



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

**«Дальневосточный федеральный университет»
(ДФУ)**

ИНСТИТУТ НАУК О ЖИЗНИ И БИОМЕДИЦИНЫ (ШКОЛА)

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель ОП

Ю.С. Хотимченко
«21» декабря 2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор департамента фармации и фармакологии и

Е.В.Хожаенко
«21»декабря 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Протоколы питания

Направление подготовки 06.04.01 Биология

Интегративная нутрициология (совместно с ФГБУН "ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи")

Форма подготовки: очная

курс 2 семестр 3

лекции 18 час.

практические занятия 18 час.

лабораторные работы - час.

всего часов аудиторной нагрузки 36 час.

самостоятельная работа 72 час.

зачет с оценкой

экзамен не предусмотрен

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 06.04.01 Биология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 11.08.2020 г. №№ 934.

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента фармации и фармакологии протокол от «21» декабря 2021 г. № 4

Директор Департамента медицинской биологии и биотехнологии В.В. Кумейко

Составители: Ким Е.М.

Владивосток
2021

Оборотная сторона титульного листа РПД

1. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента/кафедры/отделения (реализующего дисциплину) и утверждена на заседании Департамента/кафедры/отделения (выпускающего структурного подразделения), протокол от « ____ » _____ 2021 г. № ____
2. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента/кафедры/отделения (реализующего дисциплину) и утверждена на заседании Департамента/кафедры/отделения (выпускающего структурного подразделения), протокол от « ____ » _____ 2021 г. № ____
3. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента/кафедры/отделения (реализующего дисциплину) и утверждена на заседании Департамента/кафедры/отделения (выпускающего структурного подразделения), протокол от « ____ » _____ 2021 г. № ____
4. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента/кафедры/отделения (реализующего дисциплину) и утверждена на заседании Департамента/кафедры/отделения (выпускающего структурного подразделения), протокол от « ____ » _____ 2021 г. № ____
5. Рабочая программа пересмотрена на заседании Департамента/кафедры/отделения (реализующего дисциплину) и утверждена на заседании Департамента/кафедры/отделения (выпускающего структурного подразделения), протокол от « ____ » _____ 2021 г. № ____

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Протоколы питания»

Цели и задачи освоения дисциплины:

Цель: приобретение навыков профессиональной рекомендации населению продуктов питания, обладающие профилактическим и лечебным воздействием на организм, ознакомление с принципами подбора и составления протоколов питания под имеющиеся симптомы, в целях обеспечения стабильного социально-экономического развития и формирования здорового образа жизни.

Задачи:

- ознакомление с принципами работы протоколов питания;
- формирование навыков использования современных ресурсов и технологий немедикаментозных методов лечения и профилактики заболеваний и их осложнений на различных этапах реабилитации,
- формирование у населения, пациентов и членов их семей психологической мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;
- обучение мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья, на основе правильно построенного питания;
- способствовать усвоению знаний, формированию умений, навыков и компетенций в области нутрициологии.

Нормативно-правовую базу разработки составляют:

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 12 апреля 2013 г. № 148н "Об утверждении уровней квалификации в целях разработки проектов профессиональных стандартов"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

- Федеральный закон "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ
Программа разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 06.04.01 Биология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 11.08.2020 г. №№ 934.

Программа разработана с учетом профессионального(ых) стандарта(ов) (квалификационных требований): Профстандарта 22.004 Специалист в области биотехнологий продуктов питания

1. Федеральный закон Российской Федерации: «Об образовании в РФ» (от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ;

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.09.2013 №1061 (ред. от 29.01.2014) «Об утверждении перечней специальностей и направлений подготовки высшего образования»;

3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.05.2010 № 03-956 «О разработке вузами основных образовательных программ»;

4. Приказ Минздрава России от 20.12.2012 № 1183Н «Об утверждении Номенклатуры должностей медицинских работников и фармацевтических работников».

Результаты обучения по дисциплине (модулю) должны быть соотнесены с установленными в ОПОП индикаторами достижения компетенций.

Совокупность запланированных результатов обучения по дисциплине (модулю) должна обеспечивать формирование у выпускника всех компетенций, установленных ОПОП.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения:

1. ЗНАТЬ

• значение нутрициологии в практической деятельности врача/тренера/медсестры/партнёра компании;

• основные принципы и правила здорового питания;

• основные графические модели здорового рациона;

• классификацию пищевых веществ;

• нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах; •химический состав продуктов питания;

• различные способы комплексного анализа рациона питания; •основы коррекции рациона питания;

•значение питания в профилактикезаболеваний; •основные принципы коррекции избыточной массы тела;

- основы использования биологически активных добавок к пище;
- основы здорового питания беременных женщин;
- основы естественного вскармливания детей первого года жизни;
- основы искусственного вскармливания детей первого года жизни;
- основные правила введения прикорма детям первого года жизни;
- основы здорового питания детей старше года,
- основы здорового питания взрослого и пожилого населения, больных с различными заболеваниями;
- основы здорового питания спортсменов.

1. УМЕТЬ

•Произвести опрос о рационе и режиме питания и записать однодневный рацион с указанием времени приема пищи, количества приемов пищи, название продуктов и блюд, ориентировочное их количество в граммах.

•Осуществить качественный и количественный анализ рациона питания:с использованием пирамиды питания с детальным качественным анализом каждого этажа пирамиды;с использованием программы «Калькулятор дневного рациона», с использованием программы «Анализ состояния питания человека»; с использованием упрощенного Excel расчета, основанного на «Таблицах химического состава и калорийности российских продуктов питания».

•Установить физиологические потребности в энергии и пищевых веществах: на основе таблиц «Нормы физиологических потребностей»; на основе расчетных методов.

•Составить план коррекции рациона и режима питания.

•Провести беседу о реализации плана коррекции рациона.

Ответить на вопросы.

•Обучить основам здорового питания и адекватной физической активности.

•Провести беседу о значении питания для профилактики заболеваний.

•Провести беседу об основных принципах коррекции избыточной массы тела.

