерготрат Расчет потребности в макронутриентах Физиологические потребности в основных микронутриентах	физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах	потребности в энергии и пищевых веществах у стандартизированного пациента использованием таблиц «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах» и расчетных методов. Проанализировать состав витаминных препаратов с определением процента от суточной физиологической потребности для каждого компонента	
5.	Способы определения химического состава и энергетической ценности продуктов питания	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте определения химического состава продуктов питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение	Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания Особенности состава молочных продуктов Особенности состава мясных продуктов Особенности состава рыбных продуктов Особенности состава яиц Особенности состава зерновых	Особенности химического состава основных групп продуктов питания (молочные продукты, мясные продукты, рыбные продукты, яйца, зерновые продукты, бобовые, орехи, овощи, фрукты, сливочное	Определить содержание макронутриентов (белков, жиров, углеводов), микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) и энергии в стандартизированном рационе с	<b>3</b>



		планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	продуктов Особенности состава бобовых, орехов и семян Особенности состава овощей и фруктов Особенности состава жировых продуктов	масло, растительные масла); отличия химического состава жиров животного происхождения, растительных масел и жира рыб; отличия химического состава льняного, подсолнечного и оливкового растительных масел	использованием таблиц провести беседу об особенностях химического состава основных групп продуктов питания (молочные продукты, мясные продукты, рыбные продукты, яйца, зерновые продукты, бобовые, орехи, овощи, фрукты, сливочное масло, растительные масла)	
6.	Рейтинговое занятие по разделу «Общая нутрициология»	Цель: Оценить уровень сформированности компетенций: ПК-16, ПК-15. Задачи: Оценить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по разделу «Общая нутрициология».	обобщение пройденного материала и контроль знаний, умений и навыков, которые являются планируемыми результатами обучения по разделу «Общая нутрициология»	Основные принципы здорового (рационального сбалансированного) питания детей старшего возраста и их родителей; Графические модели здорового рациона; Классификацию пищевых веществ; Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах; Химический состав	Произвести опрос о рационе и режиме питания и записать однодневный рацион с указанием времени приема пищи, количества приемов пищи, название продуктов и блюд, их количество в граммах; Осуществить качественный и количественный анализ рациона питания с использованием графических моделей,	3

				продуктов питания; Алгоритм комплексного анализа рациона питания.	компьютерных программ и таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания; Рассчитать и оценить индекс массы тела; Определить группу физической активности; Определить потребности в энергии и пищевых веществах с использованием расчетных формул и нормативных таблиц;	
7.	Компьютерные технологии оценки пищевого рациона	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте компьютерного анализа рациона питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий	Принцип работы компьютерных программ по анализу пищевого рациона Как рассчитать содержание белков, жиров, углеводов и калорий в однодневном рационе Как рассчитать содержание микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в однодневном рационе	Основные компьютерные программы, которые используются для определения химического состава и энергетической ценности рациона питания (перечислить)	Определить химический состав и калорийность рациона питания автоматизированным способом. Установить физиологические потребности в энергии и пищевых веществах автоматизированным способом	<b>3</b>

		контроль.				
8.	Оценка пищевого рациона	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте комплексного анализа рациона и режима питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Работа со стандартизированными таблицами по анализу собственного рациона питания: Анализ суточного рациона Составление индивидуальной пирамиды питания Качественный анализ индивидуальной пирамиды питания Коррекция выявленных нарушений базовых принципов здорового питания Информационный материал для самоконтроля Анализ рациона по содержанию макро- и микронутриентов Определение физической активности Расчет величины основного обмена и суточных энергозатрат Сравнение физиологических потребностей и химического состава рациона Коррекция энергопотребления Значение физической активности в здоровом образе жизни Рекомендуемая продолжительность умеренной физической активности в контексте здорового образа жизни	Комплексный алгоритм оценки пищевого рациона (перечислить этапы)	Провести комплексную оценку пищевого рациона (на примере собственного рациона путем заполнения стандартизированных таблиц). Дать рекомендации по коррекции пищевого рациона.	<b>3</b>

			<p>Коррекция содержания макронутриентов</p> <p>Коррекция содержания микронутриентов</p> <p>Понятие уровня риска недостаточности потребления</p> <p>Понятие верхнего допустимого уровня потребления</p>			
9.	<p>Основы консультирования и обучения пациентов и членов их семей основам здорового питания</p>	<p>Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте консультирования пациентов по вопросам здорового питания.</p> <p>Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.</p>	<p>Работа со стандартизированным пациентом:</p> <p>Анализ суточного рациона</p> <p>Составление индивидуальной пирамиды питания</p> <p>Качественный анализ индивидуальной пирамиды питания</p> <p>Коррекция выявленных нарушений базовых принципов здорового питания</p> <p>Расчет индекса массы тела</p> <p>Расчет величины основного обмена и суточных энергозатрат</p> <p>Значение физической активности в здоровом образе жизни</p> <p>Рекомендуемая продолжительность умеренной физической активности в контексте здорового образа жизни</p> <p>Обучение самоконтролю. Ответы на вопросы</p>	<p>Алгоритм консультирования по вопросам здорового питания, принципы обучения пациентов и членов их семей основам здорового питания.</p>	<p>Провести консультацию стандартизированного пациента по вопросам здорового питания: оценить однодневный рацион; составить план коррекции рациона и режима питания; провести беседу о реализации плана коррекции рациона, ответить на вопросы, обучить основам здорового питания.</p>	<b>3</b>
10.	<p>Особенности составления</p>	<p>Цель: Обеспечить этап формирования</p>	<p>Хронические неинфекционные заболевания.</p>	<p>Значение здорового питания в</p>	<p>Провести беседу со стандартизированным</p>	<b>3</b>

