

# Очно-заочная магистратура

Спортивное питание для  
особых групп населения



**tech** технологический  
университет

## Очно-заочная магистратура

Спортивное питание для  
особых групп населения

Формат: Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)

Продолжительность: 12 месяцев

Учебное заведение: TECH Технологический университет

Веб-доступ: [www.techitute.com/ru/physiotherapy/hybrid-professional-master-degree/hybrid-professional-master-degree-sports-nutrition-special-populations](http://www.techitute.com/ru/physiotherapy/hybrid-professional-master-degree/hybrid-professional-master-degree-sports-nutrition-special-populations)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Зачем проходить Очно-заочную магистратуру?

---

стр. 8

03

Цели

---

стр. 12

04

Компетенции

---

стр. 18

05

Руководство курса

---

стр. 22

06

Планирование обучения

---

стр. 26

07

Клиническая практика

---

стр. 34

08

Где я могу пройти клиническую практику?

---

стр. 40

09

Методология

---

стр. 44

10

Квалификация

---

стр. 52

# 01

# Презентация

Спортивное питание развивается, и все больше внимания уделяется особым группам населения, таким как спортсмены с ограниченными возможностями или диабетики, что порождает необходимость в университетских программах, предоставляющих профессионалам необходимые инструменты и информацию. В связи с этим ТЕСН создал данную программу в области спортивного питания для особых групп населения, сочетающую теорию и практику. Теоретическая часть программы является полной и всесторонней и включает модули, погружающие в изучение мышечной и метаболической физиологии, оценки спортсмена, экстремальных условий и других аспектов. Кроме того, студенты пройдут практику в престижном медицинском центре, что позволит им применить теоретические знания и получить бесценный опыт. Это отличный выбор для физиотерапевтов, желающих обновить свои знания в постоянно развивающейся области.



“

*Откройте для себя, как оптимизировать питание спортсменов с особыми потребностями, и поднимите свои знания на новый уровень с помощью данной Очно-заочной магистратуры”*

Область спортивного питания значительно расширилась в последние годы, особенно в отношении специализации на особых группах населения, таких как спортсмены с ограниченными возможностями или диабетики. Это стимулировало необходимость в университетских программах, предоставляющих специалистам необходимые инструменты для эффективной и результативной работы с этими группами.

В связи с этим ТЕСН создал Очно-заочную магистратуру в области спортивного питания для особых групп населения. Программа сосредоточена на сочетании теории и практики, включает полный и всесторонний теоретический раздел и трехнедельную практическую стажировку в престижном медицинском центре.

В теоретической части программа охватывает различные модули, погружающие студента в мышечную и метаболическую физиологию, связанную с физическими упражнениями, оценку спортсмена в различные периоды сезона, водные виды спорта, экстремальные условия, вегетарианство и веганство, спортсмены с диабетом 1 типа, питание для параспортсменов, спорт по весовым категориям, разные этапы или специфические группы населения, а также период восстановления после травм.

Важно отметить, что сочетание теории и практики является ключевым в области спортивного питания для особых групп населения, так как только через полное и актуальное обучение профессионалы могут предоставить качественные услуги, адаптированные к конкретным потребностям спортсменов. Кроме того, практика в престижном центре позволит студентам применить полученные теоретические знания и получить бесценный опыт в области спортивного питания.

Таким образом, Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения является отличным выбором для физиотерапевтов, желающих обновить свои знания в этой быстро развивающейся области. На 100% онлайн-формат теоретической части делает ее совместимой с самыми требовательными обязанностями, позволяя совмещать ее с любым графиком.

