

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО «Учебный центр профессионалов фитнеса», г. Екатеринбург
 Легчинова С.Н.
 Приказ № 10 от 10.05.2019 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы
 «Спортивный нутрициолог»

Цель обучения: Дополнительное профессиональное образование в области нутрициологии, питания, фитнеса и спорта, в части освоения теоретических и практических умений и навыков нутрициологического сопровождения.

Категория слушателей: Программа предназначена для преподавателей физической культуры, физического воспитания, тренеров физкультурно-спортивных организаций и учреждений, тренеров по фитнесу и спортсменов, медицинских работников, работников общественного питания.

Объем учебного плана: 98 часов.

Форма обучения: без отрыва от работы

№ пп	Наименование модулей, дисциплин	Всего, час.	В том числе:			Формы контроля, формы промежуточной аттестации
			Лекции и	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	МОДУЛЬ 1. БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ НУТРИЦИОЛОГИИ	46	34	6	6	2 контрольных задания
1.1	Анатомия – физиологические основы пищеварительной системы.	8	8			
1.2	Биохимические основы питания.	10	10			
1.3	Гигиена рационального питания.	22	10	6	6	
1.4	Антропометрия. Критерии оценки и анализ состава тела.	6	6			
2.	МОДУЛЬ 2. СПОРТИВНАЯ ДИЕТОЛОГИЯ	50	28	4	18	2 контрольных задания
2.1	Биоэнергетические процессы в организме при мышечной деятельности	12	12			
2.2	Особенности питания в спорте и фитнесе. Составление рационов	30	8	4	18	
2.3	Спортивные добавки	8	8			
	Итоговая аттестация	2		2		Экзаменационное тестирование, практическое задание
	Итого:	98	62	12	24	