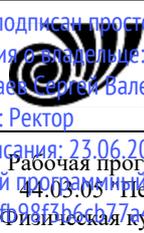


Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Гаскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 23.06.2025 13:56:17 Уникальный идентификатор: 04c19ed8bf08f7b6cb77a48cb9a8788b8727727	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	Рабочая программа дисциплины "Нутрициология спорта" по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт) ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1
--	---	---	--------

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Нутрициология спорта

Направление подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль)

Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт)

Присваиваемая квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2025

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2025 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Научить организовывать и проводить мониторинг подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта
Осуществлять управление подготовкой спортсменов спортивной сборной команды в избранном виде спорта и анализировать её эффективность

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: К.М.07.ДВ.02.01

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Лечебная физическая культура и массаж

Туризм и спортивное ориентирование

Информационная безопасность

Теоретические основы адаптивной физической культуры

Мониторинг здоровья и функционального состояния

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Охрана труда и техника безопасности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Знать:

снижения рисков нарушения безопасности в образовательной среде

Уметь:

развивать и поддерживать мероприятия по снижению угроз нарушения безопасности в образовательных организациях разного вида и типа

Владеть:

технологиями обеспечения безопасности и психологической защищенности субъектов образовательной среды.

ПК-1: Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач

Знать:

принципы проектирования и реализации методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся

Уметь:

проектировать, и реализовывать программы и мероприятия по развитию и социализации обучающихся

Владеть:

методическим инструментарием работы по развитию и социализации обучающихся и методами оценки эффективности программ развития и социализации обучающихся

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	физиологические потребности в пищевых веществах и энергии спортсменов различного уровня
3.1.2	главные направления спортивной нутрициологии, новейшие достижения нутрициологии
3.1.3	основные принципы и особенности построения рациона питания спортсменов различного уровня в зависимости от задач тренировочного процесса
3.1.4	правила регулирования питательных веществ (макро-микронутриентов), биологически активных добавок
3.1.5	современные принципы построения сбалансированного питания спортсмена



Рабочая программа дисциплины "Нутрициология спорта" по направлению подготовки (специальности)
44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт) ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 4

3.1.6 принципы построения тренировочного процесса, систему подготовки спортсменов, нагрузку, утомление, восстановление в спорте, формирование долговременных адаптационных реакций в многолетней и годичной подготовке, стороны подготовки, структуру и методику подготовки, контроль, управление, влияние экстремальных условий и различных факторов на подготовку спортсменов

3.2 Уметь:

3.2.1 получать данные для выявления особенностей питания спортсменов с учетом спортивной квалификации

3.2.2 подбирать пищевые рационы для спортсменов различного уровня в зависимости от задач тренировочного процесса

3.2.3 применять знания по нутрициологии при решении научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта

3.2.4 выявлять современные практические и научные проблемы в сфере составления и анализа пищевых рационов

3.2.5 - давать заключения и делать выводы о влиянии фактического питания на спортивный результат и здоровье спортсмена

3.2.6 разрабатывать методическую документацию, сопровождающую медико-биологическое обеспечение спортсмена в сфере физической культуры и спорта

3.3 Владеть:

3.3.1 применения знаний по нутрициологии при решении научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта

3.3.2 применения современных подходов в сфере контроля пищевых рационов спортсменов

3.3.3 составления и анализа пищевых рационов спортсменов с учетом спортивной квалификации и в зависимости от задач тренировочного процесса и соревнований

3.3.4 внедрения результатов научных исследований в практику профессиональной деятельности с целью повышения эффективности процесса спортивной подготовки

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость		2 ЗЕТ
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах: зачеты 9
в том числе		
аудиторные занятия	24	
самостоятельная работа	45,5	
: контактная работа: 26,5 ИКР: 2,5		

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Нутрициология – наука о питании. Основные принципы и правила здорового питания. Классификация пищевых веществ			
1.1	Теоретические и практические основы науки о питании. История становления, связь с другими науками: гигиеной, санитарией, микробиологией, биохимией. логи. /Лек/	9	1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6Л2.7Л3.1 Л3.2 Э1
1.2	Теоретические и практические основы науки о питании. История становления, связь с другими науками: гигиеной, санитарией, микробиологией, биохимией. /Пр/	9	1	Л1.1 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Л2.7Л3.1



Рабочая программа дисциплины "Нутрициология спорта" по направлению подготовки (специальности)
44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю)
Физическая культура. Дополнительное образование (фиджитал-спорт, киберспорт) ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 5