	<p>программ питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний</p>	<p>компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте составления программ питания для профилактики сердечно-сосудистой патологии.          Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.</p>	<p>Факторы риска хронических неинфекционных заболеваний          Смертность от хронических неинфекционных заболеваний в России          Профилактика сердечнососудистых заболеваний и питание          Нутриенты, которые повышают риск развития сердечнососудистых заболеваний          Нутриенты, которые снижают риск развития сердечнососудистых заболеваний          Рацион питания для профилактики сердечнососудистых заболеваний          Питание и профилактика онкологических заболеваний          Нутриенты, которые повышают риск развития онкологических заболеваний          Нутриенты, которые снижают риск развития онкологических заболеваний          Рацион питания для профилактики онкологических заболеваний          Продукты питания богатые антиканцерогенными веществами          Пирамида питания для профилактики</p>	<p>профилактике хронических неинфекционных заболеваний</p>	<p>пациентом об основах профилактики хронических неинфекционных заболеваний с учетом знания принципов здорового питания</p>	
--	---	--	---	--	---	--

			сердечнососудистых и онкологических заболеваний			
11.	Особенности составления программ питания для профилактики и коррекции избыточной массы тела	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте составления программ питания для профилактики и коррекции избыточной массы тела. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Распространенность избыточной массы тела и ожирения в России. Индекс массы тела для определения избытка массы тела и ожирения Абдоминальный тип ожирения Диетологическое определение ожирения Эффективность лечения ожирения Коррекция избытка массы тела как новый образ жизни Пирамида питания для коррекции избыточной массы тела Основные рекомендации для коррекции избыточной массы тела «Модные» диеты Энергетический баланс: статический и динамический Пути расхода энергии Пищевой термогенез Факультативный термогенез Метаболически активная и инертная масса тела Факторы, повышающие величину основного обмена Факторы, снижающие величину основного обмена Физические упражнения и состав	Основы профилактики и пути коррекции избыточной массы тела	Провести беседу со стандартизированным пациентом об основах профилактики и путях коррекции избыточной массы тела с учетом знания принципов здорового питания	3

			тела Биоимпедансометрия Влияние низкокалорийной диеты на расход энергии			
12.	Биологически активные добавки к пище	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 в контексте использования биологически активных добавок к пище. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Что такое биологически активные добавки к пище (БАД) Основная причина использования БАД к пище Классификация БАД Отличия БАД от лекарственных препаратов Основные нормативные документы, регламентирующие использование БАД Известные компании-производители БАД	Определение, классификацию и показания к применению биологически активных добавок к пище; отличия биологически активных добавок к пище и лекарственных средств	Продемонстрировать отличия биологически активных добавок к пище и лекарственных средств	<b>3</b>
13.	Здоровое питание беременных женщин и формирование приверженности и матерей к грудному вскармливанию	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 по вопросам обучения и просветительской деятельности о здоровом питании беременных женщин и о преимуществе грудного вскармливания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный	Влияние здорового питания на течение беременности, состояние здоровья беременной женщины, рост и развитие плода. Причины нерационального питания во время беременности Концепция «эпигенетического ландшафта». Примеры Исследования английского ученого Баркера о зависимости массы тела при рождении риска	Принципы здорового питания на этапе подготовки и во время беременности отличия грудного и коровьего молока преимущества грудного вскармливания техника грудного вскармливания	Провести беседу со стандартизированным пациентом о питании на этапе подготовки к беременности и принципах здорового питания беременной женщины провести беседу со стандартизированным пациентом о	<b>3</b>

		<p>уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.</p>	<p>сердечнососудистых заболеваний          Концепция «Первые 1000 дней жизни»          Основы рационального питания на этапе подготовки к беременности          Основы рационального питания в первой половине беременности          Основы рационального питания во второй половине беременности          Дополнительные потребности в пищевых веществах и энергии во второй половине беременности          Последствия дефицита фолиевой кислоты          Последствия дефицита макро- и микронутриентов во время беременности          Виды продуктов для беременных женщин          Рекомендуемый среднесуточный рацион питания беременной женщины          Специализированные обогащенные продукты питания для беременных женщин          Витаминно-минеральные комплексы для беременных женщин          Основные виды вскармливания детей первого года жизни          Краткосрочный и долгосрочный</p>	<p>режим грудного вскармливания          контроль эффективности грудного вскармливания          определение гипогалактии          определение лактационного криза          организация питания во время лактационного криза          определение докорма</p>	<p>преимущества, технике и режиме грудного вскармливания</p>	
--	--	---	---	--	--	--