Данная **Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор более 100 практических кейсов, представленных специалистами в области физиотерапии и диетологии, имеющими большой опыт работы с особыми группами населения
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практическое содержание курса предоставляет практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для профессиональной практики
- ♦ Все вышеперечисленное дополняют теоретические занятия, вопросы к эксперту, дискуссионные форумы по спорным вопросам и индивидуальная работа по закреплению материала
- ♦ Доступ к учебным материалам с любого стационарного или мобильного устройства с выходом в интернет
- ♦ Кроме того, вы сможете пройти стажировку в одной из лучших компаний



*Станьте экспертом в области спортивного питания и научитесь применять свои знания для лечения спортивных травм и повышения физических результатов"*

“

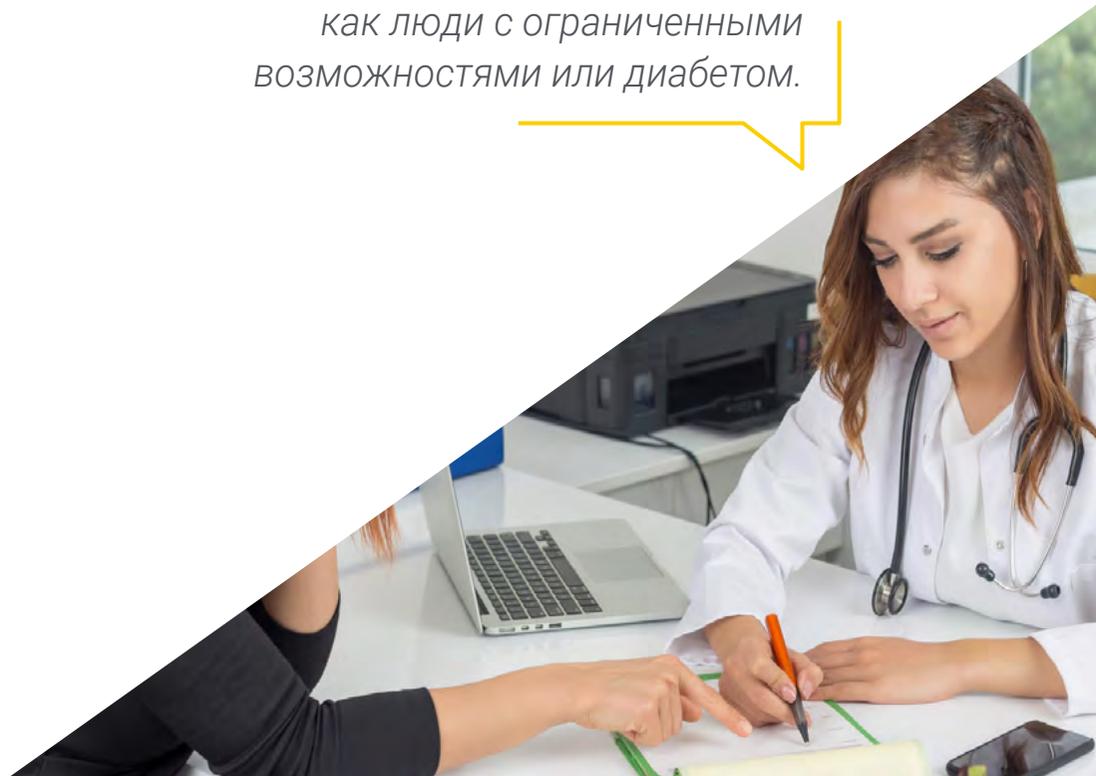
*Развивайте свои навыки в определении потребностей в питании спортсменов с ограниченными возможностями, пожилых людей и детей, а также научитесь разрабатывать индивидуальные планы питания”*

Данная магистратура, имеющая профессионально-ориентированный характер и очно-заочную форму обучения, направлена на повышение квалификации специалистов в области физиотерапии, занимающихся разработкой планов спортивного питания, прежде всего для особых групп населения. Содержание основано на последних научных данных и ориентировано в дидактическом ключе для интеграции теоретических знаний в физиотерапевтическую практику, а теоретико-практические элементы будут способствовать обновлению знаний и позволят принимать решения при ведении пациентов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалисту проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях. Структура этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалист должен попытаться разрешить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалисту поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

*Развивайте свою карьеру в качестве физиотерапевта и приобретайте навыки в области спортивного питания для улучшения физического состояния своих пациентов.*

*Расширяйте свои знания в области спортивного питания и специализируйтесь на лечении особых групп населения, таких как люди с ограниченными возможностями или диабетом.*