•Провести беседу о здоровом питании беременных женщин, пожилых.

•Провести беседу о преимуществах и основных правилах естественного вскармливания.

•Провести беседу об основных правилах искусственного вскармливания.

- Провести беседу о правилах введения прикорма ребенку первого года жизни.

- Провести беседу о здоровом питании детей старше года, взрослого и пожилого населения, больных с различными заболеваниями, спортсменов.

2. ВЛАДЕТЬ

- Составлением индивидуальной программы питания на основе однодневного рациона.

- Расчетом и оценкой индекса массы тела.

- Определением потребностей в энергии и пищевых веществах с использованием таблиц в нормативных документах.

- Расчетом уровня основного обмена с использованием формулы Харриса-Бенедикта.

- Определением группы физической активности.

- Определением суточной потребности в энергии на основании уровня основного обмена с учетом группы физической активности.

- Расчетом потребности в белках, жирах и углеводах на основании их процентного соотношения от суточной потребности в энергии.

- Определением уровня основного обмена и потребности в белках с использованием экспресс расчетов.

- Определением калорийности, содержания белков, жиров и углеводов с использованием программы «Калькулятор дневного рациона»

- Сопоставлением содержания энергии и пищевых веществ в рационе и индивидуальных норм физиологических потребностей.

Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы достижения

| Тип задач | Код и наименование профессиональной компетенции (результат освоения) | Код и наименование индикатора достижения компетенции |
|-------------------------|---|---|
| экспертно-аналитический | ПК-3 Способен оценивать морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека для решения профессиональных задач. | ПК-3.1 Определяет и оценивает морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы организма человека |
| | | ПК-3.2 Владеет алгоритмом клинико-лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач |
| | | ПК-3.3 Оценивает результаты клинико-лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач |
| экспертно- | ПК-4 Способен | ПК-4.1 Изучает физиолого- |

| | | |
|-------------------------|--|---|
| аналитический | оценивать клеточный, субклеточный и молекулярный уровень физиолого-биохимических механизмов формирования нутриционно-метаболического статуса организма в условиях дисбаланса потребления нутриентов и раскрытие биохимических механизмов оптимизации нутриционного статуса различных групп населения. | биохимические механизмы формирования нутриционно-метаболического статуса организма в условиях дисбаланса потребления нутриентов на клеточном, субклеточном и молекулярном уровнях. |
| | | ПК-4.2 Определяет условия дисбаланса потребления нутриентов. |
| | | ПК-4.3 Раскрывает биохимические механизмы оптимизации нутриционного статуса различных групп населения. |
| | | ПК-4.4 Определяет физиологические потребности человека в энергии и пищевых веществах. |
| экспертно-аналитический | ПК-5 Способен к формированию более глубокого понимания медико-социальных и экономических проблем, связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и заболеваний, риски возникновения которых, напрямую связаны с нарушениями питания, и приводящих к росту числа больных, прогрессированию различных осложнений, потере трудоспособности и инвалидизации, снижению продолжительности жизни. | ПК-5.1 Проводит мониторинг медико-социальных и экономических проблем, связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и заболеваний, риски возникновения которых, напрямую связаны с нарушениями питания |
| | | ПК-5.2 Прогнозирует влияние медико-социальных и экономических проблем на уровень прогрессирования различных осложнений, потерю трудоспособности и инвалидизации, снижению продолжительности жизни. |
| | | ПК-5.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по производству специализированной пищевой продукции и профилактике алиментарно-зависимых социально-значимых заболеваний. |
| экспертно-аналитический | ПК-6 Способен оценивать потребности человека в различные физиологические периоды в микроэлементах, питательных | ПК-6.1 Определяет и анализирует биологическую роль микронутриентов, минорных биологически активных веществ, их необходимость в рационе питания. |
| | | ПК-6.2 Определяет физиологические потребности человека в различные |

| | | |
|--------------------------|--|---|
| | веществах, энергии и биологически активных веществах. | физиологические периоды в микроэлементах, питательных веществах, энергии и биологически активных веществах. |
| | | ПК-6.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по ликвидации дефицита пищевых веществ и биологически активных компонентов |
| экспертно-аналитический | ПК-9 Способен к трансляции результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность | ПК-9.1 Проводит мониторинг результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии |
| | | ПК-9.2 Оценивает результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии для практического применения |
| | | ПК-9.3 Транслирует результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность |
| научно-исследовательский | ПК-16 Способен применять знания особенностей строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмов поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенностей функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии. | ПК-16.1 Изучает особенности строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмы поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенности функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии. |
| | | ПК-16.2 Применяет знания особенностей строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмов поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенностей функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии. |

| | |
|--|--|
| Код и наименование индикатора достижения компетенции | Наименование показателя оценивания (результата обучения по дисциплине) |
|--|--|