			<p>           эффекты грудного вскармливания            Консультирование по вопросам грудного вскармливания (ВОЗ)            Состав грудного молока            Отличия женского и коровьего молока            Биологически активные и защитные факторы женского молока            Отличия молозива от зрелого женского молока            Анатомия молочной железы            Роль пролактина и окситоцина            Техника прикладывания ребенка к груди            Первое прикладывание к груди            Режим грудного вскармливания в первом полугодии жизни            Контроль эффективности грудного вскармливания            Ежемесячные прибавки массы тела и роста            Техника контрольного кормления            Гипогалактия            Лактационные кризы            Рациональное ведение лактационных кризов            Рекомендуемый среднесуточный объем кормления кормящей женщины            Специализированные обогащенные продукты для         </p>			
--	--	--	--	--	--	--

			питания кормящих женщин Витаминно-минеральные комплексы для кормящих матерей Продолжительность грудного вскармливания			
14.	Принципы организации искусственного вскармливания	Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 по просветительской деятельности и обучению базовым принципам искусственного вскармливания детей 1-го года жизни. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Определение смешанного вскармливания. Определение искусственного вскармливания Противопоказания к грудному вскармливанию Международный свод правил по сбыту заменителей грудного молока Определение адаптированной молочной смеси Принципы адаптации детских молочных смесей Основные производители адаптированных молочных смесей Классификация адаптированных молочных смесей Анализ информации производителя Маркетинг адаптированных молочных смесей «Линейка» адаптированных молочных смесей отдельных производителей для здоровых детей и детей с функциональными нарушениями	Состав и принципы адаптации детских молочных смесей способы расчета суточного и разового объемов кормления при искусственном вскармливании режим питания при искусственном вскармливании оценку эффективности искусственного вскармливания	Провести беседу со стандартизированным пациентом о составе адаптированных молочных смесей. рассчитать суточный и разовый объем кормления с использованием различных методов, написать режим питания при искусственном вскармливании, оценить и провести коррекцию искусственного вскармливания стандартизированному пациенту	3

			<p>Расчет суточного и разового объемов кормления</p> <p>Режим питания при искусственном вскармливании</p> <p>Как приготовить адаптированную молочную смесь</p> <p>Расчет питания при искусственном вскармливании</p> <p>Нормы физиологических потребностей в энергии и макронутриентах у детей первого года жизни</p>			
15.	<p>Блюда и продукты прикорма.</p> <p>Сроки и порядок введения прикорма здоровым детям на первом году жизни</p>	<p>Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-15 по просветительской деятельности и обучению базовым принципам введения прикорма.</p> <p>Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.</p>	<p>Определение прикорма.</p> <p>Сроки введения прикорма</p> <p>Первые продукты прикорма</p> <p>Преимущества продуктов промышленного выпуска</p> <p>Правила введения первого продукта прикорма из каждой группы</p> <p>Противопоказания для введения первых продуктов прикорма</p> <p>Последовательность введения продуктов прикорма</p> <p>Примерный рацион питания ребенка в 10 месяцев</p>	<p>Определение прикорма</p> <p>сроки введения прикорма</p> <p>продукты и блюда прикорма</p> <p>правила введения</p> <p>последовательность введения продуктов и блюд прикорма</p>	<p>Провести беседу со стандартизированным пациентом о тактике введения прикорма ребенку первого года жизни</p> <p>оценить рацион и внести коррекцию стандартизированному пациенту на этапе введения продуктов прикорма</p>	<b>3</b>
16.	<p>Анализ рациона, обучение и</p>	<p>Цель: Обеспечить этап формирования компетенций: ПК-16, ПК-</p>	<p>Нормы физиологических потребностей для детей старше 1 года</p>	<p>Принципы здорового питания детей старше 1-го года и</p>	<p>Провести беседу со стандартизированным пациентом о</p>	<b>3</b>

	формирование приверженности и детей старше года к здоровому питанию	15 по просветительской деятельности и обучению детей старшего возраста правилам здорового питания. Задачи: Оценить и актуализировать исходный уровень знаний и умений. Обеспечить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по теме занятия. Выполнить текущий контроль.	Формула расчета потребности в энергии Принципы здорового питания детей старше года Продукты с высоким аллергизирующим потенциалом Примерный рацион питания ребенка 1-3 лет Пирамида питания ребенка 1-3 лет Примерный рацион питания ребенка 3-6 лет Пирамида питания ребенка 3-6 лет Особенности подросткового питания Международные программы по обучению базовым принципам здорового питания детей и подростков	подростков	принципах здорового питания детей старше 1 года и подростков оценить и осуществить коррекцию рациона питания ребенка старше 1-го года или подростка	
17.	Рейтинговое занятие по разделу «Специальная нутрициология»	Цель: Оценить уровень сформированности компетенций: ПК-16, ПК-15. Задачи: Оценить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по разделу «Специальная нутрициология».	Обобщение пройденного материала и контроль знаний, умений и навыков, которые являются планируемыми результатами обучения по разделу «Специальная нутрициология»	Значение питания в профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний; Основные принципы коррекции избыточной массы тела; Основы здорового питания беременных женщин;	Провести беседу о значении питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний; Провести беседу об основных принципах коррекции избыточной массы тела; Провести беседу о здоровом питании	3