1.3	Теоретические и практические основы науки о питании. История становления, связь с другими науками: гигиеной, санитарией, микробиологией, биохимией. /Ср/	9	8,5	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7Л3.1 Л3.2
1.4	Роль питания в жизнедеятельности человека. Роль пищеварительной системы в процессах жизнедеятельности организма. Система пищеварения. Строение и функции пищеварительной системы желудочно-кишечного тракта (органов ротовой полости, глотки, пищевода, желудка, тонкого кишечника, поджелудочной железы и печени, толстого кишечника). /Лек/	9	2	Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.7Л3.1 Э2
1.5	Роль пищеварительной системы в процессах жизнедеятельности организма. Система пищеварения. Строение и функции пищеварительной системы желудочно-кишечного тракта (органов ротовой полости, глотки, пищевода, желудка, тонкого кишечника, поджелудочной железы и печени, толстого кишечника). /Пр/	9	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7 Л2.6Л3.1 Л3.2
1.6	Процессы всасывания и усвоения пищевых веществ. Определение нутрициологии. История развития научных представлений о питании человека. Разделы нутрициологии. Отличие нутрициологии от диетологии. /Пр/	9	1	Л1.3 Л1.4Л2.7Л3.1
1.7	Процессы всасывания и усвоения пищевых веществ. Определение нутрициологии. История развития научных представлений о питании человека. Разделы нутрициологии. Отличие нутрициологии от диетологии. /Лек/	9	1	Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.1 Л2.7 Л2.6Л3.1 Л3.2
1.8	Процессы всасывания и усвоения пищевых веществ. Определение нутрициологии. История развития научных представлений о питании человека. Разделы нутрициологии. Отличие нутрициологии от диетологии. /Ср/	9	9	Л1.3 Л1.4Л2.7Л3.1 Э3
1.9	Роль пищеварительной системы в процессах жизнедеятельности организма. Система пищеварения. Строение и функции пищеварительной системы желудочно-кишечного тракта (органов ротовой полости, глотки, пищевода, желудка, тонкого кишечника, поджелудочной железы и печени, толстого кишечника). /Ср/	9	8	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.1 Л2.7 Л2.6Л3.1 Л3.2
Раздел 2. Иная контактная работа				
2.1	Инд. консультации. Текущий контроль /ИКР/	9	2,5	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.7Л3.1 Л3.2
Раздел 3. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах. Пищевые вещества и их значение в питании.				
3.1	Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Величина основного обмена. /Лек/	9	2	Л1.3 Л1.4Л2.7Л3.1 Л3.2
3.2	Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Величина основного обмена. Энерготраты на конкретные виды деятельности. /Пр/	9	2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7Л3.1 Л3.2
3.3	Энерготраты на конкретные виды деятельности. Классификация пищи. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания. Макронутриенты, микронутриенты, витамины, минеральные вещества. /Лек/	9	2	Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.7Л3.1
3.4	Энерготраты на конкретные виды деятельности. Классификация пищи. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания. Макронутриенты, микронутриенты, витамины, минеральные вещества. /Пр/	9	2	Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7Л3.1



3.5	Значение различных нутриентов пищи для снабжения организма человека энергией. Физиологическая роль белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов в организме. Показатели биологической ценности белков, пищевых липидов. Роль витаминов в организме. Классификация и краткая характеристика витаминов. Пути обогащения пищевых рационов витаминами. /Лек/	9	2	Л1.3 Л1.4Л2.7Л3.1 Л3.2
3.6	Значение различных нутриентов пищи для снабжения организма человека энергией. Физиологическая роль белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов в организме. Показатели биологической ценности белков, пищевых липидов. Роль витаминов в организме. Классификация и краткая характеристика витаминов. /Пр/	9	2	Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7Л3.1 Л3.2
3.7	Пути обогащения пищевых рационов витаминами. Минеральные вещества – их роль и значение. Связь минерального и водного обмена. Токсические и защитные компоненты пищи. Характеристика защитного действия отдельных компонентов пищи. Источники защитных веществ пищи. Факторы, противодействующие влиянию защитных веществ. Характеристика антипищевых веществ, содержащихся в пище. Компоненты пищи, неблагоприятно влияющие на организм. Новые продукты питания, разработанные отечественными и зарубежными учеными. /Лек/	9	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.7 Л2.6Л3.1
3.8	Пути обогащения пищевых рационов витаминами. Минеральные вещества – их роль и значение. Связь минерального и водного обмена. Токсические и защитные компоненты пищи. Характеристика защитного действия отдельных компонентов пищи. Источники защитных веществ пищи. Факторы, противодействующие влиянию защитных веществ. Характеристика антипищевых веществ, содержащихся в пище. Компоненты пищи, неблагоприятно влияющие на организм. Новые продукты питания, разработанные отечественными и зарубежными учеными. /Пр/	9	2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.6Л2.7 Л2.6Л3.1
3.9	Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Величина основного обмена. Энерготраты на конкретные виды деятельности. Классификация пищи. Химический состав и энергетическая ценность продуктов питания. Макронутриенты, микронутриенты, витамины, минеральные вещества. Значение различных нутриентов пищи для снабжения организма человека энергией. Физиологическая роль белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов в организме. Показатели биологической ценности белков, пищевых липидов. Роль витаминов в организме. Классификация и краткая характеристика витаминов. Пути обогащения пищевых рационов витаминами. Минеральные вещества – их роль и значение. Связь минерального и водного обмена. Токсические и защитные компоненты пищи. Характеристика защитного действия отдельных компонентов пищи. Источники защитных веществ пищи. Факторы, противодействующие влиянию защитных веществ. Характеристика антипищевых веществ, содержащихся в пище. Компоненты пищи, неблагоприятно влияющие на организм. Новые продукты питания, разработанные отечественными и зарубежными учеными. /Ср/	9	20	Л1.1 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.7 Л2.6Л3.1 Л3.2