| | |
|--|--|
| <p>ПК-3.1 Определяет и оценивает морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы организма человека</p> | <p>Знает магистральные пути метаболизма пищевых веществ и основные нарушения их метаболизма в организме человека Умеет оценивать информативность различных биохимических определений для анализа крови и мочи при некоторых патологических состояниях (сахарный диабет, патология печени, почек, сердца) Владеет навыками для решения биохимических и профессиональных задач</p> |
| <p>ПК-3.2 Владеет алгоритмом клиничко-лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач</p> | <p>Знает принципы биохимического анализа и клиничкобиохимической лабораторной диагностики заболеваний Умеет обосновывать выбор и оценивать эффективность методов клиничко-лабораторной и функциональной диагностики при выполнении профессиональных задач Владеет алгоритмом применения и оценки результатов использования медицинских технологий, при решении профессиональных задач</p> |
| <p>ПК-3.3 Оценивает результаты клиничко-лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач</p> | <p>Знает методы оценки достоверности результатов клиничко-лабораторной и функциональной диагностики Умеет использовать результаты данных клиничко-лабораторной и функциональной диагностики при выполнении профессиональных задач Владеет навыками постановки предварительного диагноза на основании результатов лабораторного обследования пациентов</p> |
| <p>ПК-4.1 Изучает физиолого-биохимические механизмы формирования нутриционно-метаболического статуса организма в условиях дисбаланса потребления нутриентов на клеточном, субклеточном и молекулярном уровнях.</p> | <p>Знает физиолого-биохимические механизмы формирования нутриционно-метаболического статуса организма в условиях дисбаланса потребления нутриентов на клеточном, субклеточном и молекулярном уровнях. Умеет определять разные виды дефицитов по имеющимся данным о дисбалансе организма Владеет методами оценки нарушений нутритивного статуса организма</p> |
| <p>ПК-4.2 Определяет условия дисбаланса потребления нутриентов.</p> | <p>Знает роль дисбалансов нутрицевтиков в патогенезе Умеет определять условия дисбаланса потребления нутриентов. Владеет методами анализа дисбалансов и их корректировки</p> |
| <p>ПК-4.3 Раскрывает биохимические механизмы оптимизации нутриционного статуса различных групп населения.</p> | <p>Знает биохимические механизмы и принципы оптимизации алиментарного статуса населения в современных условиях Умеет выявлять причинно-следственные связи между нутритивным статусом и образом жизни индивида Владеет навыками оптимизации нутриционного статуса различных групп населения</p> |
| <p>ПК-4.4 Определяет физиологические потребности человека в энергии и пищевых веществах.</p> | <p>Знает нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах различных групп населения Умеет определять нормы потребления энергии и пищевых веществ в зависимости от образа жизни</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>индивида</p> <p>Владеет методами выявления индивидуальных особенностей обмена веществ индивида</p> |
| <p>ПК-5.1 Проводит мониторинг медико-социальных и экономических проблем, связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и заболеваний, риски возникновения которых, напрямую связаны с нарушениями питания</p> | <p>Знает основные информационные ресурсы, для мониторинга медико-социальной и экономической обстановке</p> <p>Умеет работать с информационными системами и анализировать данные, связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и заболеваний.</p> <p>Владеет навыками проведения мониторинга медико-социальных и экономических проблем</p> |
| <p>ПК-5.2 Прогнозирует влияние медико-социальных и экономических проблем на уровень прогрессирования различных осложнений, потерю трудоспособности и инвалидизации, снижению продолжительности жизни.</p> | <p>Знает этапы развития алиментарно-зависимых заболеваний и способы их профилактики</p> <p>Умеет прогнозировать влияние медико-социальных и экономических проблем на уровень прогрессирования различных осложнений.</p> <p>Владеет методами оценки питания и профилактики развития алиментарно-зависимых заболеваний</p> |
| <p>ПК-5.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по производству специализированной пищевой продукции и профилактике алиментарно-зависимых социально-значимых заболеваний.</p> | <p>Знает научно-практические основы принципов специализированной пищевой продукции.</p> <p>Умеет применять нормативно-техническую документацию и методические рекомендации для разработки рекомендаций по производству специализированной пищевой продукции</p> <p>Владеет научными данными по профилактике алиментарно-зависимых социально-значимых заболеваний.</p> |
| <p>ПК-6.1 Определяет и анализирует биологическую роль микронутриентов, минорных биологически активных веществ, их необходимость в рационе питания.</p> | <p>Знает биологическую роль микронутриентов, минорных биологически активных веществ</p> <p>Умеет определять дисбаланс микронутриентов, минорных биологически активных веществ</p> <p>Владеет методами гармонизации рационов в зависимости от выявленных дисбалансов микронутриентов, минорных биологически активных веществ</p> |
| <p>ПК-6.2 Определяет физиологические потребности человека в различные физиологические периоды в микроэлементах, питательных веществах, энергии и биологически активных веществах.</p> | <p>Знает нормы физиологических потребностей в питательных веществах и нутриентах в различные физиологические периоды человека</p> <p>Умеет определять дисбалансы пищевых веществ и нутриентов</p> <p>Владеет методами гармонизации рационов в зависимости от выявленных дисбалансов</p> |
| <p>ПК-6.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по ликвидации дефицита пищевых веществ и биологически активных компонентов</p> | <p>Знает методические подходы и рекомендации по составлению рационов при дефиците пищевых веществ и биологически активных компонентов</p> <p>Умеет определять дисбалансы пищевых веществ и нутриентов</p> <p>Владеет методами гармонизации рационов в зависимости от выявленных дефицитов</p> |

| | |
|--|---|
| <p>ПК-9.1 Проводит мониторинг результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии</p> | <p>Знает основные наукометрические база данных с фундаментальными и прикладными научными исследованиями в своей профессиональной области Умеет пользоваться поисковыми и наукометрическими платформами и базами данных для поиска необходимой информации Владеет навыками мониторинга результатов научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии</p> |
| <p>ПК-9.2 Оценивает результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии для практического применения</p> | <p>Знает основные направления исследований в области нутрициологии и смежных наук Умеет оценивать результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии для практического применения Владеет навыками мониторинга результатов научных исследований</p> |
| <p>ПК-9.3 Транслирует результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность</p> | <p>Знает способы трансляции результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований Умеет адаптировать научную информацию для широкой целевой аудитории Владеет навыками трансляции научных знаний в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность</p> |
| <p>ПК-16.1 Изучает особенности строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмы поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенности функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии.</p> | <p>Знает особенности строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека в норме и при патологии Умеет применять механизмы поддержания гомеостаза и процессов пищеварения Владеет методами гармонизации рационов в зависимости от выявленных патологий</p> |
| <p>ПК-16.2 Применяет знания особенностей строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмов поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенностей функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии.</p> | <p>Знает особенности строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека Умеет применять механизмы поддержания гомеостаза и процессов пищеварения Владеет методами выявления патологий процессов пищеварения и гармонизации рационов в зависимости от выявленных патологий</p> |

1. Трудоёмкость дисциплины и видов учебных занятий по дисциплине

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачётные единицы (108 академических часов), (1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам).