				<p>Преимущества и основные правила грудного вскармливания и его пользу для сохранения здоровья матери и ребенка;</p> <p>Основы искусственного вскармливания детей первого года жизни;</p> <p>Основные правила введения прикорма.</p> <p>Основные принципы здорового (рационального сбалансированного) питания детей старшего возраста</p>	<p>беременных женщин;</p> <p>Провести беседу о преимуществах и основных правилах естественного вскармливания;</p> <p>Разъяснить матерям пользу грудного вскармливания не менее чем до одного года, в том числе исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев;</p> <p>Формировать приверженности матерей к грудному вскармливанию;</p> <p>Провести беседу об основных правилах искусственного вскармливания;</p> <p>Провести беседу об основных правилах введения прикорма ребенку первого года жизни.</p>	
--	--	--	--	---	---	--

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
1.	Зачет Промежуточная аттестация	Цель: оценить уровень сформированности компетенций: ПК-16, ПК-15. Задачи: Оценить достижение планируемых результатов обучения (знаний и умений) по дисциплине «Нутрициология».	Обобщение пройденного материала и контроль знаний, умений и навыков, которые являются планируемыми результатами обучения по дисциплине «Нутрициология»	Основные принципы здорового (рационального сбалансированного) питания детей старшего возраста и их родителей; Графические модели здорового рациона; Классификацию пищевых веществ; Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах; Химический состав продуктов питания; Алгоритм комплексного анализа рациона питания; Правила и принципы консультирования и обучения здоровому питанию; Значение питания в профилактике сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний; Основные принципы коррекции избыточной массы тела; Основы здорового питания беременных женщин; Преимущества и основные правила грудного	Произвести опрос о рационе и режиме питания и записать однодневный рацион с указанием времени приема пищи, количества приемов пищи, название продуктов и блюд, их количество в граммах; Осуществить качественный и количественный анализ рациона питания с использованием графических моделей, компьютерных программ и таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания; Рассчитать и оценить индекс массы тела; Определить группу физической активности; Определить потребности в энергии и пищевых веществах с использованием расчетных формул и нормативных таблиц; Сопоставить содержание энергии и пищевых веществ в рационе с индивидуальными нормами физиологических потребностей; Составить план коррекции рациона и режима питания; Провести беседу о реализации плана коррекции рациона. Ответить на вопросы;	3

				<p>вскармливания и его пользу для сохранения здоровья матери и ребенка;          Основы искусственного вскармливания детей первого года жизни;          Основные правила введения прикорма.</p>	<p>Провести беседу о значении питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;          Провести беседу об основных принципах коррекции избыточной массы тела;          Провести беседу о здоровом питании беременных женщин;          Провести беседу о преимуществах и основных правилах естественного вскармливания;          Разъяснять матерям пользу грудного вскармливания не менее чем до одного года, в том числе исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев;          Формировать приверженности матерей к грудному вскармливанию;          Провести беседу об основных правилах искусственного вскармливания;          Провести беседу об основных правилах введения прикорма ребенку первого года жизни.          Владеть: Разъяснением детям, их родителям (законным представителям) и лицам, осуществляющим уход за ребенком, правила рационального сбалансированного питания;</p>	
--	--	--	--	---	---	--

					<p>Составлением индивидуальной пирамиды питания на основе однодневного рациона;</p> <p>Составлением плана коррекции рациона и режима питания на основе индивидуальной пирамиды питания;</p> <p>Обучением основам здорового питания с использованием графических моделей;</p> <p>Формированием у детей, их родителей (законных представителей) и лиц, осуществляющих уход за ребенком, приверженности к здоровому питанию и устранению факторов риска.</p>	
--	--	--	--	--	---	--



#### 4.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема	Самостоятельная работа			Часы
	Форма	Цель и задачи	Метод. и матер. – техн. обеспечение	
Введение в нутрициологию	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	2
Здоровое питание. Графические и цветовые модели	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	2
Классификация пищевых веществ и инструкция по чтению этикеток	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач.	2

			Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	
Способы определения норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Способы определения химического состава и энергетической ценности продуктов питания	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Рейтинговое занятие по разделу «Общая нутрициология».	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к рейтинговому контролю знаний и умений.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>

