ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ЛИЛИСТАРФИТ»

УТВЕРЖДАЮ
Приказ №2 от 15.01.2026г.
Генеральный директор

_____/ Лосинская Л.В.

Дополнительная профессиональная программа –
программа повышения квалификации

«Нутрициология»

(50 часов)

г. Москва - 2026 г.

Содержание

1	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1	Цель реализации программы	3
1.2	Нормативно-правовые основания разработки программы	3
1.3	Задачи программы	3
1.4	Характеристика нового вида профессиональной деятельности	3
1.5	Требование к результатам освоения программы	4
1.6	Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы	7
1.7	Трудоемкость обучения	7
1.8	Форма обучения	7
1.9	Документ о квалификации	7
2	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
2.1	Учебный план	8
2.2	Календарный учебный график	9
2.3	Рабочая программа	10
2.4	Рекомендуемая литература	13
3	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	14
3.1	Материально-технические условия реализации программы	14
3.2	Организация образовательного процесса	14
3.3	Кадровое обеспечение образовательного процесса	15
4	ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	16
5	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	19

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Целью реализации дополнительной профессиональной программы – программы повышения квалификации «Нутрициология» (далее – программа) является развитие профессиональных компетенций в области формирования здорового образа жизни и нутрициологии для эффективного консультирования, профилактики нарушений пищевого поведения и разработки индивидуальных программ питания для различных групп населения, а также оценка влияния питания на физическую форму.

1.2. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки дополнительной профессиональной программы составляют:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минобрнауки России от 24.03.2025 № 266 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам";

Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 года N 950н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг».

1.3. Задачи программы:

1. Ознакомить с основами нутрициологии.
2. Развивать навыки составления индивидуальных программ питания с учётом физической активности, целей и особенностей клиента.
3. Ознакомить участников с основами анатомии и физиологии человека, структурой и функциями основных систем организма.
4. Объяснить принципы функционирования организма как единой системы.
5. Ознакомить с методами оценки состояния организма, анализом пищевого дневника и составлением рекомендаций по коррекции питания.

1.4. Характеристика программы

Вид профессиональной деятельности: осуществление пропаганды и обучение навыкам здорового образа жизни.

Таблица 1. Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональным стандартом

Наименование программы	Наименование выбранного профессионального стандарта (одного или нескольких), ОТФ и (или) ТФ	Уровень квалификации ОТФ и (или) ТФ
Нутрициология	Профессиональный стандарт:	6

	«Специалист по продвижению фитнес-услуг» ОТФ (А) Организация продвижения фитнес-услуг среди населения	

1.5. Требование к результатам освоения программы

1.5.1. Перечень профессиональных компетенций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения

Таблица 2. Перечень трудовых функций, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения:

Обобщеннная трудовая функция	Код	Наименование трудовой функции
Организация продвижения фитнес-услуг среди населения	А/04.5	Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом

1.5.2. Характеристика компетенций, формирующихся в результате освоения программы:

Таблица 3. Выпускник должен обладать компетенциями (по ФГОС ВО 49.03.01 Физическая культура (утв. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. N 940).)

Код компетенции	Наименование компетенции
ОПК-10	способностью формировать мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни
ПК-6	способностью осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни
ПК-19	способностью реализовывать программы для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания
ПК-30	способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности

1.5.3. Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения:

Знания:

- Основы анатомии и физиологии человека, взаимодействие систем организма.
- Биохимические процессы, связанные с обменом веществ и питания.
- Современные подходы к оценке состояния здоровья и потребностей организма в

качественном питании.
- Принципы разработки индивидуальных программ питания для здорового образа жизни.

Умения:
- Анализировать состояния здоровья и потребности клиентов на основе диагностики и оценки.
- Разрабатывать и корректировать индивидуальные планы питания.
- Использовать современные методы оценки пищевых и физиологических показателей.
- Обосновывать выбранные рекомендации с учётом научных данных и стандартов.
- Взаимодействовать с междисциплинарной командой специалистов (тренеры, диетологи).