Видами учебных занятий и работы обучающегося по дисциплине являются:

| | |
|----------------------|---|
| Обозначение | Виды учебных занятий и работы обучающегося |
| Лек | Лекции |
| Лек электр. | |
| Пр | Практические занятия |
| Пр электр. | |
| СР: | Самостоятельная работа обучающегося в период теоретического обучения |
| в том числе контроль | Самостоятельная работа обучающегося и контактная работа обучающегося с преподавателем в период промежуточной аттестации |
| | И прочие виды работ |

Структура дисциплины:

Форма обучения – очная

| № | Наименование раздела дисциплины | С е м е с т р | Количество часов по видам учебных занятий и работы обучающегося | | | | | | Формы промежуточной аттестации |
|---|---|---------------------------------|---|-----|----|----|----|-----------|--------------------------------|
| | | | Лек | Лаб | Пр | ОК | СР | Конт роль | |
| 1 | Тема 1. Современные системы питания | | 2 | | 2 | | | | |
| 2 | Тема 2. GAPS протоколы | | 2 | | 2 | | | | |
| 3 | Тема 3. FODMAP протокол. | | 2 | | 2 | | | | |
| 4 | Тема 4. Детокс протокол. | | 2 | | 2 | | | | |
| 5 | Тема 5. Кето протокол | | 2 | | 2 | | | | |
| 6 | Тема 6. Палео, аутоимунный протокол | | 2 | | 2 | | | | |
| 7 | Тема 7. Антикандидный протокол. | | 2 | | 2 | | | | |
| 8 | Тема 8. Низкоуглеводные протоколы питания. | | 4 | | 4 | | | | |
| | Итого: | 3 | 18 | - | 18 | - | 72 | - | Зачет с оценкой |

III. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Современные системы питания.

Типы питания, направленные на решение проблем со здоровьем человека. Стратегия вхождения и выхода из протокола питания. Персонализация протоколов питания с учётом состояния человека.

Пища как один из важнейших факторов окружающей среды, воздействующих на организм человека. Биологические и экологические аспекты проблемы питания. Питание как социальная проблема.

Тема 2. GAPS протоколы.

GAPS диета (Gut and Psychology Syndrome – кишечно-психологический синдром) – система питания, разработанная на основе специфической углеводной диеты для лечения болезней органов пищеварения.

Тема 3. FODMAP протокол.

FODMAP протокол (Fermentable Oligo-, Di-, Monosaccharides and Polyols) диета, в которой исключаются ферментированные моно-, олиго- и дисахаридов, а также сахарные спирты. Серьезные ограничения для очищения организма и выявления в будущем наиболее раздражающих факторов, провоцирующих проблемы со здоровьем.

Тема 4. Детокс протокол.

Детоксикация (лат. *de* — устранение, прекращение + др.-греч. τοξίνη — яд) — процесс разрушения и обезвреживания различных токсических веществ химическими, физическими или биологическими методами.

Детоксикация (мед.) — естественное и искусственное удаление токсинов из организма.

Накоплению токсинов в организме, как в процессе его обычного функционирования, так и из-за несбалансированного питания или приёма лекарств, а также из-за загрязнения окружающей среды. Виды диет

Тема 5. Кето протокол

Кетогенная (КЕТО) диета- это низкоуглеводная диета. Особенностью этой диеты является использование организмом в качестве энергии кетонов. Кетон же вырабатывается в печени. Параллельно с этим наблюдается выработка инсулина и глюкозы в теле. Кетоз — процесс, который заключается в выживании организма при недостаточном потреблении пищи. При этом из свободных жирных кислот, поступающих из жировых запасов, в печени будут вырабатываться кетоны.

Тема 6. Палео, аутоимунный протокол

Питание при аутоимунных заболеваниях, причины аутоимунных заболеваний. Генетическая предрасположенность к аутоиммунной реакции

Тема 7. Антикандидный протокол.

Антикандидное питание: меню, блюда и зачем оно нужно. Снижение иммунитета и вызванная этим неспособность организма контролировать рост грибковой микрофлоры.

Тема 8. Низкоуглеводные протоколы питания.

Виды низкоуглеводных диет. Преимущества и недостатки. Основные принципы низкоуглеводных диет. Основные меню и рекомендации.

IV. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА И САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

Тема 1. Питание как социальная проблема.

В сохранении и поддержании здоровья человека ведущая роль принадлежит здоровому образу жизни. Питание вносит до 50 % вклада в обеспечение здоровья и работоспособности человека от суммы всех факторов, влияющих на образ жизни. При этом нарушения питания составляют от 30 до 50 % причин возникновения хронических неинфекционных заболеваний, таких как ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет 2 типа, остеопороз и некоторые виды онкологических заболеваний.

Одним из механизмов достижения увеличения ожидаемой продолжительности здоровой жизни, снижения смертности населения может являться оптимизация структуры питания

Тема 2. GAPS протоколы.

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола

Тема 3. FODMAP протокол.

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола

Тема 4. Детокс протокол.

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола

Тема 5. Кето протокол

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола.

Тема 6. Палео, аутоимунный протокол

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола.

Тема 7. Антикандидный протокол.

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола

Тема 8. Низкоуглеводные протоколы питания.

Принцип работы протокола. Составление примерного меню на неделю с учетом имеющихся симптомов. Схема работы с индивидуальными особенностями. Выход и вход из протокола.

V.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

По мере освоения материала по тематике дисциплины предусмотрено выполнение самостоятельной работы обучающихся по сбору и обработки литературного материала для расширения области знаний по изучаемой дисциплине, что позволяет углубить и закрепить конкретные практические знания, полученные на аудиторных занятиях. Для изучения и полного освоения программного материала по дисциплине используется учебная, справочная и другая литература, рекомендуемая настоящей программой, а также профильные периодические издания.

При самостоятельной подготовке к занятиям обучающиеся конспектируют материал, самостоятельно изучают вопросы по пройденным темам, используя при этом учебную литературу из предлагаемого списка, периодические печатные издания, научную и методическую информацию, базы данных информационных сетей.