Компьютерные технологии оценки пищевого рациона	Работа с компьютерными программами по оценке рациона питания, решение тестовых заданий.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Оценка пищевого рациона	Работа с компьютерными программами по оценке рациона питания, заполнение стандартизированных таблиц на основе полученных результатов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Основы консультирования и обучения пациентов и членов их семей основам здорового питания.	Решение стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Особенности составления	Решение тестовых заданий, стандартных и	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование	Методические указания для обучающихся по самостоятельной	<b>2</b>

рационов питания для профилактики сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний	проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	
Особенности составления программ питания для профилактики и коррекции избыточной массы тела	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Биологически активные добавки к пище	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Здоровое питание беременных женщин и формирование	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной	<b>2</b>

приверженности матерей к грудному вскармливанию	основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	
Принципы организации искусственного вскармливания	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Блюда и продукты прикорма. Сроки и порядок введения прикорма здоровым детям на первом году жизни	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-ресурсов.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Анализ рациона, обучение и формирование приверженности детей старше года к здоровому	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач, составление обзоров на основе рекомендованной литературы и интернет-	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> .	<b>2</b>

питанию	ресурсов.	занятию, подготовка к входному контролю, подготовка к текущему контролю.	Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	
Рейтинговое занятие по разделу «Специальная нутрициология».	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к практическому занятию, подготовка к рейтинговому контролю знаний и умений.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>
Зачет	Решение тестовых заданий, стандартных и проблемных задач.	<b>Целью</b> самостоятельной работы обучающихся является формирование индивидуальной системы непрерывного самосовершенствования и готовности к непрерывному медицинскому образованию. <b>Задачи:</b> подготовка к промежуточной аттестации.	Методические указания для обучающихся по самостоятельной работе. Электронный курс для самостоятельной работы обучающихся «Нутрициология». <a href="http://moodle.vsmaburdenko.ru">http://moodle.vsmaburdenko.ru</a> . Банк тестовых заданий. Банк ситуационных задач. Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы.	<b>2</b>

#### 4.5 Матрица соотнесения тем/ разделов учебной дисциплины и формируемых в них ОК и ПК

Темы/разделы дисциплины	Количество часов	компетенции		
		ПК-15	ПК-16	Общее кол-во компетенций ( $\Sigma$ )
<b>Раздел 1 Общая Нутрициология</b>	<b>27</b>	+	+	<b>2</b>
Введение в нутрициологию	3	+	+	2
Здоровое питание. Графические и цветовые модели	3	+	+	2
Классификация пищевых веществ	3	+	+	2
Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах	3	+	+	2
Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания	3	+	+	2
Рейтинговое занятие по разделу «Общая нутрициология»	3	+	+	2
Компьютерные технологии оценки пищевого рациона	3	+	+	2
Комплексный алгоритм оценки и основы коррекции рациона питания	3	+	+	2
Основы консультирования по вопросам здорового питания	3	+	+	2
<b>Раздел 2 Специальная нутрициология</b>	<b>27</b>	+	+	<b>2</b>
Питание и профилактика заболеваний	3	+	+	2
Основы коррекции избыточной массы тела	3	+	+	2
Биологически	3	+	+	2

активные добавки к пище				
Основы питания беременных женщин. Основы естественного вскармливания	3	+	+	2
Основы искусственного вскармливания	3	+	+	2
Основы введения прикорма детям первого года жизни	3	+	+	2
Основы здорового питания детей старше года и подростков	3	+	+	2
Рейтинговое занятие по разделу «Специальная нутрициология».	3	+	+	2
Зачет	3	+	+	2
<b>Итого</b>	<b>54</b>			

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

1. Традиционные образовательные технологии.
2. Интерактивные образовательные технологии:
  - командное обучение в структуре интерактивных лекций,
  - симуляционное обучение (стандартизированный/симулированный пациент),
  - электронное обучение (электронный курс для самостоятельной работы обучающихся),
  - интерактивная система опроса и тестирования.

## 6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Примеры оценочных средств:

#### Для входного контроля (контроля самостоятельной работы обучающегося)

1. Макронутриентами являются
  - 1) Макроэлементы и микроэлементы,
  - 2) Витамины и минеральные вещества,
  - 3) Белки, жиры, углеводы, \*
  - 4) Пищевые волокна и витамины,
  - 5) Минеральные вещества и пищевые волокна
2. Жирные кислоты классифицируют на
  - 1) Стерины и фосфолипиды,
  - 2) Животного и растительного происхождения,
  - 3) Насыщенные и ненасыщенные, \*



- 4) Простые и сложные,
- 5) Триглицериды, фосфолипиды и стерины
3. Жирные кислоты, которые являются важнейшим фактором риска развития сердечно-сосудистых заболеваний
  - 1) Мононенасыщенные,
  - 2) Холестерин,
  - 3) Полиненасыщенные,
  - 4) Насыщенные, \*
  - 5) Ненасыщенные
4. Основными группами ПНЖК являются кислоты семейств
  - 1) Омега-6 и омега-9,
  - 2) Омега-6 и омега-2,
  - 3) Омега-3 и омега-9,
  - 4) Омега-3 и омега-6, \*
  - 5) Омега-3 и омега-2
5. Альфа-линоленовая жирная кислота относится к семейству
  - 1) Омега-2,
  - 2) Омега-3, \*
  - 3) Омега-6,
  - 4) Омега-9,
  - 5) Омега-12
6. Один грамм жира обеспечивает
  - 1) 1 ккал,
  - 2) 2 ккал,
  - 3) 4 ккал,
  - 4) 6 ккал,
  - 5) 9 ккал\*

