

Автономная некоммерческая организация высшего
образования
«Медицинский институт им. Зернова М.С.»

Утверждаю:

Ректор

Жукова Н.А.

« 24 » 2025



Рабочая программа дисциплины
Основы здорового питания

Уровень
образования
Высшее –

специалитет
Специальность

32.05.01 Медико-профилактическое дело

Профиль Медико-профилактическое дело

Квалификация

Врач по общей гигиене, по эпидемиологии

Форма обучения

Очная

Ессентуки
2025

1. Пояснительная записка

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы здорового питания» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на I курсе во 2 семестре.

Цели изучения дисциплины: формирование основных понятий и терминов, используемых в гигиене питания, ознакомление с принципами рационального питания, алиментарными нарушениями и заболеваниями, возникающими при их несоблюдении, а также изучение воздействия на состояние здоровья пищевых продуктов, не отвечающим санитарным требованиям.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по учебной дисциплине (модулю)
ОПК-2. Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний населения	ОПК - 2.1. Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	Знать основные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики алиментарных заболеваний Уметь применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний
	ОПК-2.2. Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	Владеть навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровое питание, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.
ПК-4. Способен и готов к разработке, организации и выполнению комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных	ПК-4.1. Знает принципы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения	Знать принципы организации здорового питания, направленные на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения Уметь организовать здоровое питание. Владеть навыками оценки характера питания населения с целью разработки профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной

контингентов населения	заболеваемости
------------------------	----------------

2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Типы задач профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины:
- профилактический.

2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции

Изучение учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций

№ п/п	Номер/ индекс компетенции (или его части) и ее содержание	Номер индикатора компетенции (или его части) и его содержание	Индекс трудовой функции и ее содержание	Перечень практических навыков по овладению компетенцией	Оценочные средства
1	2	3	4	5	6
1	ОПК-2. Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний населения	ОПК-2.1. Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний ОПК-2.2. Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	С/01.7 Организация и проведение санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.	обучение населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного и профилактического характера с оценкой их эффективности	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
2	ПК-4. Способен и готов к разработке, организации и выполнению комплекса санитарно-гигиенических и медико-	ПК-4.1. Знает принципы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий,	С/01.7 Организация и проведение санитарно-противоэпидемических (профилактических)	оценка адекватности питания и гигиенической грамотности, формирование у населения позитивной мотивации,	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

	профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения	направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения	мероприятий.	направленной на сохранение и повышение уровня здоровья	
--	---	---	--------------	--	--

3. Содержание рабочей программы

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов/ зачетных единиц	Семестры
			часов
			2
1		2	3
Контактная работа (всего), в том числе:		72/2,0	72
Лекции (Л)		22/0,6	22
Практические занятия (ПЗ)		50/1,4	50
Самостоятельная работа обучающихся, в том числе:		36/1,0	36
Подготовка к занятиям (ПЗ)		14/0,4	14
Подготовка к текущему контролю (ПТК)		10/0,3	10
Подготовка к промежуточному контролю (ППК)		12/0,3	12
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3	3
	экзамен (Э)	-	
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	108	108
	ЗЕТ	3	3

3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины

№ п/п	Индекс компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела (темы разделов)
1	ОПК-2 ПК-4	Введение в дисциплину. Основные понятия здорового питания	1.1. Факторы, определяющие здоровое питание. 1.2. Принципы пропаганды здорового питания. Организация общественных акций по пропаганде здорового питания. Общие принципы профилактики заболеваний пищеварительной системы. 1.3. Здоровое питание: определение, пути

			организации. Социальная престижность здорового питания. 1.4. Гигиенические подходы к формированию здорового питания. Значение гигиенического воспитания в формирование здорового питания. Виды и формы санитарно-просветительной работы по формированию здорового питания, их характеристика.
2	ОПК-2 ПК-4	Общая характеристика питания человека	2.1.Строение и функции пищеварительной системы.2.2.Современные виды питания. Вегетарианское, смешанное и другие виды питания. Принципы питания. Умеренность, сбалансированность. Биологическая ценность в питании (сыроедение, диетическое питание). Проблема смешанного питания. Правила сочетания питания.
3	ОПК-2 ПК-4	Рациональное питание	3.1. Значение питания как важнейшего фактора сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности. 3.2.Гигиенические требования к пище и питанию в современных условиях. Пищевые вещества. 3.3. Калорийность питания в зависимости от энергозатрат.
4	ОПК-2 ПК-4	Углеводы и роль в питании человека	4.1. Роль углеводов в жизнедеятельности организма. 4.2.Причины нарушения обмена углеводов. 4.3.Заболевания, вызванные нарушением углеводного обмена. Меры профилактики.
5	ОПК-2 ПК-4	Белки – как важнейшие питательные вещества, их роль в питании человека.	5.1.Биологическая роль белков. Белковосодержащие продукты. Энергетическая ценность белков. 5.2.Белковая недостаточность: причины и симптомы. Меры профилактики.
6	ОПК-2 ПК-4	Липиды и роль в питании человека	6.1. Строение, свойства, классификация, биологическая роль липидов. Биологическая ценность жиров. 6.2.Характеристика жиров пищевых продуктов, их энергетическая ценность. Потребность в жирах людей разного возраста, пола, разного характера труда, разного местожительства. 6.3. Фосфолипиды, их биологическая ценность. Холестерин. Причины нарушения обмена жиров в организме человека. Проблемы ожирения.
7	ОПК-2 ПК-4	Витамины и ферменты, классификация, их биологическая роль в питании	7.1. Общая характеристика, номенклатура и классификация витаминов. Основные жир- и водорастворимые витамины. 7.2. Биологическая роль витаминов. Авитаминозы и гиповитаминозы, и их причины. 7.3. Влияние характера питания на