# 02

## Зачем проходить Очно-заочную магистратуру?

Изучение Очно-заочной магистратуры в области спортивного питания для особых групп населения является необходимым для профессионалов, желающих быть в курсе достижений в этой постоянно развивающейся области. С ростом специализации в области спортивного питания для особых групп населения необходимо соответствующее и современное углубленное изучение, чтобы предоставлять качественные и адаптированные услуги для каждого спортсмена. Данная программа предлагает полное сочетание теории и практики, включая исчерпывающий теоретический раздел и стажировку в престижном медицинском центре, что позволяет студентам применять полученные знания и приобрести бесценный опыт в области спортивного питания.





“

*Очно-заочная магистратура подготовит вас к работе в мультидисциплинарных средах, сотрудничая с физиотерапевтами, тренерами и другими специалистами здравоохранения”*

### **1. Обновить свои знания благодаря новейшим доступным технологиям**

Данная Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения предоставляет возможность обновить знания профессионала в постоянно развивающейся области. Программа сосредоточена на сочетании теории и практики, включая полный и всесторонний теоретический раздел и трехнедельную практику в престижном центре, что позволяет обновить знания, используя последние технологии.

### **2. Глубоко погрузиться в обучение, опираясь на опыт лучших специалистов**

Программа включает команду преподавателей, состоящую из лучших специалистов в области спортивного питания для особых групп населения. Студенты смогут углубить свои знания, опираясь на опыт этих престижных профессионалов.

### **3. Попасть в первоклассную профессиональную среду**

Практическая стажировка в престижном центре позволяет студентам погрузиться в профессиональную среду высокого уровня и применить теоретические знания в реальных условиях. Кроме того, это дает возможность из первых рук узнать о передовой клинической практике в области спортивного питания для особых групп населения.





#### **4. Объединить лучшую теорию с самой передовой практикой**

Сочетание теории и практики является ключевым в области спортивного питания для особых групп населения, так как только через полное и актуальное обучение специалисты могут предложить качественные услуги, адаптированные к конкретным потребностям спортсменов. Программа ориентирована именно на такое сочетание, обеспечивая наилучшую теорию с самой передовой практикой.

#### **5. Расширять границы знаний**

Данная Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения позволяет расширить границы знаний в области спортивного питания, углубляясь в вопросы, связанные с мышечной и метаболической физиологией при физических упражнениях, оценкой спортсмена в разные периоды сезона, водными видами спорта, экстремальными условиями, вегетарианством и веганством, спортсменами с диабетом 1 типа, питанием для параспортсменов, спортом по весовым категориям, разными этапами или особыми группами населения и периодом восстановления после травм.



*У вас будет полное практическое погружение в выбранном вами медицинском центре"*

# 03

## Цели

Цель Очно-заочной магистратуры в области спортивного питания для особых групп населения — предоставить студентам теоретические и практические знания, необходимые для разработки специальных планов питания для спортсменов с особыми потребностями. Таким образом, студенты будут подготовлены к удовлетворению конкретных потребностей в питании спортсменов с ограниченными возможностями или с заболеваниями.





“

*По окончании программы вы будете обладать необходимыми инструментами для применения полученных знаний в своей повседневной практике и улучшения качества жизни своих пациентов”*



## Общая цель

---

- Студенты смогут разрабатывать специальные планы питания для спортсменов с особыми потребностями с учетом физиотерапевтических особенностей пациента. Кроме того, программа нацелена на более глубокое изучение питания параспортсменов, что позволит студентам войти в первоклассную профессиональную среду и сочетать лучшую теорию с самой передовой практикой, расширяя границы знаний в области спортивного питания для особых групп населения

“

*Вы сможете совмещать учебу с профессиональной и личной деятельностью, не отказываясь от качественной университетской программы”*





