

Утверждено
Директор ООО «ИНФОУРОК»
В.А. Шишко

Курс повышения квалификации «Специфика питания детей, занимающихся различными видами спорта»

Учебная программа курса

Автор курса	Пичугина Полина Ивановна, технолог общественного питания, преподаватель психологии и физической культуры в дошкольном учреждении
Цель	Совершенствование профессиональных компетенций слушателей в области организации питания в спортивных школах и детских спортивных лагерях и спортивного питания у детей
Задачи	1) Рассмотреть основные требования к спортивному детскому питанию; 2) Изучить детские виды спорта для разного возраста; 3) Выявить особенности правильного питания детей, занимающихся разными видами спорта; 4) Рассмотреть правила питания детей в спортивных школах; 5) Изучить меню спортсменов, а также рассчитать норму калорийности их рациона; 6) Проанализировать основные положения к организации питания в детских спортивных лагерях.
Категории обучающихся	Нутрициологи; педагоги в дошкольных и школьных учреждениях; технологи общественного питания, повара; фитнес-инструкторы и спортивные тренеры
Оценка качества	Промежуточная аттестация в форме тестов, итоговое тестирование
Форма обучения	Заочная. В процессе обучения применяются исключительно дистанционные образовательные технологии и электронное обучение
Прогнозируемые результаты	В результате обучения на курсе обучающиеся приобретут: Знания: 1) Базовых понятий основных видов спорта для детей разного возраста; 2) Основных правил детского спортивного питания; 3) Принципов правильного питания для детей, занимающихся спортом; 4) Меню и режима питания спортсменов; 5) Правил организации питания в детских спортивных школах и лагерях. Умения: 1) Правильно выбирать различные детские виды спорта для соответствующего возраста; 2) Находить противопоказания к различным видам спорта и спортивному питанию; 3) Составлять план-меню спортсменов и рассчитывать калорийность блюд; 4) Правильно организовывать питание в спортивных школах и лагерях. Навыки: 1) Владения системой базовых понятий; 2) Расчета дневной нормы калорийности для детей, занимающихся спортом; 3) Консультирования по вопросам питания детей-спортсменов.
Выдаваемый документ	По окончании курса обучающийся получит печатное удостоверение о повышении квалификации установленного образца. Удостоверение высылается Почтой России (доставка бесплатна).