**Для текущего контроля**

1. На приеме женщина 28 лет, вес 58 кг. Врач-кардиолог в поликлинике. Ведет малоподвижный образ жизни. В рационе определено 4 порции первого этажа. Наиболее вероятно Вы порекомендуете
  - 1) оставить без изменений,
  - 2) добавить одну порцию,
  - 3) добавить 2 порции, \*
  - 4) добавить 3 порции,
  - 5) добавить 4 порции
2. Вы объясняете пациенту необходимость контролировать потребление белка. Для ориентировочного определения суточной потребности в белке Вы наиболее вероятно воспользуетесь расчетом
  - 1) 0,1-0,8 г/кг, \*
  - 2) 0,8-1 г/кг,
  - 3) 1-2 г/кг,
  - 4) 1-1,8 г/кг,
  - 5) 1,8-2 г/кг
3. Лактоза это
  - 1) Глюкоза + фруктоза,
  - 2) Галактоза + глюкоза, \*
  - 3) Глюкоза + глюкоза,
  - 4) Глюкоза + мальтоза,
  - 5) Галактоза + фруктоза

4. Высокмолекулярные углеводы устойчивые к перевариванию и усвоению в желудочно-кишечном тракте это
- 1) Олигосахариды,
  - 2) Крахмал и гликоген,
  - 3) Мальтоза и лактоза,
  - 4) Пищевые волокна, \*
  - 5) Сложные углеводы
5. 1 грамм углеводов обеспечивает
- 1) 1 ккал,
  - 2) 2 ккал,
  - 3) 4 ккал, \*
  - 4) 6 ккал,
  - 5) 9 ккал
6. Рибофлавин это
- 1) Витамин В1,
  - 2) Витамин В6,
  - 3) Витамин РР,
  - 4) Витамин В2, \*
  - 5) Витамин В9

**Задачи:**

1. Мужчина, преподаватель ВУЗа, в возрасте 55 лет (масса 75) потребляет с продуктами питания 50 г белка в сутки.  
Задание: Сколько процентов это составляет от его суточной физиологической потребности? Ответ: 66%
2. Женщина в возрасте 24 лет (масса 55 кг КФА 1,6) потребляет с продуктами питания 2500 ккал/сутки.  
Задание: Сколько процентов это составляет от ее суточной физиологической потребности? Ответ 130%
3. Женщина в возрасте 30 лет потребляет с продуктами питания 45 мг витамина С.  
Задание: Сколько процентов это составляет от суточной физиологической потребности? Ответ: 50%

**Для интерактивного тестирования с использованием интерактивной системы опроса и тестирования (рейтинговое тестирование)**

№	Текст вопроса	Все варианты	Правильные варианты ответа	Время на ответ в сек.
1.	Молочные продукты (обезжиренные и с низким содержанием жира) отнесены к	[1]:первому этажу пирамиды питания, [2]:второму этажу пирамиды питания, [3]:третьему этажу пирамиды питания, [4]:четвертому этажу пирамиды питания	[3]:третьему этажу пирамиды питания	60
2.	Суточная потребность во фруктах в	[1]:1-2 порции, [2]:2-4 порции, [3]:3-5 порций	[2]:2-4 порции	60

	соответствии с пирамидой питания составляет			
3.	Соотношение белков, жиров и углеводов в суточном рационе должно примерно составлять	[1]:1:2:4, [2]:1:1:2, [3]:1:1:4	[3]:1:1:4	60
4.	В соответствии с "Азбукой здоровья" рекомендуется потреблять в сутки фруктов и овощей не менее	[1]:400 грамм, [2]:800 грамм, [3]:600 грамм	[3]:600 грамм	60
5.	Нормальное значение индекса массы тела по данным ВОЗ	[1]:18,5-24,9, [2]:18,5-29,9, [3]:25-29,9	[1]:18,5-24,9	60
	Жирные кислоты, которые являются важнейшим фактором риска развития диабета, ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний	[1]:Мононенасыщенные, [2]:Холестерин, [3]:Полиненасыщенные, [4]:Насыщенные	[4]:Насыщенные	60
6.	Количество холестерина в суточном рационе взрослых и детей не должно превышать	[1]:100 мг, [2]:300 мг, [3]:1 г, [4]:10 мг	[2]:300 мг	60
7.	Физиологическая потребность в пищевых волокнах для взрослого человека составляет	[1]:3 г/сутки, [2]:20 г/сутки, [3]:100 г/сутки	[2]:20 г/сутки	60
8.	Суточная физиологическая потребность в кальции для взрослых (до 60 лет) составляет	[1]:3 г, [2]:100 мг, [3]:1 г	[3]:1 г	60
9.	Железо, цинк, фтор являются	[1]:Макроэлементами, [2]:Минорными веществами, [3]:Микроэлементами	[3]:Микроэлементами	60
10.	Молоко пастеризованное нежирное (100 г) содержит белка	[1]:10 мг, [2]:3 грамма, [3]:1 грамм	[2]:3 грамма	60