## Конкретные цели

---

### Модуль 1. Мышечная и метаболическая физиология, связанная с физическими упражнениями

- ♦ Получить знания о строении скелетных мышц
- ♦ Понимать функционирование скелетных мышц
- ♦ Получить знания о наиболее важных изменениях, которые происходят у спортсменов
- ♦ Понимать механизмы производства энергии в зависимости от типа выполняемых упражнений
- ♦ Изучить различные энергетические системы, составляющие энергетический метаболизм мышц

### Модуль 2. Оценка состояния спортсмена в разные периоды сезона

- ♦ Понимать биохимию для выявления дефицита питательных веществ или состояния перетренированности
- ♦ Понимать различные методы определения состава тела, чтобы оптимизировать вес и процент жира, соответствующий конкретному виду спорта
- ♦ Проводить мониторинг спортсмена в течение всего сезона
- ♦ Планировать периоды сезона в соответствии с их требованиями

### Модуль 3. Водные виды спорта

- ♦ Углубить знания в области наиболее важных характеристиках основных видов водного спорта
- ♦ Понимать потребности и требования спортивной деятельности в водной среде
- ♦ Различать потребности в питании для различных видов водного спорта

#### Модуль 4. Экстремальные условия

- ♦ Различать основные ограничения спортивных результатов, вызванные климатом
- ♦ Разработать план акклиматизации в соответствии с конкретной ситуацией
- ♦ Углубить знания в области физиологических адаптаций, связанных с высотой
- ♦ Разработать правильные индивидуальные рекомендации по поддержанию гидратации в соответствии с климатом

#### Модуль 5. Вегетарианство и веганство

- ♦ Различать различные типы спортсменов-вегетарианцев
- ♦ Знать основные допущенные ошибки
- ♦ Уметь справляться с дефицитом питательных веществ, который наблюдается у спортсменов
- ♦ Владеть навыками, позволяющими обеспечить спортсмена лучшими методами комбинирования продуктов питания

#### Модуль 6. Спортсмен с диабетом 1 типа

- ♦ Установить физиологический и биохимический механизм развития диабета как в состоянии покоя, так и во время физической нагрузки
- ♦ Углубить знания о том, как действуют различные инсулины или лекарства, используемые диабетиками
- ♦ Оценить потребности в питании людей с диабетом как в повседневной жизни, так и во время физических упражнений для улучшения их здоровья
- ♦ Углубить знания, необходимые для планирования питания спортсменов с диабетом в различных дисциплинах для улучшения их здоровья и спортивных результатов
- ♦ Определить текущее состояние актуальных данных по эргогенным средствам для диабетиков





### **Модуль 7. Параспортсмены**

- ♦ Углубить знания в области различий между разными категориями параспортсменов и их физиолого-метаболических ограничений
- ♦ Определить потребности в питании различных параспортсменов, чтобы составить точный план питания
- ♦ Углубить знания, необходимые для установления взаимодействия между приемом препаратов у этих спортсменов и питательными веществами, чтобы избежать их дефицита
- ♦ Понимать состав тела параспортсменов в их различных спортивных категориях
- ♦ Применять современные научные данные о пищевых эргогенических средствах

### **Модуль 8. Спорт по весовым категориям**

- ♦ Установить различные характеристики и потребности в спорте по весовым категориям
- ♦ Понимать стратегии питания при подготовке спортсмена к соревнованиям
- ♦ Улучшать состав тела с помощью правильного питания