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

Практическая работа
Темы докладов-презентации
Вопросы к зачёту

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации



Практическая работа

Тема 2. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах. Пищевые вещества и их значение в питании.

Практическое занятие № 1. Макронутриентная оценка суточного рациона питания спортсмена

Цель занятия: научить анализировать индивидуальный суточный рацион питания

Задание

- 1) оценить энергетическую ценность питания;
- 2) оценить сбалансированность питания;
- 3) проанализировать режим питания.

Практическое занятие № 2. Микронутриентная оценка суточного рациона питания

Цель занятия: научить анализировать индивидуальный суточный рацион питания

Задание:

- 1) рассчитать содержание витаминов, макро- и микроэлементов в среднесуточном рационе питания спортсмена;
- 2) оценить содержание микронутриентов в питании спортсмена;

Тема 3. Общие принципы спортивной нутрициологии.

Практическое занятие № 3. Способы осуществления эргогенической помощи спортсменам

Цель занятия: научить включать средства нутритивно-метаболической поддержки в рацион спортсмена.

Задание:

- 1) составить индивидуальную карту применения эргогенных нутрициологических средств для спортсмена в избранном виде спорта в подготовительном, соревновательном или восстановительном периодах подготовки (по выбору преподавателя).
- 2) обосновать выбор средств.

Темы докладов-презентации

1. Значение питания в системе подготовки спортсменов.
2. Особенности питания спортсменов.
3. Современное представление о специализированных продуктах питания для спортсменов.
4. Пути повышения работоспособности спортсменов с помощью факторов питания.
5. Прием жидкости и энергетических веществ в ходе выполнения физических упражнений.
6. Особенности режима питания спортсмена на разных этапах подготовки.
7. Основные требования к режиму и рациону питания в дни соревнований.
8. Биологически активные пищевые добавки для питания спортсменов.
9. Пищевые отравления.
10. Отечественный и зарубежный опыт в формировании индивидуального питания.
11. Обтичия БАД от лекарственных препаратов.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы к зачёту

1. Нутрициология – что это?
2. Пища, пищевые продукты, пищевые вещества
3. Белки, их биологические функции
4. Значение белков в питании спортсмена.
5. Жиры, их биологические функции
6. Жироподобные вещества
7. Углеводы, их биологические функции
8. Классификация углеводов
9. Пищевые волокна и их роль в питании
10. Гликемический индекс
11. Витамины: классификация, их значение
12. Витаминоподобные вещества, их значение
13. Минеральные вещества: их классификация, их функции
14. Питание: полноценное, сбалансированное, рациональное.
15. Режим питания
16. Классические теории питания
17. Альтернативные теории питания
18. Пищеварение



19. Функции пищеварительной системы
20. Пищеварительные ферменты и их особенности
21. Перистальтика и ее значение
22. Структура пищеварительной системы
23. Пробиотики и пребиотики
24. БАДы, пищевые добавки. консерванты
25. Основные положения организации питания юных спортсменов.
26. Питание во время соревнований

6.4. Критерии оценивания

Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

Оценка результатов работы:

Преподаватель наблюдает за действием каждого студента и отмечает правильность выполнения работы.

Практическая работа защищена, если она выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий; по результатам педагогического наблюдения выявлено, что студент знает и правильно понимает сущность выполняемой работы.