## Задания для проведения промежуточной аттестации

### Задачи:

1. Нарисовать индивидуальную пирамиду питания в соответствии с указанным рационом. Оценить.
2. Рассчитать индекс массы тела. Оценить.
3. Оценить рацион питания. Дать рекомендации.
4. Определить содержание макронутриентов и калорийность рациона с использованием компьютерных программ
5. Рассчитать величину основного обмена (упрощенная формула, формула Харриса-Бенедикта (формула будет дана в справочных материалах), определить группу физической активности и потребность в энергии, белках, жирах и углеводах, представить расчеты)
6. Оценить витаминно-минеральный комплекс для взрослого (определить процент от физиологической потребности в одной дозе препарата)
7. Определить физиологические потребности в энергии, макро и микронутриентах беременной женщины (определенного возраста и физической активности) во второй половине беременности
8. Оценить прибавку массы тела и роста ребенка первого года жизни
9. Рассчитать суточный и разовый объем кормления для ребенка первого года жизни на искусственном вскармливании (объемный метод, формула Шкарина, частота кормления)
10. Написать/скорректировать рацион питания ребенка второго полугодия жизни (8, 9 месяцев) с учетом введенных продуктов прикорма, которые будут указаны в задании
11. Провести коррекцию рациона питания ребенка старше 1 года
12. Оценить витаминно-минеральный комплекс для детей различного возраста (определить процент от физиологической потребности в одной дозе препарата (таблицы физиологических потребностей будут даны в справочных материалах)

### Примеры задач:

1. Нарисовать индивидуальную пирамиду питания в соответствии с указанным рационом:

**Завтрак:** Гречневая каша – 250 г; Молоко нежирное – 125 г; Хлеб пшеничный (пшеничная мука высший сорт) – 50 г; Яблоко – 200 г;

**Обед:** Суп картофельный – 250 г; Говядина отварная – 150 г; Макароны 125 г; Яйцо отварное - 1 шт (40 г); Сыр (Российский) - 30 г; Хлеб цельнозерновой (обойная пшеничная мука) – 50 г; Масло сливочное – 5 г (1 чайная ложка)

**Полдник:** Грецкие орехи – 30 г; Творог нежирный – 50 г; Яблоко – 200 г

**Ужин:** Рыба (горбуша) отварная – 100 г; Гречневая каша – 250 г; Морковь свежая – 100 г; Капуста свежая – 100 г; Хлеб пшеничный цельнозерновой (обойная пшеничная мука) – 50 г

**Перед сном:** Кефир нежирный – 250 г

### Контрольные вопросы для собеседования:

#### Подготовиться и провести беседу с пациентом (родителями пациента)

1. О здоровом питании (пирамида питания, азбука здорового питания)
2. О пищевых веществах – белки (классификация, примеры продуктов питания, которые являются основными источниками )
3. О пищевых веществах – жиры (классификация, примеры продуктов питания, которые являются основными источниками)

4. О пищевых веществах – углеводы (классификация, примеры продуктов питания, которые являются основными источниками)
5. О потребности в энергии и пищевых веществах (способы определения (таблицы, расчеты), конкретные примеры определения с использованием упрощенных расчетов)
6. О химическом составе продуктов питания (мясные продукты) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
7. О химическом составе продуктов питания (рыбные продукты) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
8. О химическом составе продуктов питания (молочные продукты) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
9. О химическом составе продуктов питания (зерновые продукты) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
10. О химическом составе продуктов питания (овощи и фрукты) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
11. О химическом составе продуктов питания (орехи и семена) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
12. О химическом составе продуктов питания (масла) (особенности их состава по белкам, жирам, углеводам, калорийности и содержанию микронутриентов)
13. О значении питания в профилактике сердечно-сосудистых (информация для мотивации, назвать пищевые вещества и конкретные продукты питания, которые снижают риск развития данных заболеваний, и которые увеличивают, привести пример рациона питания)
14. О значении питания в профилактике онкологических заболеваний (информация для мотивации, назвать пищевые вещества и конкретные продукты питания, которые снижают риск развития данных заболеваний, и которые увеличивают, привести пример рациона питания)
15. О питании беременных женщин (информация для мотивации, особенности изменения физиологических потребностей беременной женщины, особенности питания на этапе подготовки к беременности, в первой и второй половине беременности, специализированные продукты питания, витаминно-минеральные комплексы)
16. О естественном вскармливании детей первого года жизни (информация для мотивации, отличие женского и коровьего молока, режим кормления, контроль эффективности грудного вскармливания, гипогалактия, лактационные кризы, возраст прекращения грудного вскармливания)
17. Об искусственном вскармливании детей первого года жизни (определение искусственного вскармливания, принципы адаптации молочных смесей, выбор смеси, расчет суточного и разового объемов кормления, режим питания, контроль ежемесячных прибавок массы и роста)
18. О введении прикорма ребенку первого года жизни (возраст начала, первые продукты, техника введения нового продукта прикорма, пример последовательности введения, пирамида питания, заложенная в первый год жизни)
19. О здоровом питании детей старше 1 года (принципы и правила питания детей старше года)

20. О принципах коррекции избыточной массы тела (энергетический баланс и его составляющие, конкретные рекомендации)

Фонд оценочных средств прилагается.