Самостоятельная работа складывается из таких видов работ как изучение материала по учебникам, справочникам, видеоматериалам и презентациям, а также прочим достоверным источникам информации; подготовка к зачету. Для закрепления материала достаточно, перелистывая конспект или читая его, мысленно восстановить материал. При необходимости обратиться к рекомендуемой учебной и справочной литературе, записать непонятные моменты в вопросах для уяснения их на предстоящем занятии.

Подготовка к практическим занятиям. Этот вид самостоятельной работы состоит из нескольких этапов:

1) Повторение изученного материала. Для этого используются конспекты лекций, рекомендованная основная и дополнительная литература;

2) Углубление знаний по предложенным темам. Необходимо имеющийся материал в лекциях, учебных пособиях дифференцировать в соответствии с пунктами плана практического занятия. Отдельно выписать неясные вопросы, термины. Лучше это делать на полях конспекта лекции или учебного пособия. Уточнение надо осуществить при помощи справочной литературы (словари, энциклопедические издания и т.д.);

3) Составление развернутого плана выступления, или проведения расчетов, решения задач, упражнений и т.д. При подготовке к практическим занятиям обучающиеся конспектируют материал, готовят ответы по приведенным вопросам по темам практических занятий. Дополнительно к практическому материалу студенты самостоятельно изучают вопросы по предлагаемым темам, используя при этом учебную литературу из предлагаемого списка, периодические печатные издания, научную и методическую информацию, базы данных информационных сетей (Интернет и др.).

Требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы

Специальных требований к предоставлению и оформлению результатов данной самостоятельной работы нет.

Контроль выполнения плана самостоятельной работы обучающихся осуществляется преподавателем на практических занятиях путем опроса и путем включения в итоговые задания на занятии из плана самостоятельной работы.

VI. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

| № п/п | Контролируемые разделы / темы дисциплины | Код и наименование индикатора достижения | Результаты обучения | Оценочные средства | |
|-------|---|---|---|-------------------------------------|--------------------------|
| | | | | текущий контроль | Промежуточная аттестация |
| 1 | Тема 1. Современные системы питания | ПК-3.1 Определяет и оценивает морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы организма человека ПК-3.2 Владеет алгоритмом клиничес- | Знает методы оценки достоверности результатов клиническо-лабораторной и функциональной диагностики Умеет использовать результаты данных клиническо-лабораторной и функциональной | УО-1 Собеседование ПР-1, Тест | Вопросы зачета 1-5 |

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--------------------------------|
| | | <p>лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач ПК-3.3 Оценивает результаты клинко-лабораторной и функциональной диагностики при решении профессиональных задач</p> | <p>диагностики при выполнении профессиональных задач Владеет навыками постановки предварительного диагноза на основании результатов лабораторного обследования пациентов</p> | | |
| 2 | <p>Тема 2. GAPS протоколы</p> | <p>ПК-4.2 Определяет условия дисбаланса потребления нутриентов. ПК-4.3 Раскрывает биохимические механизмы оптимизации нутриционного статуса различных групп населения. ПК-4.4 Определяет физиологические потребности человека в энергии и пищевых веществах.</p> | <p>Знает биохимические механизмы и принципы оптимизации алиментарного статуса населения в современных условиях Умеет выявлять причинно-следственные связи между нутритивным статусом и образом жизни индивида Владеет навыками оптимизации нутриционного статуса различных групп населения</p> | <p>УО-1 Собеседование ПР-1, Тест</p> | <p>Вопросы зачета 5-8</p> |
| 3 | <p>Тема 3. FODMAP протокол.</p> | <p>ПК-5.1 Проводит мониторинг медико-социальных и экономических проблем, связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и</p> | <p>Знает основные информационные ресурсы, для мониторинга медико-социальной и экономической обстановке Умеет работать с информационным и системами и анализировать данные,</p> | <p>УО-1 Собеседование ПР-1, Тест</p> | <p>Вопросы зачета 9-11</p> |

| | | | | | |
|---|---------------------------------|---|--|-------------------------------------|-----------------------------|
| | | заболеваний, риски возникновения которых, напрямую связаны с нарушениями питания | связанных с распространением алиментарно-зависимых заболеваний и заболеваний. Владеет навыками проведения мониторинга медико-социальных и экономических проблем | | |
| 4 | Тема 4. Детокс протокол. | ПК-5.2 Прогнозирует влияние медико-социальных и экономических проблем на уровень прогрессирования различных осложнений, потерю трудоспособности и инвалидизации, снижению продолжительности жизни. ПК-5.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по производству специализированной пищевой продукции и профилактике алиментарно-зависимых социально-значимых заболеваний. | Знает этапы развития алиментарно-зависимых заболеваний и способы их профилактики Умеет прогнозировать влияние медико-социальных и экономических проблем на уровень прогрессирования различных осложнений. Владеет методами оценки питания и профилактики развития алиментарно-зависимых заболеваний | УО-1 Собеседование ПР-1, Тест | Вопросы зачета 12-15 |
| 5 | Тема 5. Кето протокол | ПК-6.1 Определяет и анализирует биологическую роль микронутриентов | Знает нормальные физиологические потребности в питательных веществах и нутриентах | УО-1 Собеседование ПР-1, Тест | Вопросы зачета 16-19 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|---------------------------------|
| | | <p>тов, минорных биологически активных веществ, их необходимость в рационе питания.</p> <p>ПК-6.2 Определяет физиологические потребности человека в различные физиологические периоды в микроэлементах, питательных веществах, энергии и биологически активных веществах.</p> <p>ПК-6.3 Разрабатывает научно обоснованные рекомендации по ликвидации дефицита пищевых веществ и биологически активных компонентов</p> | <p>различные физиологические периоды человека</p> <p>Умеет определять дисбалансы пищевых веществ и нутриентов</p> <p>Владеет методами гармонизации рационов в зависимости от выявленных дисбалансов</p> | | |
| 6 | <p>Тема 6. Палео, аутоимунный протокол</p> | <p>ПК-9.1 Проводит мониторинг результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины,</p> | <p>Знает основные наукометрические база данных с фундаментальными и прикладными научными исследованиями в своей профессиональной области</p> <p>Умеет пользоваться поисковыми и</p> | <p>УО-1 Собеседование ПР-1, Тест</p> | <p>Вопросы зачета 20-24</p> |

