

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
Диетология
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки:

Физкультурно-оздоровительная работа

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «**Диетология**» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению 49.03.01 – «**Физическая культура**» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью изучения дисциплины является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области диетологии и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Бакалавр по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Педагогическая деятельность:

- способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;

- решать педагогические задачи в рамках образовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;

- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;

- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

Тренерская деятельность:

- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;

- проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта;

- осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов;

- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;

- осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности обучающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;

- обеспечивать своевременное прохождение врачебного контроля и осуществлять педагогический контроль состояния обучающихся;

Рекреационная деятельность:

- привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни;

- реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения;

- подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности;

- обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся;

- способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

Научно-исследовательская деятельность:

- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;

- проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;

- осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований.

Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Диетология»:

- Овладеть системой научно-практических знаний, умений и компетенций в области медико-биологической подготовки и их реализации в своей профессиональной деятельности.

- Проводить научные исследования эффективности нутриционной поддержки в сфере физической культуры и ее основных видов с использованием современных методов исследования.

- Получить знания о макро- и микронутриентах, процессах переваривания пищевых веществ и их роли в поддержании здоровья и развитии адаптации к физическим нагрузкам;

- Получить необходимые представления об особенностях питания в различных видах спорта, применении специализированных продуктов спортивного питания и уметь их использовать для рационального построения тренировочных занятий и ускорения сроков восстановления организма.

- Содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека.

- Осуществлять научный анализ, обобщение, оформление и презентацию результатов научных исследований

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина «Диетология» относится к Блоку 1 *вариативной* части, дисциплины и курсы по выбору студента, устанавливаемые вузом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе (8 семестр) по очной и заочной формам обучения. Вид

промежуточной аттестации: **зачет**.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания и умения, полученные по дисциплинам: «Биохимия человека», «Физиология человека», «Спортивная биохимия», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», Основы медицинских знаний.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) общепрофессиональные (ОПК):

▪ способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-7).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

| | |
|----------|---|
| Знать: | <ul style="list-style-type: none">• Теории рационального и адекватного питания (ОПК-7);• Особенности обмена основных классов пищевых веществ, их пищевую и биологическую ценность (ОПК-7);• Современные представления о здоровом и функциональном питании (ОПК-7);• Основные принципы организации питания спортсменов; потребности спортсменов в основных пищевых веществах и микронутриентах (ОПК-7);• Роль продуктов спортивного питания в спорте (ОПК-7). |
| Уметь: | <ul style="list-style-type: none">• Рассчитывать потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (ОПК-7);• Рассчитать аминокислотный скор белка и оценить его биологическую ценность (ОПК-7);• Оценить нарушения обмена веществ по биохимическим показателям (ОПК-7);• Оценить пищевой статус спортсмена по данным биохимических и антропометрических анализов (ОПК-7);• Применять БАД и ППБЦ в спортивной практике в зависимости от поставленных задач (ОПК-7). |
| Владеть: | <ul style="list-style-type: none">• Навыками использования средств экспресс-диагностики (ОПК-7);• Биохимическими методами оценки пищевого статуса организма (ОПК-7);• Методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (ОПК-7);• Современными подходами к коррекции питания на основе генетических особенностей организма (ОПК-7);• Информацией о современном состоянии рынка продуктов спортивного питания и требованиях к безопасности и эффективности БАД (ОПК-7). |

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | семестры | | | |
|--|------------------|----------|---|---|--------------|
| | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Аудиторные занятия (всего) | 34* | | | | 34 |
| В том числе: | | | | | |
| Лекции | 12 | | | | 12 |
| Семинары (С) | 22 | | | | 22 |
| Самостоятельная работа (всего) | 38 | | | | 38 |
| В том числе: | | | | | |
| Подготовка к текущему и рубежному контролю (опросы и тестирование) | 22 | | | | 22 |
| Подготовка реферативного доклада | 6 | | | | 6 |
| Подготовка к зачету | 10 | | | | 10 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет) | зачет | | | | зачет |
| Общая трудоемкость | Часы | | | | 72 |
| | Зачетные единицы | 2 | | | 2 |

**Примечание: из 34 ч. аудиторных занятий 8 ч. отводится на интерактивные занятия.*

заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | | | |
|--|------------------|----------|---|--------------|---|
| | | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Аудиторные занятия (всего) | 8* | | | 8 | |
| В том числе: | | | | | |
| Лекции | 2 | | | 2 | |
| Практические занятия, в т.ч. лабораторные работы | 6 | | | 6 | |
| Самостоятельная работа (всего) | 64 | | | 64 | |
| В том числе; | | | | | |
| Подготовка к текущему и рубежному контролю (опросы и тестирование) | 24 | | | 24 | |
| Подготовка реферативного доклада | 10 | | | 10 | |
| Подготовка к контрольной работе | 20 | | | 20 | |
| Подготовка к зачету | 10 | | | 10 | |
| Вид промежуточной аттестации (зачет) | зачет | | | зачет | |
| Общая трудоемкость | Часы | | | 72 | |
| | Зачетные единицы | 2 | | 2 | |

**Примечание: из 8 ч. аудиторных занятий 4 ч. отводится на интерактивные занятия.*