Навыки:
- Проведения консультаций по вопросам питания и физического здоровья.
- Составления индивидуальных программ питания и образа жизни.
- Саморазвитие и постоянного обновления знаний в области нутрициологии.

Таблица 4. Планируемы результаты освоения программы

(программа направлена на освоение (совершенствование) следующих трудовых функций)

Обобщенная трудовая функция	Наименование трудовой функции	Трудовые действия	Необходимые умения	Необходимые знания
Организация продвижения фитнес-услуг среди населения	Реализация мероприятий по мотивации населения к занятиям фитнесом	Персонифицированное информирование населения об акциях, специальных мероприятиях с использованием информационных технологий и мобильных приложений Консультирование населения по вопросам ЗОЖ и физической активности	Выбирать оптимальные методы коммуникации с населением для регулярного взаимодействия Использовать методы персонифицированного информирования населения Разъяснять населению особенности и правила рационального питания при занятиях фитнесом	Возрастные особенности человека Основы ЗОЖ

1.6. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

Лица, желающие поступить на дополнительную профессиональную программу, должны иметь среднее профессиональное и (или) высшее образование либо получать среднее профессиональное и (или) высшее образование.

При освоении дополнительной профессиональной программы параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования удостоверение о повышении квалификации выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации[1].

1.7. Трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по данной образовательной программе составляет 50 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной учебной работы слушателя (при наличии).

1.8. Форма обучения

Заочная (с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

1.9. Документ о квалификации: лицу, успешно прошедшему итоговую аттестацию, выдается документ установленного образца о повышении (получении) квалификации.

[1] Часть 16 статьи 76 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Продолжительность академического часа составляет – 45 минут.

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)	Всего часов	В том числе:			Форма промежуточного/ итогового контроля
			Лекции/ вебинар	Самостоятельная работа	Итоговый и промежуточный контроль	
1	Модуль 0. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	0,69	0,69	-	-	-
2	Модуль 1. ОРГАНИЗМ КАК ЕДИНАЯ СИСТЕМА. ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ И АНАТОМИИ	4	2,53	0,77	0,7	Проверка самостоятельной работы
3	Модуль 2. РАЗБОР СИМПТОМАТИКИ И АНАЛИЗОВ	3	1,25	1,05	0,7	Проверка самостоятельной работы
4	Модуль 3. ВОДНЫЙ БАЛАНС	3,31	1,64	0,97	0,7	Проверка самостоятельной работы
5	Модуль 4. ОСНОВЫ ПИТАНИЯ ОРГАНИЗМА	7	5,11	1,19	0,7	Проверка самостоятельной работы
6	Модуль 5. ДЕТОКСИКАЦИЯ ОРГАНИЗМА	6	4,71	0,59	0,7	Проверка самостоятельной работы
7	Модуль 6. ВОСПОЛНЕНИЕ ДЕФИЦИТОВ	6	4,04	1,26	0,7	Проверка самостоятельной работы
8	Модуль 7. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОДУКТОВОЙ КОРЗИНЫ	4,5	3	0,8	0,7	Проверка самостоятельной работы
9	Модуль 8. ТЯЖЕЛЫЕ МЕТАЛЛЫ	2,5	1,12	0,68	0,7	Проверка самостоятельной работы
10	Модуль 9. ПАРАЗИТЫ И ПАТОГЕННЫЕ ОРГАНИЗМЫ	4	2,23	1,07	0,7	Проверка самостоятельной работы
11	Модуль 10. РАБОТА С ДЕТЬМИ	3	1,45	0,85	0,7	Проверка самостоятельной работы
12	Модуль 11. РАБОТА С КЛИЕНТОМ	3	1,23	1,07	0,7	Проверка самостоятельной работы
13	Итоговый контроль	3	-	-	3	Зачет
	Итого	**50**	**29**	**10,3**	**10,7**	

2.2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный график обучения является примерным, составляется и утверждается для каждой группы.

Начало обучения — по мере набора группы.