| | | | | | |
|---|---|---|--|--|------------------------------------|
| | | <p>нутрициологи и и пищевой технологии и биотехнологи и</p> <p>ПК-9.2</p> <p>Оценивает результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологи и и пищевой технологии и биотехнологи и для практического применения</p> | <p>наукометрическими платформами и базами данных для поиска необходимой информации</p> <p>Владеет навыками мониторинга результатов научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологии и пищевой технологии и биотехнологии</p> | | |
| 7 | <p>Тема 7. Антикандидный протокол.</p> | <p>ПК-9.3</p> <p>Транслирует результаты фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований в области приоритетных направлений медицины, нутрициологи и и пищевой технологии и биотехнологи и в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность</p> | <p>Знает способы трансляции результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований</p> <p>Умеет адаптировать научную информацию для широкой целевой аудитории</p> <p>Владеет навыками трансляции научных знаний в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную</p> | <p>УО-1</p> <p>Собеседование</p> <p>ПР-1, Тест</p> | <p>Вопросы зачета</p> <p>25-29</p> |

| | | | | | |
|---|--|---|---|--|---------------------------------|
| | | | ю деятельность | | |
| 8 | <p>Тема 8. Низкоуглеводные протоколы питания.</p> | <p>ПК-16.1 Изучает особенности строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмы поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенности функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии.</p> <p>ПК-16.2 Применяет знания особенностей строения и функционирования отделов и пищеварительной системы человека, механизмов поддержания гомеостаза процессов пищеварения, особенностей функционирования пищеварительной системы в норме и при патологии.</p> | <p>Знает способы трансляции результатов фундаментальных, поисковых и прикладных научных исследований</p> <p>Умеет адаптировать научную информацию для широкой целевой аудитории</p> <p>Владеет навыками трансляции научных знаний в практическое здравоохранение, агропромышленный комплекс и образовательную деятельность</p> | <p>УО-1 Собеседование ПР-1, Тест</p> | <p>Вопросы зачета 30-34</p> |

VII. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Лапкин, М. М. Основы рационального питания / Лапкин Михаил Михайлович, Пешкова Галина Петровна, Растегаева Ирина Валерьяновна - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-4247-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970442470.html> (дата обращения: 15.02.2023). - Режим доступа : по подписке.
2. Правильное питание. Полный справочник / Б. Ю. Ламихов, С. В. Глущенко, Д. А. Никулин [и др.]. — Саратов : Научная книга, 2019. — 467 с. — ISBN 978-5-9758-1827-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/80176.html> (дата обращения: 15.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей
3. Сукало, А. В. Гастроэнтерология и диетология в детском возрасте : руководство для врачей / А. В. Сукало, А. А. Козловский. — Минск : Белорусская наука, 2019. — 427 с. — ISBN 978-985-08-2394-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95444.html> (дата обращения: 15.02.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей
4. Тель, Л. З. Нутрициология / Л. З. Тель [и др.] - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 544 с. - ISBN 978-5-4235-0255-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785423502553.html> (дата обращения: 15.02.2023). - Режим доступа : по подписке.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Кильдиярова, Р. Р. Детская диетология / Кильдиярова Р. Р. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 272 с. (Серия "Библиотека врача-специалиста") - ISBN 978-5-9704-4960-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449608.html> (дата обращения: 15.02.2023). - Режим доступа : по подписке.
2. Тутельян, В. А. Нутрициология и клиническая диетология : национальное руководство / под ред. В. А. Тутельяна, Д. Б. Никитюка. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 656 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-5352-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970453520.html> (дата обращения: 15.02.2023). - Режим доступа : по подписке.

3. Шевченко, В. П. Клиническая диетология / Шевченко В. П. / Под ред. В. Т. Ивашкина - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 256 с. (Серия "Библиотека врача-специалиста") - ISBN 978-5-9704-1800-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970418000.html> (дата обращения: 15.02.2023). - Режим доступа : по подписке.

VIII.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Планирование и организация времени, отведенного на изучение дисциплины. Приступить к освоению дисциплины следует незамедлительно в самом начале учебного семестра. Рекомендуется изучить структуру и основные положения Рабочей программы дисциплины. Обратит внимание, что кроме аудиторной работы (практические занятия) планируется самостоятельная работа, итоги которой влияют на окончательную оценку по итогам освоения учебной дисциплины. Все задания (аудиторные и самостоятельные) необходимо выполнять и предоставлять на оценку в соответствии с графиком.

В процессе изучения материалов учебного курса предлагаются следующие формы работ: лекции, лабораторные работы, практические занятия, задания (темы) для самостоятельной работы.

Особо значимой для профессиональной подготовки студентов является *самостоятельная работа* по курсу. В ходе этой работы студенты отбирают необходимый материал по изучаемому вопросу и анализируют его. Студентам необходимо ознакомиться и выполнить основные задания, без которых невозможно полноценное понимание дисциплины.

Освоение курса способствует развитию навыков обоснованных и самостоятельных оценок фактов и концепций. Поэтому во всех формах контроля знаний, особенно при сдаче зачета и экзамена, внимание обращается на полноту освоения компетенций, на умение практически применять знания и делать выводы.

Работа с литературой. Рекомендуется использовать различные возможности работы с литературой: фонды научной библиотеки ДВФУ и электронные библиотеки (<http://www.dvfu.ru/library/>), а также доступные для использования другие научно-библиотечные системы.

К сдаче зачета и экзамена допускаются обучающиеся, выполнившие все задания (практические, самостоятельные), предусмотренные учебной программой дисциплины, посетившие не менее 75% аудиторных занятий

IX. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия по дисциплине проводятся в помещениях, оснащенных соответствующим оборудованием и программным обеспечением.

Перечень материально-технического и программного обеспечения дисциплины приведен в таблице.

Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

| Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы | Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа |
|--|--|--|
| <p>Аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа 690922, Приморский край, г. Владивосток, остров Русский, полуостров Саперный, поселок Аякс, 10, Корпус 25.1, ауд. М422</p> | <p>Комплекты учебной мебели (столы и стулья), ученическая доска. Мультимедийный комплекс: Моноблок Lenovo C360G-i34164G500UDK; Экран проекционный Projecta Elpro Electrol, 300x173 см; Мультимедийный проектор, Mitsubishi FD630U, 4000 ANSI Lumen, 1920x1080; Врезной интерфейс с системой автоматического втягивания кабелей TLS TAM 201 Stan; Документ-камера Avergence CP355AF; Микрофонная петличная радиосистема УВЧ диапазона Sennheiser EW 122 G3 в составе беспроводного микрофона и приемника; Кодек видеоконференцсвязи LifeSizeExpress 220-Codeonly- Non-AES; Сетевая видеочасть Multipix MP-HD718; Две ЖК-панели 47", Full HD, LG M4716CCBA; Подсистема аудиокоммутации и звукоусиления; централизованное бесперебойное обеспечение электропитанием</p> | <p>Windows 10, Microsoft Office профессиональный плюс 2019</p> |
| <p>Читальные залы Научной библиотеки ДВФУ с открытым доступом к фонду (корпус А - уровень 10)</p> | <p>Моноблок HP ProOne 400 All-in-One 19,5 (1600x900), Core i3-4150T, 4GB DDR3-1600 (1x4GB), 1TB HDD 7200 SATA, DVD+/-RW, GigEth, Wi-</p> | <p>Microsoft Office профессиональный плюс 2019,</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | Fi, BT, usb kbd/mse, Win7Pro (64-bit)+Win8.1Pro(64-bit), 1-1-1 Wty Скорость доступа в Интернет 500 Мбит/сек. Рабочие места для людей с ограниченными возможностями здоровья оснащены дисплеями и принтерами Брайля; оборудованы: портативными устройствами для чтения плоскочечатных текстов, сканирующими и читающими машинами видеоувеличителем с возможностью регуляции цветовых спектров; увеличивающими электронными лупами и ультразвуковыми маркировщиками | |
| Аудитория для самостоятельной работы студентов г. Владивосток, о. Русский п. Аякс д.10, Корпус 25.1, ауд. М621 Площадь 44.5 м ² | Моноблок Lenovo C360G-i34164G500UDK 19.5" Intel Core i3-4160T 4GB DDR3-1600 SODIMM (1x4GB)500GB Windows Seven Enterprise - 17 штук; Проводная сеть ЛВС – Cisco 800 series; беспроводные ЛВС для обучающихся обеспечены системой на базе точек доступа 802.11a/b/g/n 2x2 MIMO(2SS). | Microsoft Office профессиональный плюс 2019 |

X. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Для дисциплины «Системы регуляции функционирования организмов и метаболический синдром» используются следующие оценочные средства:

1. Опрос
2. Тестирование

Устный опрос.

Устный опрос позволяет оценить знания и логику студента, умение использовать терминологию, владение речью и иные коммуникативные навыки.

Обучающая функция состоит в выявлении деталей, которые по каким-то причинам оказались недостаточно осмысленными в ходе учебных занятий и при подготовке к зачёту.

Опрос – средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.

Тестирование.

Тестирование является наиболее эффективной и объективной формой оценивания знаний, умений и навыков, позволяющей выявлять не только уровень учебных достижений, но и структуру знаний, степень ее отклонения от нормы. Тестирование предполагает стандартизованную, выверенную процедуру сбора и обработки данных, а также их интерпретацию, позволяет проверить знания обучающихся по широкому спектру вопросов. Тестирование исключает субъективизм преподавателя, как в процессе контроля, так и в процессе оценки.

Критерии оценки тестирования

| | | | | |
|--------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|----------------------------|
| оценка | 50-60 баллов (неудовлетворительно) | 61-75 баллов (удовлетворительно) | 76-85 баллов (хорошо) | 86-100 баллов (отлично) |
|--------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|----------------------------|

Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания результатов освоения дисциплины

Оценочные средства для промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Системы регуляции функционирования организмов и метаболический синдром» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной. Форма отчётности по дисциплине – экзамен. Экзамен по дисциплине включает ответы на 2 задачи.

Методические указания по сдаче экзамена

Экзамен принимается ведущим преподавателем (доцентом, профессором), за которым закреплен данный вид учебной нагрузки в индивидуальном плане. Форма проведения экзамена устная.

Во время проведения экзамена обучающиеся могут пользоваться рабочей программой дисциплины, а также с разрешения преподавателя, проводящего зачет, справочной литературой и другими пособиями (государственной фармакопеей и некоторыми нормативными документами).

Время, предоставляемое обучающемуся на подготовку к ответу на экзамене, должно составлять не более 40 минут. По истечении данного времени обучающийся должен быть готов к ответу.

Присутствие на экзамене посторонних лиц (кроме лиц, осуществляющих проверку) без разрешения соответствующих лиц (ректора либо проректора по учебной работе, директора Школы, руководителя ОПОП или директора департамента), не допускается. Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, не имеющие возможности самостоятельного передвижения, допускаются на экзамен с сопровождающими.

При промежуточной аттестации обучающимся устанавливается оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно». При неявке обучающегося на экзамен в ведомости делается запись «не явился».

ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА

1. Биологические и экологические аспекты проблемы питания.
2. Пути ликвидации дефицита микронутриентов.
3. Причины витаминной недостаточности.
4. Продукты - источники витаминов.
5. Питание взрослого трудоспособного населения. Климатические, национальные, экономические и другие особенности питания.
6. Энергетический обмен. Энергетические затраты организма и потребность в энергии. Пища как источник энергии.
7. Внутриклеточный метаболизм: микросомальное окисление, антиоксидантная система, энергетический метаболизм.
8. Пищевая ценность продуктов питания.
9. Базисные сведения о макро- и микронутриентах.
10. Клинические проявления гипо- и гипервитаминозов.
11. Коррекция дисбиозов.
12. Питание отдельных групп населения.
13. Физиологическая полноценность диет. Значение и принципы диетотерапии. Обеспечение потребности больного человека в пищевых веществах и энергии.
14. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания животного и растительного происхождения, их эколого-гигиеническая и эпидемиологическая характеристика.
15. Современные системы питания
16. GAPS протоколы
17. FODMAP протокол
18. Детокс протокол
19. Кето протокол
20. Палео, аутоимунный протокол
21. Антикандидный протокол.
22. Низкоуглеводные протоколы питания
23. Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения различных возрастных групп, их изменения при различных заболеваниях.
24. Основные принципы здорового питания.
25. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах в норме и при заболеваниях.
26. Значение питания в профилактике заболеваний и коррекции избыточной массы тела; основы использования биологически активных добавок к пище;
27. Болезни с алиментарными факторами риска развития патологии. Болезни, обусловленные пищевой непереносимостью.

28. Питание и болезни. Пять групп болезней, связанных с питанием.
29. Наиболее часто встречающиеся пищевые аллергены.
30. Классификация пищевых веществ; нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах; химический состав продуктов питания; различные способы комплексного анализа рациона питания.
31. Определение уровня основного обмена и потребности в белках с использованием экспресс расчетов.
32. Определение калорийности, содержания белков, жиров и углеводов с использованием программы «Калькулятор дневного рациона».
33. Сопоставление содержания энергии и пищевых веществ в рационе и индивидуальных норм физиологических потребностей.
34. Просветительская деятельность по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни.

ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Итоговая аттестация осуществляется посредством экзамена в виде ответов на тестовые задания в соответствии с содержанием образовательной программы.
2. Слушатель допускается к итоговой аттестации после успешного освоения дистанционного лекционного материала в объеме, предусмотренном учебным планом.

Критерии выставления оценки обучающемуся на экзамене по дисциплине «Протоколы питания»

| Оценка зачета | Требования к сформированным компетенциям |
|---------------------|--|
| «отлично» | Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач по методологии научных исследований. |
| «хорошо» | Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения |
| «удовлетворительно» | Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные |

| | |
|-----------------------|---|
| | формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ. |
| «неудовлетворительно» | Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится обучающимся, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине. |

Пример тестового задания:

1. Потребность в белках работников умственного труда (мужчин) 18-29 лет составляет ... г.

- а) 55
- б) 72
- в) 91
- г) 95
- д) 105

2. Потребность в жирах работников умственного труда (женщин) 40-59 лет составляет ... г.

- а) 70
- б) 81
- в) 60
- г) 90
- д) 100

3. Потребность в жирах работников умственного труда (мужчин) 30-39 лет составляет ... г.

- а) 70
- б) 77
- в) 103
- г) 110
- д) 120

4. Потребность в углеводах работников умственного труда (женщин) 18-29 лет составляет ... г.

- а) 200
- б) 289
- в) 324
- г) 399
- д) 430

5. Потребность в углеводах работников умственного труда (мужчин) 40-59 лет составляет ... г.
- а) 310
 - б) 303
 - в) 348
 - г) 425
 - д) 480
6. Потребность в аскорбиновой кислоте работников составляет ... мг.
- а) 15
 - б) 30
 - в) 55
 - г) 90
 - д) 200
7. Соответствие энергозатрат группе интенсивности труда для мужчин 18-29 лет (ккал):
- а) I группа интенсивности труда а) 2800
 - б) II группа интенсивности труда б) 2450
 - в) III группа интенсивности труда в) 3300
 - г) IV группа интенсивности труда г) 4200
 - д) V группа интенсивности труда д) 3850
8. Соответствие процента обсемененности суточного рациона за счет белков, жиров, углеводов, (%):
- а) белки а) 33
 - б) жиры б) 54
 - в) углеводы в) 60
 - г) 13
9. Питание работников умственного труда имеет направленность:
- а) антисклеротическую
 - б) антистрессорную
 - в) гипонатриевую
 - г) низкокалорийную
 - д) алифатическую
10. В меню обеда для работников I группы интенсивности труда целесообразно включить в блюда:
- а) салат витаминный с морской капустой
 - б) ассорти рыбное
 - в) суп на грибном бульоне
 - г) суп-лапша с курицей
 - д) печень по-строгановски

- е) голубцы мясные
- ж) шоколад горячий
- з) мусс яблочный
- и) булочка сдобная

11. Людям, занятым умственным трудом, следует питаться с сутки раз:

- а) 3
- б) 4
- в) 6
- г) 8

12. В рацион людей, занятых умственным трудом, рекомендуется включать продукты:

- а) копченая рыба
- б) морепродукты
- в) шоколад
- г) сдобные булочки
- д) отрубной хлеб
- е) субпродукты
- ж) молочные продукты

13. Соответствие норм суточного потребления продуктов для студентов ВУЗов, (г):

- а) мясопродукты а) 50
- б) хлебопродукты б) 180
- в) сахар в) 400
- г) масло коровье г) 25
- д) 500
- а) 2500

14. Энергозатраты женщин III группы физической активности 30-39 лет составляют ... ккал.

- б) 2550
- в) 3700
- г) 4000
- д) 4200

15. Энергозатраты мужчин III группы физической активности 30-39 лет составляют ... ккал.

- а) 4700
- б) 2500
- в) 3000
- г) 3150
- д) 4300

16. Потребность в белках мужчин III группы физической активности 18-29 лет составляют ... ккал.

- а) 70
- б) 94
- в) 118
- г) 130
- д) 150

17. Потребность в белках женщин III группы физической активности 18-29 лет составляют ... ккал.

- а) 70
- б) 76
- в) 87
- г) 100
- д) 120

18. Потребность в жирах мужчин III группы физической активности 40-59 лет составляют ... ккал.

- а) 96
- б) 113
- в) 158
- г) 170
- д) 200

19. Потребность в жирах женщин III группы физической активности 40-59 лет

составляют ... ккал.

- а) 96
- б) 95
- в) 116
- г) 136
- д) 150