Критерии оценивания практической работы:

Оценка «Зачтено» ставится, если студент выполняет работу в полном объеме самостоятельно, в соответствии с методическими рекомендациями и соблюдением необходимой последовательности; показывает необходимые для проведения работы теоретические знания, практические умения и опыт деятельности; делает выводы по каждому заданию практической работы; оформляет работу аккуратно, в соответствии с предлагаемой формой фиксации результатов: записи, таблицы, формулы, вычисления; отвечает на контрольные вопросы, допуская не принципиальные ошибки и неточности, дает определение основных понятий и терминов, понимает связь между практической деятельностью и теоретическим материалом практического занятия.

Оценка «Не зачтено» ставится, если студент выполняет работу не в полном объеме, не показывает необходимые для проведения работы теоретические знания, практические умения и опыт деятельности; не делает выводы по каждому заданию практической работы; оформляет работу не аккуратно; не полностью отвечает на контрольные вопросы, допуская принципиальные ошибки, не дает определение основных понятий и терминов, не понимает связь между практической деятельностью и теоретическим материалом практического занятия.

2. 2. Подготовка доклада и презентации.

Доклад – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в устном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем доклада может достигать 4 – 6 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме доклада в виде набора слайдов и спецэффектов, подготовленных в выбранной программе.

Критерии оценки доклада:

- оценка «5 баллов» выставляется обучающемуся если содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; при изложении доклад имеет четкую композицию и структуру; в подаче материала отсутствуют логические нарушения; представлен качественный анализ найденного материала; отсутствуют лексические, стилистические и иные ошибки в изложении;
- оценка «4 балла» выставляется обучающемуся если содержание доклада соответствует заявленной в названии тематике; при изложении доклад имеет четкую композицию и структуру; в подаче материала присутствуют незначительные логические нарушения; представлен не полный анализ найденного материала; отсутствуют лексические, стилистические и иные ошибки в изложении и тексте;
- оценка «3 балла» выставляется обучающемуся если содержание доклада не совсем соответствует заявленной в названии тематике; в целом доклад имеет четкую композицию и структуру, но в подаче есть логические нарушения материала; не представлен анализ найденного материала; есть частые лексические, стилистические и иные ошибки в изложении;
- оценка «2 балла» выставляется обучающемуся если в содержание доклада не соответствует заявленной в названии тематике; в подаче материала есть нарушения композиции и структуры; есть логические нарушения в представлении материала; отсутствует анализ найденного материала; есть регулярные лексические, стилистические и иные ошибки в изложении.

«Зачтено», если 2 заданных вопроса раскрыты в полном объеме, изложены логично, без существенных ошибок.

Ответ не требует дополнительных вопросов, сделаны выводы, речь хорошая.



«Не зачтено» ставится, если в одном вопросе из двух в ответе имеются существенные ошибки, в том числе в выводах, аргументация слабая, изложение вопроса недостаточно самостоятельное, речь бедная.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л1.1	Макгрегор Р.	Спортивное питание: Что есть до, во время и после тренировки: практическое пособие (https://znanium.com/catalog/document?id=436615)	Москва : ООО "Альпина Паблишер", 2016	ЭБС
Л1.2	Нэнси К.	Спортивное питание для профессионалов и любителей. Полное руководство: практическое пособие (https://znanium.ru/catalog/document?id=441248)	Москва : ООО "Альпина Паблишер", 2018	ЭБС
Л1.3	Тель Л.З., Даленов Е.Д., Абдулдаева А.А., Коман И.Э.	Нутрициология: учебник (https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785423501433.html)	Москва : Литтерра, 2015	ЭБС
Л1.4	Дмитриев А. В., Гунина Л. М.	Спортивная нутрициология: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695542)	Москва : Спорт, 2022	ЭБС
Л1.5	Позняковский В. М., Спиричев В. Б.	Нутрициология: микронутриенты и минорные компоненты пищи: учебное пособие для вузов (https://e.lanbook.com/book/437258)	Санкт-Петербург : Лань, 2025	ЭБС
Л1.6	Позняковский В.М.	Безопасность продовольственных товаров (с основами нутрициологии): учебник (https://znanium.ru/catalog/document?id=458886)	Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2025	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Мойсеёнок А. Г.	Питание и обмен веществ: сборник научных трудов (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86755)	Минск : Белорусская наука, 2008	ЭБС
Л2.2	Фадеева В. В.	Питание ребенка от рождения до трех лет: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=98699)	Москва : Мир и образование, 2012	ЭБС
Л2.3	Смирнова М. А.	Лечебное питание. Рецепты при гастрите и язвенной болезни: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=213960)	Москва : РИПОЛ классик, 2013	ЭБС
Л2.4	Смирнова М. А.	Лечебное питание. Рецепты полезных блюд при сахарном диабете: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=213961)	Москва : РИПОЛ классик, 2013	ЭБС
Л2.5	Смирнова М. А.	Лечебное питание. Рецепты полезных блюд при повышенном холестерине: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=213962)	Москва : РИПОЛ классик, 2013	ЭБС
Л2.6	Смирнова М. А.	Лечебное питание. Рецепты полезных блюд при пониженном иммунитете: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=213963)	Москва : РИПОЛ классик, 2013	ЭБС
Л2.7	Смирнова М. А.	Лечебное питание. Рецепты полезных блюд при гипертонии: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=213964)	Москва : РИПОЛ классик, 2013	ЭБС