Трудоемкость обучения по программе составляет 50 академических часов, включая итоговый контроль. Продолжительность академического часа составляет – 45 минут.

№ п.п.	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей)	Количество часов	Период обучения/дни
1	Модуль 0. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	0,69	1 неделя обучения
2	Модуль 1. ОРГАНИЗМ КАК ЕДИНАЯ СИСТЕМА. ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ И АНАТОМИИ	4	1 неделя обучения
3	Модуль 2. РАЗБОР СИМПТОМАТИКИ И АНАЛИЗОВ	3	2 неделя обучения
4	Модуль 3. ВОДНЫЙ БАЛАНС	3,31	2 неделя обучения
5	Модуль 4. ОСНОВЫ ПИТАНИЯ ОРГАНИЗМА	7	3 неделя обучения
6	Модуль 5. ДЕТОКСИКАЦИЯ ОРГАНИЗМА	6	3 неделя обучения
7	Модуль 6. ВОСПОЛНЕНИЕ ДЕФИЦИТОВ	6	4 неделя обучения
8	Модуль 7. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОДУКТОВОЙ КОРЗИНЫ	4,5	4 неделя обучения
9	Модуль 8. ТЯЖЕЛЫЕ МЕТАЛЛЫ	2,5	5 неделя обучения
10	Модуль 9. ПАРАЗИТЫ И ПАТОГЕННЫЕ ОРГАНИЗМЫ	4	5 неделя обучения
11	Модуль 10. РАБОТА С ДЕТЬМИ	3	6 неделя обучения
12	Модуль 11. РАБОТА С КЛИЕНТОМ	3	6 неделя обучения
13	Итоговый контроль	3	6 неделя обучения
	Итого	**50**	6 недель обучения

2.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Модуль 0. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

Вводный урок (часть 1).
Вводный урок (часть 2)

Модуль 1. ОРГАНИЗМ КАК ЕДИНАЯ СИСТЕМА. ОСНОВЫ ФИЗИОЛОГИИ И АНАТОМИИ

Как взаимосвязаны органы и системы и как на самом деле работает организм.

Концепция здоровья.

Анатомия пищеварительной системы

Самостоятельная работа:

Напишите, почему важно рассматривать организм как единую систему и какие последствия возникают при работе только с одним органом без учета других систем.

Модуль 2. РАЗБОР СИМПТОМАТИКИ И АНАЛИЗОВ

Симптоматика и анализы.

Работа с лабораториями.

Альтернативные методики диагностики.

Самостоятельная работа:

Опишите, почему симптом — это не причина, а сигнал, и какую роль анализы играют в поиске первопричин нарушений в организме.

Модуль 3. ВОДНЫЙ БАЛАНС

Параметры биодоступной воды и норма потребления.

Фильтры и кондиционер для воды

Самостоятельная работа:

Напишите, как качество и количество воды влияет на обмен веществ, детоксикацию и общее самочувствие человека.

Модуль 4. ОСНОВЫ ПИТАНИЯ ОРГАНИЗМА

Аминокислоты.

Минералы.

Витамины.

Ферменты.

Жиры.

Микрофлора.

Клетчатка.

Самостоятельная работа:

Опишите, зачем организму нужны белки, жиры, углеводы, витамины и минералы и к каким проблемам приводят их дефициты.

Модуль 5. ДЕТОКСИКАЦИЯ ОРГАНИЗМА

Выбор продуктов для программ очищения и восстановления.

Вода и напитки для детокса.

Противопаразитарные средства.

Антиоксиданты.

Сорбенты.

Микрофлора.

Самостоятельная работа:

Напишите, зачем организму нужна детоксикация и какие системы участвуют в естественном очищении организма.

Модуль 6. ВОСПОЛНЕНИЕ ДЕФИЦИТОВ

Восстановление работы желчного пузыря и печени.

Восполнение дефицита белка.

Восполнение дефицита минералов.

Восполнение дефицита витаминов.

Восполнение дефицита жиров.

