

**Общество с ограниченной ответственностью
«Международная академия дополнительного
профессионального образования»**

«СОГЛАСОВАНО»

Директор института непрерывного образования
и профессионального развития ФГАОУ ВО
РНИМУ им. Н. И. Пирогова,
к.м.н., доцент Природова О.Ф.

«25» марта 2026 г.

«ОДОБРЕНО»

Председатель цикловой методической
комиссии института непрерывного
образования и профессионального развития
д. м. н., доцент Фомина М. А.

«25» марта 2026 г.

Протокол заседания цикловой методической
комиссии ИНОПР от «25» марта 2026 г. №6

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ООО «Международная
академия дополнительного
профессионального
образования» Астафьева Т.В.

«23» марта 2026 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«ПРИНЦИПЫ СОСТАВЛЕНИЯ РАЦИОНА ПИТАНИЯ
ЧЕЛОВЕКА»**

Трудоемкость обучения: 22 ак.ч.

Форма обучения: заочная.

Лекции: 20 ак.ч.

Форма итогового контроля: зачёт

Москва, 2026

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Принципы составления рациона питания человека» реализуется в сетевой форме. Базовая организация – ООО «Международная академия дополнительного профессионального образования»; организация - участник – ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет)

Глоссарий

ДПО - дополнительное профессиональное образование;

НПК - надпрофессиональная компетенция

ЛЗ - лекционные занятия

ДОТ - дистанционные образовательные технологии

ИА - итоговая аттестация

УП - учебный план

КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ

1. Общая характеристика Программы

- 1.1. Нормативно-правовая основа разработки программы
- 1.2. Категории обучающихся
- 1.3. Цель реализации программы
- 1.4. Планируемые результаты обучения

2. Содержание Программы

- 2.1. Учебный план
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Рабочие программы модулей
- 2.4. Оценка качества освоения программы
 - 2.4.1. Формы промежуточной (при наличии) и итоговой аттестации
 - 2.4.2. Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала Программы
- 2.5. Оценочные материалы

3. Организационно-педагогические условия Программы

- 3.1. Материально-технические условия
- 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение
- 3.3. Организация образовательного процесса

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Нормативная правовая основа разработки Программы

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 76;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам утвержден приказом Минобрнауки России от 24 марта 2025 года №266);
- Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утверждено постановлением Правительства РФ от 11 октября 2023 года № 1678);
- Лицензия Департамента образования и науки города Москвы на осуществление образовательной деятельности общества с ограниченной ответственности «Международная академия дополнительного профессионального образования» (ООО «МАДПО») от 08 июля 2020 года, регистрационный № ЛО35-01298-77/00180604;
- Лицензия Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки на осуществление образовательной деятельности федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации (ФГАОУ ВО РНИМУ ИМ. Н.И. ПИРОГОВА МИНЗДРАВА РОССИИ (ПИРОГОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ)) от 07 октября 2024 года, регистрационный № ЛО35-00115-77/00096954.

1.2 Категории обучающихся

Лица, имеющие или получающие:

- высшее образование по специальности без предъявления требований к стажу работы;
- среднее профессиональное образование по специальности без предъявления требований к стажу работы.

1.3 Цель реализации программы

Формирование новых надпрофессиональных компетенций, знаний, умений и практических навыков, в области нутрициологии и диетологии, разработку персонализированного рациона питания в рамках имеющейся квалификации.

1.4. Планируемые результаты обучения

1.4.2. В результате освоения программы у обучающихся формируются следующие НПК:

НПК	Описание компетенции
-----	----------------------

НПК-1	Готовность к составлению рациона питания здорового человека
	должен знать: <ul style="list-style-type: none"> - Значение макро- и микронутриентов, их роль в организме человека; - Возрастные особенности рациона; - Принципы составления рациона;
	должен уметь: <ul style="list-style-type: none"> - Дифференцировать дисбалансы, связанные с питанием и образом жизни. - Оценить пищевой статус; - Составить рацион здорового человека в разные возрастные периоды жизни

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Принципы составления рациона питания человека» 22 ак. часа;
форма обучения очно-заочная, с использованием ДОТ и ЭО
(заочная часть составляет 22 ак. ч.)