			витаминную недостаточность.
8	ОПК-2 ПК-4	Минеральные вещества. Их роль в жизнедеятельности организма.	8.1. Общая характеристика. Роль минеральных веществ в жизнедеятельности организма. 8.2. Причины нарушения обмена минеральных веществ в организме человека. Меры профилактики.
9	ОПК-2 ПК-4	Пищевые добавки и их биологическая роль	9.1. Продукты, содержащие биологически активные вещества. Влияние цивилизации и научно-технического процесса на продукты питания, изменение их химического состава. 9.2. Альтернативные пути повышения уровня здоровья, продолжительности жизни, роль пищевых добавок для организма человека.
10	ОПК-2 ПК-4	Лечебно-профилактическая роль питания. Способы приготовления пищи.	10.1. Голод и аппетит. Кулинарная обработка пищевых продуктов, «живая» и «мертвая» пища. Гигиенисты и их взгляд на питание (П. Брегг, Г. Шелтон, Н. Уокер). 10.2. Концепция чистого организма. Очищение организма и здоровье. Голодание, пост, разгрузочно-диетическая терапия. Правила приема пищи.
11	ОПК-2 ПК-4	Вода как основа жизни	11.1. Значение воды в жизнедеятельности организма. 11.2. Нормы потребления воды в зависимости от возраста, пола, образа жизни, вида трудовой деятельности. Водный комфорт. Понятие. 11.3. Причины обезвоживания организма. Симптомы водной недостаточности. Меры профилактики.

3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛП	ПЗ, ПП	СР	Всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	Введение в дисциплину. Основные понятия здорового питания.	2	-	4	3	9	1-3 письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
2	2	Общая характеристика	2	-	5	4	11	1-3 письменное

		питания человека.						тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
3	2	Рациональное питание.	2	-	5	4	11	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
4	2	Углеводы и их роль в питании человека.	2	-	4	3	9	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
5	2	Белки – как важнейшие питательные вещества, их роль в питании чело- века.	2	-	4	3	9	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
6	2	Липиды и их роль в питании человека	2	-	4	3	9	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение

								ситуационных задач, контрольное занятие
7	2	Витамины и ферменты, классификация, их биологическая роль в питании	2	-	5	3	10	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
8	2	Минеральные вещества. Их роль в жизнедеятельности организма.	2	-	5	3	10	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
9	2	Пищевые добавки и их биологическая роль	2	-	4	3	9	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
10	2	Лечебно-профилактическая роль питания	2	-	5	4	11	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
11	2	Вода как основа жизни	2	-	5	3	10	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль

								выполнения СР, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
		ИТОГО	22	-	50	36	108	зачет

3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины.

№ п/п	Название тем лекций учебной дисциплины	Семестр
		2
1	2	3
1	Введение в дисциплину. Основные понятия здорового питания	1
2	Строение и функции пищеварительной системы	2
3	Современные виды питания	2
4	Гигиенические требования к пище и питанию в современных условиях	2
5	Калорийность питания в зависимости от энергозатрат организма	2
6	Углеводы и их роль в питании человека	1
7	Ожирение проблема современности. Меры профилактики	2
8	Белки – как важнейшие питательные вещества, их роль в питании человека	1
9	Липиды и их роль в питании человека	1
10	Витамины и ферменты, классификация, их биологическая роль в питании	2
11	Минеральные вещества. Их роль в жизнедеятельности организма	2
12	Пищевые добавки и их биологическая роль	2
13	Лечебно-профилактическая роль питания	1
14	Значение воды в жизнедеятельности организма	1
	ИТОГО	22

3.5. Название тем практических занятий, в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины.