Самостоятельная работа:

Опишите, почему важно сначала восстановить усвоение нутриентов, а не просто восполнять дефициты витаминов и минералов.

Модуль 7. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОДУКТОВОЙ КОРЗИНЫ

Сахара.

Сахарозаменители.

Мучное.

Крупы.

Мясо, рыба.

Кисломолочные продукты.

Фрукты, овощи, зелень.

Напитки.

Суперфуды.

Самостоятельная работа:

Составьте пример базовой продуктовой корзины для здорового человека и кратко обоснуйте свой выбор.

Модуль 8. ТЯЖЕЛЫЕ МЕТАЛЛЫ

Тяжелые металлы.

Патогенное воздействие окружающей среды.

Детокс от тяжелых металлов

Самостоятельная работа:

Напишите, откуда тяжелые металлы попадают в организм и как они могут влиять на здоровье человека.

Модуль 9. ПАРАЗИТЫ И ПАТОГЕННЫЕ ОРГАНИЗМЫ

Патогенные и условно-патогенные микроорганизмы.

Гельминты.

Простейшие.

Бактерии.

Грибки.

Вирусы.

Организмы двойственной природы

Самостоятельная работа:

Опишите, как паразиты и патогенные микроорганизмы могут влиять на состояние ЖКТ, иммунитет и общее самочувствие.

Модуль 10. РАБОТА С ДЕТЬМИ

Основы прикорма

Основы питания детей

Детские программы очищения

Основные проблемы детского организма и пути их решения

Здоровье подростков

Программа восстановления для детей

Самостоятельная работа:

Напишите, чем питание и программы восстановления для детей отличаются от работы со взрослыми.

Модуль 11. РАБОТА С КЛИЕНТОМ

Этика и ответственность.

Алгоритм работы с клиентом

Самостоятельная работа:

Опишите ключевые принципы этики и ответственности нутрициолога в работе с клиентами.

ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ

2.4. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература:

1. Серебрякова А. А. Овсянникова Е. А. «Основы психологии: учеб. пособие /– 2-е изд., перераб.»: Флинта; Москва; 2015.-131 с.

2. Скальный, А.В. Основы здорового питания: пособие по общей нутрициологии/ А.В. Скальный, И.А. Рудаков, С.В. Нотова, Т.И. Бурцева, В.В. Скальный, О.В. Баранова. - Оренбург: ГОУ ОГУ, 2005.

3. Омаров Р.С., Сычева О.В. Основы рационального питания. Учебное пособие/ Р.С. Омаров, О.В. Сычева. - Москва: Direct Media, 2014.

Дополнительная литература:

1. Долганов Д.Н. Основы психологии. Учебное пособие. – Красноярск: НИЦ, 2021. – 60 с.
2. Ефимова Н.С. Основы общей психологии/ Н.С. Ефимова: - Москва, ИД «Форум» - ИНФРА-М, 2013;
3. Бессонов В.В. Нутрициология 2040 Горизонты науки глазами ученых/ В.В. Бессонов. - Санкт-Петербург: Фонд «Центр стратегических разработок «Северо-Запад», 2017.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Материально-технические условия реализации программы

Программа повышения квалификации реализуется исключительно с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ), на платформе для дистанционного обучения Геткурс.

Технические средства обучения: компьютер.

В учебном процессе используется мультимедиа и оргтехника, лекции сопровождаются слайдовыми презентациями.

Учебные занятия организуются с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в виде онлайн-курса, обеспечивающих для обучающихся независимо от их места нахождения и организации, в которой они осваивают образовательную программу, достижение и оценку результатов обучения путем организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет».

Для эффективного внедрения дистанционных образовательных технологий и использования электронных образовательных ресурсов имеется качественный доступ педагогических работников и обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

Услуга подключения к сети Интернет предоставляется в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учета объемов потребляемого трафика.

Для использования дистанционных образовательных технологий педагогическому работнику предоставляется свободный доступ к средствам информационных и коммуникационных технологий.