### **Модуль 9. Различные стадии или особые группы населения**

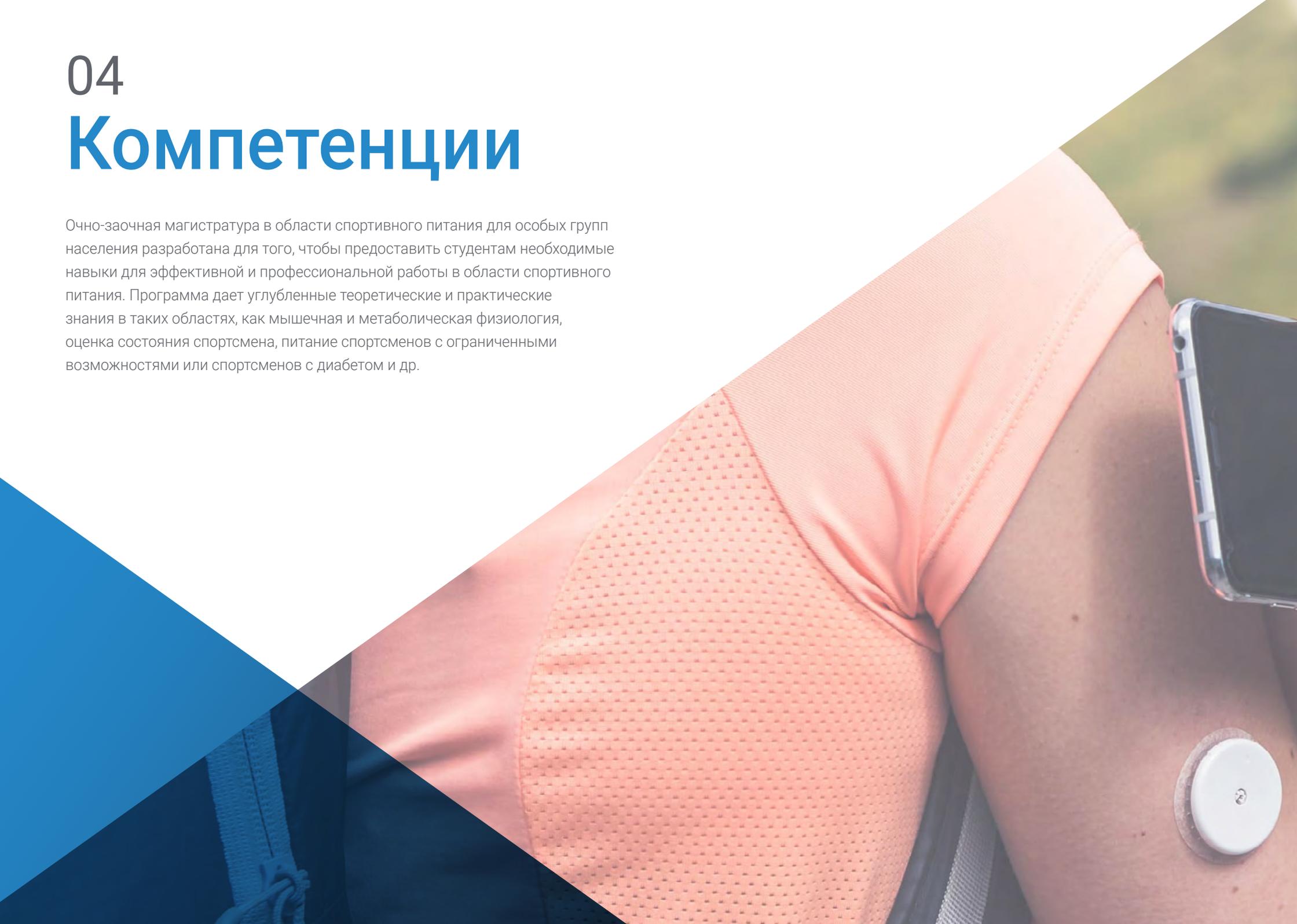
- ♦ Объяснить конкретные физиологические особенности, которые необходимо учитывать при подходе к питанию различных групп спортсменов
- ♦ Понимать внешние и внутренние факторы влияющие на подход к питанию этих групп

### **Модуль 10. Период восстановления после травм**

- ♦ Определить различные фазы травмы
- ♦ Помогать в предотвращении травм
- ♦ Улучшать прогноз травмы
- ♦ Разработать стратегию питания в соответствии с новыми потребностями в питании, которые появляются в период восстановления после травм

# 04 Компетенции

Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения разработана для того, чтобы предоставить студентам необходимые навыки для эффективной и профессиональной работы в области спортивного питания. Программа дает углубленные теоретические и практические знания в таких областях, как мышечная и метаболическая физиология, оценка состояния спортсмена, питание спортсменов с ограниченными возможностями или спортсменов с диабетом и др.