№ п/п	Название тем практических занятий учебной дисциплины	Семестр
		2
1	2	3
1.	Введение в дисциплину. Основные понятия	2
2.	Строение и функции пищеварительной системы	3
3.	Современные виды питания. Вегетарианское, смешанное и другие виды питания. Принципы питания	3
4.	Гигиенические требования к пище и питанию в современных условиях.	3
5.	Калорийность питания в зависимости от энергозатрат организма	3
6.	Принципы рационального питания. Суточный рацион. Требования к суточному рациону.	3

7.	Роль углеводов в жизнедеятельности организма	3
8.	Биологическая роль белков. Белковая недостаточность: причины и симптомы. Меры профилактики	3
9.	Строение, свойства, классификация, биологическая роль липидов. Биологическая ценность жиров	3
10.	Фосфолипиды, их биологическая ценность. Холестерин. Причины нарушения обмена жиров в организме человека. Проблемы ожирения	3
11.	Общая характеристика, номенклатура и классификация витаминов. Основные жир- и водорастворимые витамины	3
12.	Роль минеральных веществ в жизнедеятельности организма. Причины нарушения обмена минеральных веществ в организме человека	3
13.	Пищевые добавки и их биологическая роль	3
14.	Лечебно-профилактическая роль питания. Способы приготовления пищи. Голод и аппетит	3
15.	Рацион питания в период повышенных физических и умственных нагрузок.	3
16.	Очищение организма и здоровье. Голодание, пост, разгрузочно-диетическая терапия. Правила приема пищи.	3
17.	Водный комфорт. Понятие. Причины обезвоживания организма. Симптомы водной недостаточности. Меры профилактики.	3
	ИТОГО	50

3.6. Лабораторный практикум не предусмотрен учебным планом.

3.7. Самостоятельная работа обучающегося

3.7.1. Виды СР (АУДИТОРНАЯ РАБОТА) не предусмотрена

3.7.2. Виды СР (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА)

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СР	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	2	Заболевания, связанные с избыточным питанием	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
2.	2	Использование в питании несочетаемых продуктов	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
3.	2	Заболевания пищеварительной системы связанные с избыточным и недостаточным питанием	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
4.	2	Значение белков, жиров и углеводов в питании здорового и больного человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
5.	2	Значение микроэлементов в питании здорового и больного человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
6.	2	Вредное воздействие нитратов и нитритов на организм человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3

7.	2	Определение понятие «лишний вес»	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
8.	2	Адаптационные возможности организма при голодании	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
9.	2	Питание организма при выполнении физических нагрузок	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
10.	2	Пищевые добавки: польза и вред	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
11.	2	Повышение сопротивляемости организма питанием	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
12.	2	Влияние паразитов на обмен веществ	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
ИТОГО часов в семестре:				36

3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов

Семестр № 2

1. Здоровое питание и факторы его формирования.
2. Суточный рацион. Требования к суточному рациону.
3. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, их значение в питании.
4. Биологические аспекты здорового питания.
5. Питание в разные возрастные периоды.
6. Важнейшие условия здорового питания.
7. Причины избыточного веса и ожирения. Определение ИМТ.
8. Пищевые инфекции и отравления.
9. Биологически активные добавки. Польза и вред.
10. Витаминоподобные вещества, минеральные элементы, их значение для нормального функционирования живых организмов. Потребности организма.
11. Курение и пищеварительный тракт.
12. Алкоголь и пищеварительный тракт.
13. Использование в питании несочетаемых продуктов.
14. Причины недостаточного питания.
15. Домашнее питание и питание вне дома: достоинства и недостатки.
16. Питание отдельных групп населения (общественное питание).
17. Понятие определения «национальная кухня». Виды.
18. Вода как основа жизнедеятельности организма.
19. Энергетические затраты и энергетическая ценность питания. Понятие «энергетический баланс».
20. Регулируемые и нерегулируемые траты энергии, потребность в калориях.
21. Пищевые волокна и их роль в обмене веществ.
22. Избыточное питание, как причина заболеваний различных органов.
23. Определение и классификация пищевых отравлений бактериальной, микробной и немикробной природы.
24. Основные принципы организации оздоровительного питания.