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **а) основная литература**

1. Нутрициология / Л. З. Тель, Е. Д. Даленов, А. А. Абдулдаева, И. Э. Коман. - М. : Литтерра, 2015. - 512 б. : ил. "Консультант студента" URL : [www.studmedlib.ru](http://www.studmedlib.ru)

### **б) дополнительная литература**

1. Детское питание : рук-во для врачей / под ред. В.А. Тутельяна, И.Я. Коня. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : МИА, 2013. - 744 с.
2. Кильдиярова Р.Р. Питание здорового и больного ребенка : учеб. пособие / Р.Р. Кильдиярова. - Москва : МЕДпресс-информ, 2014. - 128 с.
3. Конь И.Я. Питание беременных женщин, кормящих матерей и детей 1-го года жизни / И.Я. Конь, М.В. Гмошинская, Т.В. Абрамова. - Москва : МЕДпресс-информ, 2014. - 160 с.

### **Нормативные документы:**

1. Национальная программа оптимизации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет в Российской Федерации / Союз педиатров России [и др.]. 2-е изд., испр. и доп. – М. : ПедиатрЪ, 2016. – 36 с. URL: <http://www.pediatr-russia.ru/sites/default/files/nacprog1-3.pdf>
2. "Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений" Приказ Минздравсоцразвития России N 213н, Минобрнауки России N 178 от 11.03.2012 URL : <http://www.consultant.ru/>
3. "О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников" (вместе с "Методическими рекомендациями "Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников") <Письмо> Минобрнауки России N 06-731 от 12.04.2012 URL : <http://www.consultant.ru/>
4. "Об утверждении рекомендаций по рациональным нормам потребления пищевых продуктов, отвечающим современным требованиям здорового питания" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 11.10.2010 N 18680) Приказ Минздравсоцразвития РФ N 593н от 02.08.2010 URL : <http://www.consultant.ru/>
5. Методические рекомендации «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации» МР 2.3.1.2432-08. утверждены Роспотреб-надзором от 18.12.2008 URL : <http://www.consultant.ru/>
6. Национальная программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в Российской Федерации / Союз педиатров России. - М. : ОАО «Щербинская типография», 2011. – 67 с. URL: <http://www.pediatr-russia.ru/sites/default/files/nacprog.pdf>
7. <Письмо> Минобрнауки России от 17.12.2013 n 08-2053 методические рекомендации по разработке программы курса по формированию культуры здорового питания обучающихся URL : <http://www.consultant.ru/>
8. Письмо> Минздравсоцразвития России от 05.05.2012 N 14-3/10/1-2816 <О направлении Методических рекомендаций "Оказание медицинской помощи взрослому населению по снижению избыточной массы тела">, утв. Минздравсоцразвитием России 23.04.2012 г. URL : <http://www.consultant.ru/>

#### **в) программное обеспечение и интернет-ресурсы**

1. Электронный курс «Нутрициология» для самостоятельной работы обучающихся <http://moodle.vsmaburdenko.ru>.
2. Автоматизированный расчет содержания макронутриентов, микронутриентов и калорий в суточном рационе (Microsoft Excel 2010).
3. <http://www.takzdorovo.ru/> - ПОРТАЛ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ  
Официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации
4. Электронно-библиотечная система "Консультант студента" – <http://www.studmedlib.ru/>
5. Электронная библиотека ВГМУ им. Н.Н. Бурденко – <http://www.lib.vrnngmu.ru/>
6. Сайт союза педиатров России <http://www.pediatr-russia.ru/>
7. Сайт Всемирной Организации Здравоохранения <http://www.who.int/ru/>

#### **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для чтения лекций используется аудитории №4 и №6 Главного корпуса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко. В аудитории имеется мультимедийная аппаратура.

Практические занятия проводятся в учебных комнатах, которые располагаются на клинической базе (ВОДКБ №1, 1 и 2 корпус). В учебных комнатах имеются аудиторские столы, стулья, шкафы, методические разработки в папках. Для демонстрации образовательных материалов используется ноутбук, мультимедийное оборудование, образцы продукции компаний-производителей адаптированных заменителей женского молока, продуктов прикорма промышленного выпуска, специализированных продуктов для беременных женщин и кормящих матерей, витаминов и микроэлементов. Для контроля формирования планируемых результатов обучения используется интерактивная система тестирования и опроса «Votum».