“

*Вы научитесь определять и оценивать потребности своих пациентов в питании и разрабатывать индивидуальные планы для каждого конкретного случая”*



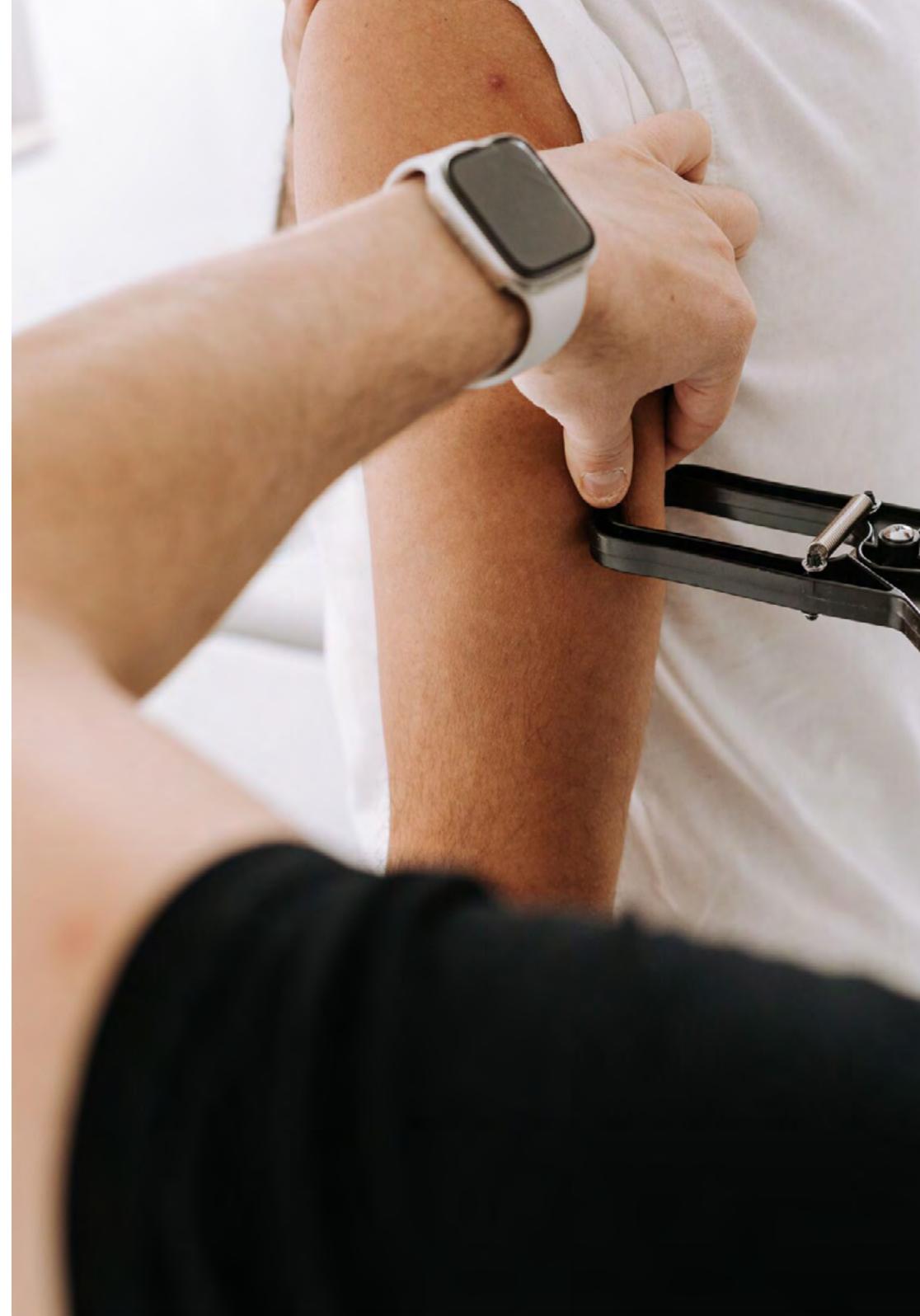
## Общие профессиональные навыки

---

- ♦ Применять у своих пациентов новейшие тенденции в области спортивного питания для особых групп населения
- ♦ Применять новые тенденции в питании в соответствии с патологиями взрослых
- ♦ Исследовать проблемы питания своих пациентов