25. Основные факторы, определяющие здоровье обучающихся.
26. Особенности питания в зависимости от трудовой деятельности.
27. Профилактика инфекций и отравлений различной природы.
28. Понятие о рациональном, сбалансированном питании.
29. Методы изучения питания.
30. Питание отдельных групп населения (общественное питание).
31. Хранение и обработка готовых блюд и кулинарных изделий.
32. Принципы и нормы рационального питания.
33. Основы личной гигиены работников общественного питания.
34. Проблемы формирования здорового питания жизни на этапах развития человека.
35. Кулинарная обработка мяса, рыбы и овощей: холодная, тепловая, варка и жарение.
36. Стресс и питание.
37. Виды питания (вегетарианское, смешанное, сыроедение) и другие виды питания.
38. Физическая культура и оздоровительное питание.
39. Рестораны быстрого питания: вред и польза.
40. Роль семьи в системе здорового питания.
41. Кофе, соль, сахар – наши друзья или враги?
42. Оценка здорового питания, ее методы.
43. Подходы к организации и проведению оздоровительного питания в разные возрастные периоды.
44. Основные применяемые материалы для изготовления посуды.
45. Правила кулинарной обработки пищевых продуктов.
46. Профилактика заболеваний, связанных с некачественным питанием.
47. Особенности рационального (здорового) питания для различных групп населения: детей и подростков, пожилых людей, работников умственного труда, спортсменов.
48. Особенности рационального (здорового) питания для лиц, проживающих в неблагоприятных климатических и экологических условиях.
49. Значение пищевых цепей миграции токсических и радиоактивных веществ через пищевые продукты к человеку.
50. Качество и безопасность пищевых продуктов.
51. Понятие «диетическое питание».
52. Питание и иммунитет.

4. Оценочные материалы для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины

4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции: ОПК-2. Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний населения.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
ОПК - 2.1. Умеет планировать и	Знать основные методы и средства информирования	Не умеет планировать и применять наиболее	Умеет планировать и применять наиболее

применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики алиментарных заболеваний Уметь применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	эффективные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	эффективные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний
ОПК-2.2. Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	ОПК-2.2. Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	Не владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.

Код и формулировка компетенции: ПК-4. Способен и готов к разработке, организации и выполнению комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
ПК-4.1. Знает принципы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение	Знать принципы организации здорового питания, направленные на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения Уметь организовать здоровое питание. Владеть навыками	Не знает способы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов	Хорошо знает способы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости

неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения	оценки характера питания населения с целью разработки профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости	населения	различных контингентов населения
--	--	-----------	----------------------------------

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ОПК - 2.1. Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	Знать основные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики алиментарных заболеваний Уметь применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом питании, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ОПК-2.2. Владеет навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровый образ жизни, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	Владеть навыками подготовки устного выступления или печатного текста, пропагандирующих здоровое питание, повышающих грамотность населения в вопросах санитарной культуры и профилактики.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-4.1. Знает принципы организации комплекса санитарно-гигиенических и медико-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной	Знать принципы организации здорового питания, направленные на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости различных контингентов населения Уметь организовать здоровое питание. Владеть навыками оценки характера питания населения с	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

заболеваемости различных контингентов населения	целью разработки профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижение неинфекционной заболеваемости	
---	--	--

5. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины

1.	Лапкин, М. М. Основы рационального питания : учебное пособие / М. М. Лапкин [и др.] ; под ред. М. М. Лапкина. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-5210-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452103.html
2.	Королев, А. А. Гигиена питания : руководство для врачей / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-МЕДИА, 2021. - 572, [4] с. : ил.
3.	Королев, А. А. Гигиена питания : Руководство для врачей / А. А. Королев. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 624 с. - ISBN 978-5-9704-3706-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437063.html

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля)

1. <https://www.medicinform.net/> (Медицинская информационная сеть)
2. <https://www.studentlibrary.ru/> (Консультант студента)

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине

6.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине

Малый лекционный зал:

(Учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, практических и лабораторных занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения с перечнем основного оборудования)

Оборудование

Многофункциональный комплекс преподавателя (стол учительский-1шт., стул учительский -1шт.,

Стул с пюпитром - 78 шт

Доска - 1 шт

Проектор - 1 шт

Экран - 1 шт

Ноутбук - 1 шт

Помещение для самостоятельной работы обучающихся, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования
оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной Института

6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы

1. <http://www.pubmedcentral.nih.gov> - U.S. National Institutes of Health (NIH). Свободный цифровой архив журнальных публикаций по результатам биомедицинских научных исследований.
2. <http://medbiol.ru> - Сайт для образовательных и научных целей.
3. <http://www.biochemistry.org> - Сайт Международного биохимического общества (The International Biochemical Society).
4. <http://www.clinchem.org> - Сайт журнала Clinical Chemistry. Орган Американской ассоциации клинической химии - The American Association for Clinical Chemistry (AACC). (Международное общество, объединяющее специалистов в области медицины, в сферу профессиональных интересов которых входят: клиническая химия, клиническая лабораторная наука и лабораторная медицина).
5. <http://biomolecula.ru/> - биомолекула - сайт, посвящённый молекулярным основам современной биологии и практическим применениям научных достижений в медицине и биотехнологии.
6. <https://www.merlot.org/merlot/index.htm> - MERLOT - Multimedia Educational Resource for Learning and Online Teaching.
7. www.elibrary.ru - национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)
8. www.scopus.com - крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)
9. www.pubmed.com - англоязычная текстовая база данных медицинских и биологических публикаций (профессиональная база данных).