

АННОТАЦИЯ

**к рабочей программе дисциплины «Спортивное питание»
основной профессиональной образовательной программы (ОПОП)
специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина**

1. Цель дисциплины «Спортивное питание» является приобретение теоретических знаний и практических умений и навыков в объеме, необходимых врачу в профессиональной деятельности в области специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» в области физической реабилитации пациентов с различными видами патологии в соответствии с занимаемой должностью и профилем учреждения, в котором он работает

2. Перечень планируемых результатов освоения по дисциплине «Лечебная физкультура», соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс освоения дисциплины «Лечебная физкультура» направлен на формирование следующих компетенций:

1) универсальных (УК):

УК-1 - готовностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу;

УК-2 - готовностью к управлению коллективом, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;

УК-3 - готовностью к участию в педагогической деятельности по программам среднего и высшего медицинского образования или среднего и высшего фармацевтического образования, а также по дополнительным профессиональным программам для лиц, имеющих среднее профессиональное или высшее образование в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения;

2) профессиональных (ПК):

ПК-1 - готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения

заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания;

ПК-5 - готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем;

ПК-6 - готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи;

ПК-10 - готовность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях;

3. В результате освоения дисциплины «Лечебная физкультура» ординатор должен

Знать:

- Основы законодательства о здравоохранении и нормативно-правовые документы, определяющие деятельность органов и учреждений здравоохранения

- Основные законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации в сфере здравоохранения, защиты прав потребителей и санитарно-эпидемиологического благополучия населения

- Общие вопросы организации службы спортивной медицины и реабилитации в стране

- Основы физиологии питания, обмена веществ и энергии

- Основы профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья, основы питания различных возрастных групп

- Основные клинические симптомы и синдромы заболеваний ЖКТ

- Вопросы этики и деонтологии

- Формы и методы санитарного просвещения

Уметь:

- Получать информацию о заболевании

- Применять объективные методы исследования пациента

- Выявлять общие и специфические признаки заболевания

- Определять объем и последовательность мероприятий, оказать необходимую срочную первую помощь
- Определять необходимость специальных методов исследования, уметь интерпретировать их результаты
- Определять целесообразные методы воздействия посредством лечебного питания при тех или иных заболеваниях, выбирать оптимальный для спортсмена пищевой режим
- Оценивать возможные осложнения, связанные с использованием неправильного питания в спорте
- Проводить санитарно-просветительную работу среди населения, больных
- Составлять рацион питания для спортсменов различных возрастных групп
- Определять патологические состояния, связанные с нарушением питания
- Провести объективное обследование больного или спортсмена, составить программу питания

Владеть:

- Осмотр консультация (первичная)
- Получение информации о заболевании
- Оценка состояния пациента
- Анализом лабораторно-диагностических показателей .
- Анализом заключений других специалистов и их рекомендации, с учетом возраста, характера патологического процесса и сопутствующих заболеваний
- Контролем за правильностью питания спортсменов
- Составлением лечебных и реабилитационных программ с использованием правильного питания
- Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенического режима
- Профилактическими мероприятиями для предупреждения развития заболеваний, связанных с пищевыми инфекциями
- Методами осмотра и ведение больных с патологией желудочно-кишечного тракта основами спортивного питания

4. Место учебной дисциплины «Спортивное питание» в структуре ООП

по специальности подготовки

Учебная дисциплина «Спортивное питание» Б1.В.ОД.2 относится к вариативной части Б1.В, группе Б1.В.ОД обязательных дисциплин.

5. Общая трудоемкость дисциплины:

1 зачетная единица (36 часов), из них аудиторных 24 часа

6. Содержание и структура дисциплины

№	№ компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в модульных единицах (тема раздела, модульные единицы)
1.	УК-1 УК-2 УК-3 ПК-1 ПК-5 ПК-6 ПК-10	Основные положения организации рационального питания спортсменов	Принципы рационального питания в спорте. Определение суточного расхода энергии как показателя количественной стороны питания. Сбалансированность рациона по основным пищевым веществам. Режим питания спортсмена. Особенности питания юных спортсменов. Принцип организации питьевого режима. Питание и контроль массы тела и его состава.
2	УК-1 УК-2 УК-3 ПК-1 ПК-5 ПК-6 ПК-10	Организация питания спортсменов на различных этапах годичного тренировочного цикла	Организация питания на этапе базовой подготовки. Особенности организации питания в предсоревновательный период. Особенности организации питания в дни соревнований. Особенности организации питания в период восстановления после физической нагрузки.
3	УК-1 УК-2 УК-3 ПК-1 ПК-5 ПК-6 ПК-10	Организация питания спортсменов с учетом специфики и метаболической направленности тренировочного процесса.	Организация питания при тренировках, направленных на увеличение силы и мышечной массы. Организация питания при тренировках, направленных на развитие выносливости. Организация питания для видов спорта, требующих максимальной мощности в короткое время. Организация питания при нагрузках анаэробно-гликолитического характера. Организация питания при мышечной деятельности смешанного или аэробного характера.
4	УК-1 УК-2 УК-3 ПК-1 ПК-5 ПК-6 ПК-10	Продукты повышенной биологической ценности и биологически активные вещества в питании спортсменов	Общие принципы применения специальных продуктов питания в спорте. Роль макро и микроэлементов в питании спортсменов. Витамины и их роль в обмене веществ при мышечной деятельности. Применение углеводно-минеральных и белковых комплексов в питании спортсменов. Регуляция энергетического и пластического обменов комплексом эргогенных веществ.

7. Виды самостоятельной работы ординаторов:

Самоподготовка по учебно-целевым вопросам

Подготовка к практическим занятиям

Самоподготовка по вопросам итоговых занятий

Подготовка рефератов

Подготовка к докладу, сообщению

Подготовка сообщений

Подготовка к тестированию

Подготовка к зачетному занятию

8. Основные образовательные технологии: интегративно-модульное обучение на основе личностно-деятельностного, индивидуально-дифференцированного, компетентностного подходов, обучение в сотрудничестве, проблемное обучение.

Методы обучения: алгоритмические, проблемно-исследовательские экспериментально-практические, задачные.

Средства обучения: материально-технические и дидактические.

Преподавание лечебной физкультуры проводится с учётом уже имеющихся у ординатора знаний, полученных в ВУЗе.

По разделам, входящим в данный модуль, проводится чтение лекций, проведение интегрированных по формам и методам обучения лабораторно-практических занятий, организация самостоятельной работы ординаторов и ее методическое сопровождение. Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 5 % от аудиторных занятий.

Курс лекций по всем темам дисциплины «Спортивное питание» читается в режиме с использованием мультимедийного сопровождения. Экземпляр курса лекций в электронном виде доступен каждому преподавателю и обучающимся.

Практические занятия, выполненные ординатором, должны быть оформлены им в рабочей тетради, защищены и подписаны преподавателем. На

каждом практическом занятии проводится устное собеседование по темам домашнего задания с элементами дискуссии.

В рамках реализации компетентностного подхода для проведения занятий используются активные и интерактивные формы, например, проблемные лекции, консультации в малых группах; все лабораторные работы носят исследовательский характер.

В числе методов и приемов стимулирования мотивов и познавательных интересов выделяются новизна данного учебного предмета как основы для изучения других естественнонаучных и профильных дисциплин (биохимии, фармакологии, клинической фармакологии, фармакогнозии, фармацевтической технологии, биотехнологии, общей гигиены), изучение в единстве микро- и макромира, применение для их познания теоретических и экспериментально-практических методов; методы активизации разнообразной познавательной деятельности и др.

Доля интерактивных занятий от объема аудиторных занятий составляет не менее 30%.

В качестве методов усвоения учебного материала в активной познавательной деятельности мы выделяем и широко применяем разные методы:

- проблемного познания (метод выдвижения и разрешения гипотез, метод догадки (инсайт), анализа проблемных ситуаций, а также другие методы проблемно-поисковой деятельности);
- диалогового обучения (дискуссии, эвристические беседы, полидиалоги, обсуждения, оппонирования, аргументации и др., основанные на общении, сотрудничестве и разностороннем обсуждении, поставленных для диалога вопросов);
- укрупнения дидактических единиц, основанные на системном, интегративном и модульном подходах, минимизации и сжатия фундаментальных знаний, установления генетических и причинно-следственных связей, выделения главного и др., обеспечивающих усвоение учебного материала крупными блоками и формирующих системное функциональное мышление.

9. Перечень оценочных средств

Защита итоговых контрольных занятий по 4 разделам, предусмотренным рабочей программой дисциплины «Спортивное питание»

Реферат

Доклад, сообщение

Сообщение

Собеседование

Тесты

Выполнение и оформление учебно-исследовательских лабораторных работ (УИЛР)

10. Формы контроля

Промежуточная аттестация: **зачет**

11. Составители: Быков А.Т., Миронов В.И., Лымарь М.С.