Рабочее место педагогического работника и обучающегося оборудовано персональным компьютером и компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном, аудиоколонками и(или) наушниками).

3.2. Организация образовательного процесса

Форма обучения – заочная с исключительным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: учебная нагрузка устанавливается не более 13 часов в неделю. Продолжительность академического часа составляет – 45 минут.

При реализации программы используются различные формы проведения занятий: выполнение самостоятельных и домашних заданий, обмен мнениями между преподавателями и слушателями.

Выбор методов обучения для каждого занятия определяется преподавателем в соответствии с составом и уровнем подготовленности обучающихся, степенью сложности излагаемого материала, наличием и состоянием учебного оборудования, технических средств обучения, местом и продолжительностью проведения занятий.

Теоретические занятия проводятся с целью изучения нового учебного материала. Изложение материала необходимо вести в форме, доступной для понимания обучающихся, соблюдать единство терминологии, определений и условных обозначений, соответствующих международным договорам и нормативным правовым актам. В ходе занятий преподаватель обязан соотносить новый материал с ранее изученным, дополнять основные положения примерами из практики, соблюдать логическую последовательность изложения.

Домашние занятия проводятся с целью закрепления теоретических знаний и выработки у обучающихся основных умений и навыков работы в ситуациях, максимально имитирующих реальные производственные процессы.

Обучение ведется на русском языке.

3.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими соответствующее профессиональное образование и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Образовательный процесс по образовательной программе обеспечивает преподаватели, соответствующие требованиям в сфере образования. Преподаватели должны иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы и повышение квалификации по направлению подготовки «Образование и педагогика».

Особые условия допуска к работе - отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При реализации образовательной программы оценка результатов освоения программы проводится в рамках промежуточного контроля и итоговой аттестации.

Порядок проведения промежуточного контроля и итоговой аттестации обучающихся устанавливается образовательной организацией.

Промежуточный контроль

Промежуточный контроль обучающихся предназначен для определения степени достижения учебных целей при изучении тем программы в целом. Форма промежуточного контроля – оценка самостоятельных работ.

Критерии оценивания промежуточного контроля: правильность ответа по содержанию занятия (учитывается количество и характер ошибок при ответе); полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.); сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала); логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией).

При проведении промежуточного контроля применятся зачетная система оценки: «зачтено»/ «не зачтено».

Отметка «зачтено»

Выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работал полностью самостоятельно: подобрал необходимые для выполнения предлагаемой работы источники знаний, применил теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформлена аккуратно, в оптимальной для фиксации результатов форме.

Отметка «не зачтено»

Выставляется в том случае, когда обучающийся оказался не подготовленным к выполнению этой работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

Итоговая аттестация проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, умений и навыков по образовательной программе; получения сведений для совершенствования педагогом образовательной программы и методики обучения.

К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план (индивидуальный учебный план) по программе.

В конце программы итоговая аттестация проводится в форме зачета.
Вопросы для итоговой аттестации приведены в приложении 1.

При проведении итоговой аттестации применятся зачетная система оценки: «зачтено»/ «не зачтено».

Отметка «зачтено»

Работа выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающийся работал полностью самостоятельно: подобрал

необходимые для выполнения предлагаемой работы источники знаний, показали необходимые для проведения самостоятельных работ теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформлена аккуратно, в оптимальной для фиксации результатов форме.

Отметка «не зачтено»

Выставляется в том случае, когда обучающийся оказался не подготовленным к выполнению этой работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

Цель итоговой аттестации:

Подведение итогов работы группы обучающихся по освоению дополнительной профессиональной программы.

Получение и обобщение сведений для совершенствования педагогом образовательного процесса по образовательной программе и методики обучения.

Задачи итоговой аттестации:

Определить степень результатов обучения по образовательной программе;

Проверка теоретических знаний и практических умений, обучающихся;

Закрепление теоретических знаний и практических умений по образовательной программе;

Реализация полученных знаний, умений и навыков в новых ситуациях.