Код	Наименование разделов, модулей	Всего часов	Часы с ДОТ и ЭО	В том числе				СР	Атте-стац-ния	Форма контр-оля	ПК
				ЛЗ	СЗ	ПЗ					
						Всег-о	в т.ч. СО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
I.	Наименования модулей										
1.	Принципы составления рациона питания человека	20	20	20	-	-	-	-	-	-	НПК 1
II.	Итоговая аттестация	2	2						2	ИА	
III.	Всего по программе	22	22	20	-	-	-	-	2		

**ЛЗ - лекционные занятия, СЗ- семинарские занятия, ПЗ - практические занятия, СО - симуляционное обучение, СР - самостоятельная работа

1.4 Календарный учебный график

Учебные занятия проводятся в течение 12 недель. Заочная часть составляет 18 ак.час. Обучение проводится на платформе <https://my.edprodpo.ru/>. Доступ к электронным образовательным материалам, размещенным на платформе EDPRO, открыт на протяжении всего обучения, круглосуточно.

2.3 Рабочие программы учебных модулей

МОДУЛЬ 1

Принципы составления рациона питания человека

Код	Наименование тем (подтем, элементов, подэлементов)
1.1.	Введение в специальность
1.2.	Принципы составления рациона для здорового человека
1.3.	Особенности питания детей первых трех лет жизни
1.4.	Особенности питания дошкольников
1.5.	Особенности питания школьников и подростков
1.6.	Особенности питания людей работоспособного возраста
1.7.	Особенности питания пожилых лиц и лиц старческого возраста
1.8.	Особенности рациона при избыточной массе тела
1.9.	Особенности рациона спортсменов и при занятиях спортом: как не совершить ошибку

Распределение реализации частей дополнительной профессиональной программы – программы повышения квалификации «Принципы составления рациона питания человека»

№	Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули), иные компоненты, входящие в состав образовательной программы	Распределение объемов учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов между сторонами (ак.ч)		Общий объем программы (ак.ч.)
		Базовая организация объем, (ак.ч)	Организация-участник объем, (ак.ч)	
1	Вводный модуль	2	-	2
2	Принципы составления рациона для здорового человека	-	2	2
3	Особенности питания детей первых трех лет жизни	-	4	4
4	Особенности питания дошкольников	-	2	2
5	Особенности питания школьников и подростков	-	2	2
6	Особенности питания людей работоспособного возраста	-	2	2
7	Особенности питания пожилых лиц и лиц старческого возраста	-	2	2
8	Особенности рациона при избыточной массе тела	-	2	2
9	Особенности рациона спортсменов и при	-	2	2

	занятиях спортом: как не совершить ошибку			
10	Итоговая аттестация	1	1	2
	Общий объем программы (ак.ч.)	3	19	22

1.5 Оценка качества освоения программы

2.4.1 Форма итоговой аттестации.

2.4.1.1 Контроль результатов обучения проводится:

- в виде итоговой аттестации (ИА). Обучающийся допускается к ИА после освоения рабочих программ учебных модулей в объеме, предусмотренном учебным планом (УП), при успешном прохождении всех ПА (при наличии) в соответствии с УП. Форма итоговой аттестации – зачет, который проводится посредством тестового контроля в информационной образовательной среде EDPRO и собеседования.

2.4.1.2 Лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим ИА, выдаётся удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

2.4.2 Шкала и порядок оценки степени освоения обучающимися учебного материала Программы определяется Положением о проведении промежуточной аттестации и осуществления текущего контроля успеваемости обучающихся по дополнительным профессиональным программам, в ООО «МАДПО», Положением об итоговой аттестации при реализации дополнительных профессиональных программ в ООО «МАДПО».

2.5 Оценочные материалы

Оценочные материалы представлены в виде тестов, ситуационных задач, вопросов для собеседования в Приложении к программе.