“

*Вы сможете применить знания, полученные в рамках Очно-заочной магистратуры, в собственной профессиональной практике, что позволит вам выделиться и предложить уникальную добавленную стоимость”*





## Профессиональные навыки

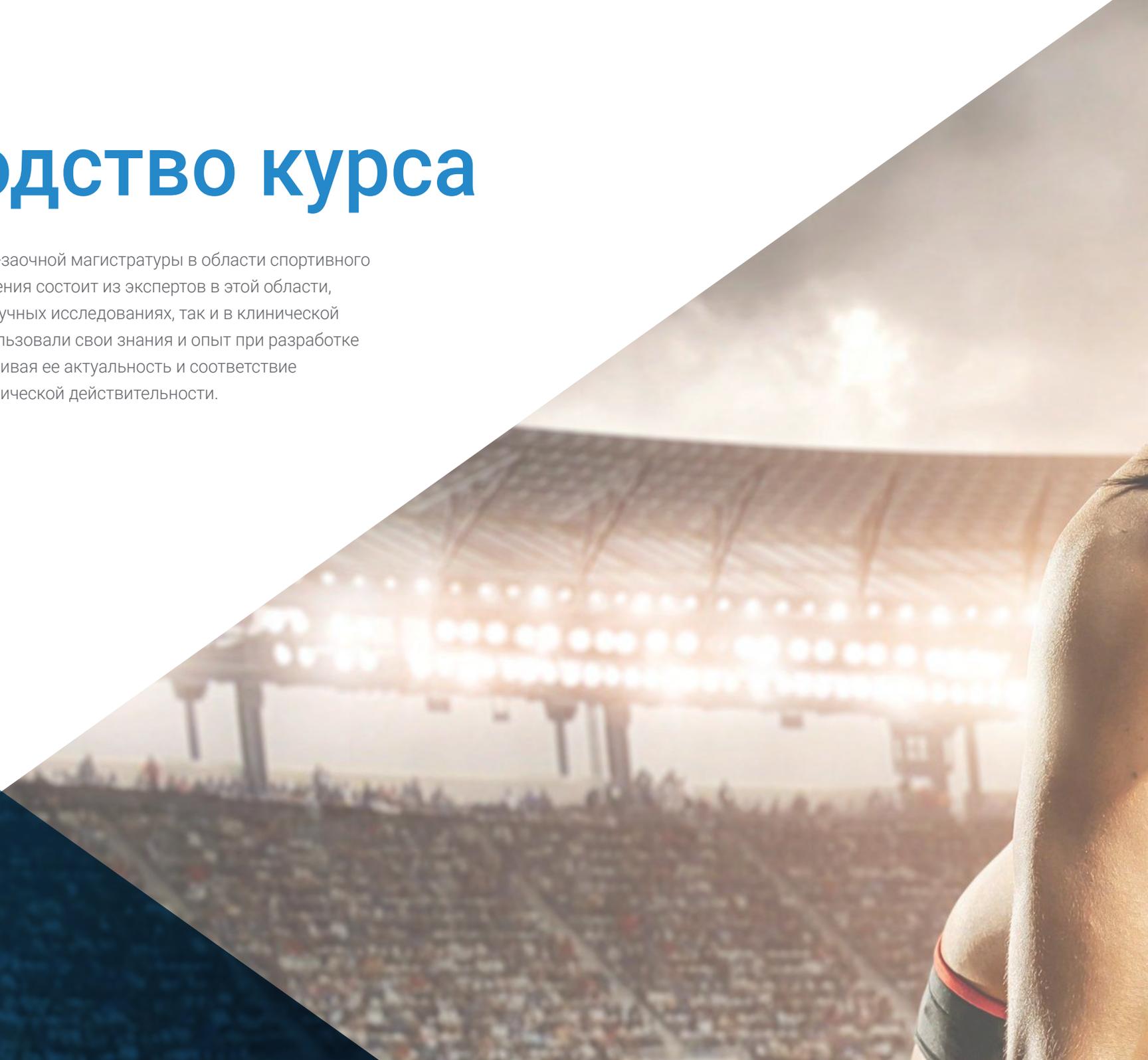
---

- ♦ Руководить и способствовать развитию инициативы и предприимчивости для создания проектов, связанных с питанием при занятиях физической культурой и спортом
- ♦ Владеть передовыми навыками выявления возможных признаков изменения питания, связанных со спортивными тренировками
- ♦ Получить специализацию в области структуры мышечной ткани и ее значения в спорте
- ♦ Знать энергетические и пищевые потребности спортсменов в различных физиопатологических ситуациях
- ♦ Специализироваться на потребностях в энергии и питании детей-спортсменов
- ♦ Специализироваться на потребностях в энергии и питании паралимпийских спортсменов

05

# Руководство курса

Преподавательский состав Очно-заочной магистратуры в области спортивного питания для особых групп населения состоит из экспертов в этой области, имеющих большой опыт как в научных исследованиях, так и в клинической практике. Эти специалисты использовали свои знания и опыт при разработке содержания программы, обеспечивая ее актуальность и соответствие потребностям современной клинической действительности.





“

*Вы будете учиться у лучших специалистов отрасли, которые направят вас на путь к совершенству в области спортивного питания”*

## Руководство



### Д-р Маруэнда Эрнандес, Хавьер

- ♦ Диетолог в профессиональных футбольных клубах
- ♦ Руководитель отдела спортивного питания. Клуб Albacete Balompié SAD
- ♦ Руководитель отдела спортивного питания. Католический университет в Мурсии, футбольный клуб Католического университета Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Научный консультант. Nutrium
- ♦ Консультант по питанию. Центр Impulso
- ♦ Преподаватель и координатор курсов последипломного образования