Требования к итоговой аттестации:

Задачи итоговой аттестации должны определять, какой материал вынесен для подведения итогов выполнения образовательной программы.

Итоговая аттестация должна быть направлена на обобщение, повторение, подведение итогов изученного за учебный период.

Педагог определяет основные понятия, термины, необходимые для повторения и обобщения материала.

Форма проведения занятия должна соответствовать теме занятия, отвечать его задачам.

Структура итоговой аттестации:

Должна быть логичной и отвечать следующим требованиям:

Комплексное планирование познавательных и воспитательных задач.

Выделение главного в занятии.

Определение последовательности этапов и оптимальное распределение времени между ними.

Целесообразное применение разнообразных средств и методов обучения.

Дифференцированный и индивидуальный подход к обучающимся.

Создание необходимых материальных условий.

Подведение итогов аттестации.

По результату успешной сдачи итоговой аттестации, обучающемуся выдается сертификат установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговый контроль или получившим на итоговом контроле неудовлетворительные результаты, а также лица освоившим часть

дополнительной общеразвивающей образовательной программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или о периоде обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией. Документ об обучении выдается на бланке, образец которого самостоятельно устанавливается организацией.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: Ведется в электронном виде на обучающей платформе.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебное занятие строится следующим образом: его начало посвящено рассмотрению теоретического материала. В ходе рассказа, просмотра презентационного материала, лекции или беседы педагога, обучающиеся получают теоретические знания, которые затем должны реализовать в практических заданиях - упражнениях и творческих проектах. Практические задания выполняются индивидуально каждым обучающимся.

В ходе образовательного процесса в целях эффективности организации учебно-творческой деятельности обучающихся, педагогом могут быть использованы следующие приемы и методы:

- объяснительно – иллюстративный, он способствует правильной организации восприятия и первичного осмысления обучающимися новой информации с помощью рассказа, демонстрации наглядного материала и технических средств,
- репродуктивный метод, он направлен на формирование умений и навыков посредством выполнения практических упражнений, проведения беседы, повторения пройденного и т.п.,
- метод проекта, он способствует индивидуализации учебного процесса, развитию самостоятельности обучающихся, правильному планированию их учебной деятельности и исследовательской работы, продуктивному завершению работы.

Все методы и приёмы обучения находятся в тесной взаимосвязи. Взаимодействие разнообразных методов и принципов работы помогает педагогу реализовать цель – является развитие профессиональных компетенций в области психологии пищевого поведения и нутрициологии для эффективного консультирования, профилактики нарушений пищевого поведения и формирования здоровых пищевых привычек.

Задание для итогового контроля

Часть 1: Теоретические вопросы

1. Охарактеризуйте основные функции организма как единой системы/
2. Назовите и опишите основные признаки патологической симптоматики, которые могут встречаться в практике.
3. Что такое водный баланс организма? Почему его нарушение негативно сказывается на здоровье.
4. Перечислите основные принципы правильного питания.
5. Какие основные методы детоксикации организма используются в практике и в каких случаях они показаны&
6. Объясните, как происходит восстановление дефицитов витаминов и минералов/
7. Что входит в состав продуктовой корзины, и какие критерии ее формирования/
8. Какие виды тяжелых металлов наиболее опасны и каким образом они попадают в организм?
9. Какие особенности работы с детьми по аспектам питания и психологического воздействия выделены в Модуле 10?
10. Какие основные подходы и техники используются при работе с клиентами в сфере психологии пищевого поведения.

Часть 2: Практические задания

11. Составьте схему «Водный баланс организма», включив основные компоненты и механизмы их регуляции.

12. Приведите пример ситуационной задачи: у клиента обнаружена деформация питания из-за стресса. Опишите последовательность ваших действий.

13. Опишите план проведения оценки и корректировки продуктовой корзины для клиента с избыточным весом, хроническими проблемами ЖКТ и дефицитами витаминов.

Часть 3: Эссе (от 5 до 7 предложений)

14. Опишите принципы формирования здорового пищевого поведения подростка, учитывая особенности возрастных изменений.