Примеры оценочных материалов:

Тест

1		Какой продукт может способствовать повышению уровня серотонина?		
		Белый хлеб		
	*	Бананы		
		Красное мясо		
		Газированные напитки		
2		Какие из следующих факторов могут влиять на баланс нейромедиаторов?		
	*	Сон		
	*	Диета		
		Время суток		
	*	Экологическая обстановка		

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1 Материально-технические условия

3.1.1 Перечень помещений Университета и/или медицинской организации, предоставленных структурному подразделению для образовательной деятельности:

№№	Наименование ВУЗА, учреждения здравоохранения, адрес	Вид занятий	Этаж, кабинет
1.	ООО «Международная академия дополнительного профессионального образования» (Москва, 1 Магистральный тупик, 11с1)	ЛЗ, ИА	https://my.edprodpo.ru/

3.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение

3.2.1 Литература

№№	Основная литература
1.	В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, А.В. Погожева. Нутрициология. Полное руководство для практикующих специалистов по питанию. М.: Эксмо, 2026. 432 с.
2.	Нутрициология и клиническая диетология. Национальное руководство под ред В.А.Тутельяна, Д.Б. Никитюка. – М. Геотар-Медиа - 2026г – 3 издание – 1030с
3.	МР 2.3.1.0253-21 Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. – 2021г
	Дополнительная литература
4.	Ткаченко Е.И., Успенский Ю.П. Питание, микробиоценоз и интеллект человека. СПб.: СпецЛит, 2018. 176 с.
5.	Мартинчик А.Н., Маев И.В. Общая нутрициология. 3-е изд., перераб. и доп. М.: МЕДпресс-информ, 2005. 432 с.
6.	Мотова Е. Еда для радости. Записки неравнодушного врача. М.: АСТ, 2022. 320 с.

3.2.2 Информационно-коммуникационные ресурсы

№№	Наименование ресурса	Электронный адрес
1.	Официальный сайт Минздрава России	http://www.rosminzdrav.ru
2.	Российская государственная библиотека (РГБ)	https://www.rsl.ru
3.	Издательство РАМН (книги по всем отраслям медицины)	www.iramn.ru

4.	Образовательная платформа “Открытое образование”	https://openedu.ru
	Образовательная платформа “Лекториум”	https://www.lektorium.tv

3.3. Организация образовательного процесса

Образовательная деятельность по Программе, реализуется с использованием сетевой формы на платформе <https://my.edprodpo.ru/>.

Базовая организация – организация, осуществляющая образовательную деятельность, в которую обучающийся принят на обучение в соответствии со статьей 55 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и которая несет ответственность за реализацию сетевой образовательной программы, осуществляет контроль за участием организаций-участников в реализации сетевой образовательной программы, обеспечивает (по отдельным элементам программы) проведение лекций, практических занятий и итоговой аттестации с привлечением высококвалифицированных специалистов – «ООО «Международная академия дополнительного профессионального образования»

Организация-участник – организация, обладающая ресурсами для осуществления образовательной деятельности по сетевой образовательной программе – ФГАОУ РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (Пироговский Университет), - обеспечивает (по отдельным элементам программы) проведение лекций, практических занятий с привлечением высококвалифицированных специалистов.

В программе используются следующие виды учебных занятий: лекция, практическое занятие, самостоятельная работа.

1. Лекции проводятся полностью с ДОТ и ЭО, заочно (асинхронно), в виде изучения записи видеолекций и/или изучения записи видеоконференций;

3.4. Информационная образовательная среда ООО «МАДПО»

Обучающиеся, в течение всего периода обучения, обеспечиваются доступом к информационной образовательной среде <https://my.edprodpo.ru/>, в которой размещены контрольно-измерительные материалы, записи видеолекций, описание ситуационных задач, учебно-методические и нормативные материалы и т.п.

После внесения данных обучающегося в систему дистанционного обучения слушатель получает идентификатор - логин и пароль, что позволяет ему входить в систему ДОТ и ЭО под собственными идентификационными данными.

Информационная образовательная среда обеспечивает:

- возможность входа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;
- одновременный доступ обучающихся по Программе;
- доступ к учебному содержанию Программы и электронным образовательным ресурсам в соответствии с формой обучения;

- фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной (при наличии) и итоговой аттестаций.