7.1.3. Методические разработки

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
--	---------	----------	---------------	--------



	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
ЛЗ.1	Полиевский С. А., Ямалетдинова Г. А.	Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов: учебник для вузов (https://urait.ru/bcode/566641)	Москва : Юрайт, 2025	ЭБС
ЛЗ.2	Козлов А. И.	Гигиена и экология человека. Питание: учебник для спо (https://urait.ru/bcode/566551)	Москва : Юрайт, 2025	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. URL: http://biblioclub.ru/			
Э2	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. URL: https://biblio-online.ru			
Э3	Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. URL: http://e.lanbook.com/			

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

LMS Moodle

Adobe Reader

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон.б-ка. – Москва, 1999 – . – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.09.2020). –Яз. рус., англ.
 2. Moodle [Электронный ресурс] : система управления обучением : [база данных] / Челяб. гос. ун-т. – Челябинск, б.г. – Доступ из сети ЧелГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.uio.csu.ru/login/index.php> (дата обращения: 01.09.2016).
 3. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система / Научно-издательский центр ИНФРА-М. – Москва, 2002 – . – Режим доступа: <http://znanium.com/> (дата обращения: 01.09.2020). Доступ открыт к книгам основной коллекции. После регистрации из сети университета доступ возможен с любого устройства, с выходом в Интернет.
 4. Издательство Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС). – Санкт-Петербург, 2010 – . – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети ЧелГУ. – URL: <http://e.lanbook.com/> (дата обращения: 01.09.2020).
 5. ИНФОРМИО [Электронный ресурс] : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научно-практическими материалами]. – Москва, 2010 – . – Доступ из сети университета : <http://www.informio.ru/> (дата обращения: 01.09.2016).
 6. Практикум психолого-педагогический-16 [Электронный ресурс]: электронный курс. – URL: <http://moodle.uio.csu.ru/course/view.php?id=1052>
 7. Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – Москва, 2001 – . – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети ЧелГУ – URL: <http://biblioclub.ru/> (дата обращения: 01.09.2020).
 8. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос.гос.б-ка. – Москва : Рос.гос. б-ка, 2003 – . – Доступ только из сети университета: <http://diss.rsl.ru/>(дата обращения: 01.09.2020).
- eLIBRARY.RU - НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)



В ходе изучения дисциплины студенты имеют доступ к современным электрон-ным базам данных, содержащим актуальную, в том числе зарубежную исследовательскую и иную профессиональную литературу по профилю подготовки, доступ к тематическим и профессионально ориентированным Интернет-ресурсам. Факультет психологии и педагогики располагает: аудиторией, оборудованную проектором NEC Projector NP 40 G, экраном Projecta Slim Screen, ноутбуком Toshiba, ноутбуком HP Compaq ауд. (ауд. 410); аудиторией для проведения семинарских и практических занятий на 25 посадочных мест, оборудованную учебной и мягкой мебелью, учебными муляжами, схемами, таблицам (ауд. 109); специализированной компьютерной аудиторией с выходом в Интернет и наличием внутренней сети на 19 компьютеров IntelPentium 2,6 GHz, видеопроектором Benq (ауд. 110); ноутбук Acer 2 GHz, видеопроектор Benq, интерактивная дос-ка SmartBoard (ауд. 111); кабинетом педагогики и психологии, оборудо-ванный 9 компьютерами IntelPentium 2,6 GHz с выходом в Интернет, видеопроектором Sanyo, учебной и научной литература, периодические издания (ауд.102); библиотекой (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных, Интернет-ресурсам).

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (вебинары, чаты, видео-конференции) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, электронная почта). Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и т.п.
Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося (мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения и с нарушением слуха, ассистивные информационные технологии).

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ с помощью специальных технических и программных средств к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах.

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и особенностям восприятия информации.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обучающимся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается по их заявлению предоставление в доступной форме в зависимости от их индивидуальных особенностей инструкции о порядке проведения промежуточной аттестации, оценочных средств и возможности ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование предоставленных ЧелГУ или собственных технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.