- ♦ Степень доктора в области питания и безопасности пищевых продуктов. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Степень бакалавра в области питания человека и диетологии. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Степень магистра в области клинического питания. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Академик. Испанская академия питания и диетологии (AEND).

## Преподаватели

### Д-р Мартинес Ногера, Франсиско Хавьер

- ♦ Спортивный диетолог в CIARD-UCAM
- ♦ Спортивный диетолог в клинике физиотерапии Jorge Lledó
- ♦ Научный ассистент в CIARD-UCAM
- ♦ Спортивный диетолог в футбольном клубе Католического университета Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Диетолог центра SANO
- ♦ Спортивный диетолог в баскетбольном клубе Католического университета Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Степень доктора в области спортивной науки от Католического университета Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Степень бакалавра в области питания и диетологии человека в Католическом университете Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Степень магистра в области питания и безопасности пищевых продуктов в Католическом университете Сан-Антонио в Мурсии



#### **Д-р Рамирес Мунуэра, Марта**

- ◆ Спортивный диетолог, эксперт в области силовых видов спорта
- ◆ Диетолог. M10 Salud y Fitness Центр здоровья и спорта
- ◆ Диетолог. Марио Ортис Питание
- ◆ Преподаватель курсов и семинаров по спортивному питанию
- ◆ Спикер на конференциях и семинарах по спортивному питанию
- ◆ Степень бакалавра в области питания человека и диетологии. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии
- ◆ Степень магистра в области физической активности и спорта. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии

#### **Д-р Аркуса Саура, Рауль**

- ◆ Диетолог. Спортивный клуб Кастельон
- ◆ Диетолог в нескольких полупрофессиональных клубах Кастельона
- ◆ Научный работник. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии
- ◆ Преподаватель бакалавриата и последипломных курсов
- ◆ Степень бакалавра в области питания человека и диетологии
- ◆ Официальная степень магистра в области питания при физической активности и спорте

#### **Д-р Монтойя Кастаньо, Йохана**

- ◆ Спортивный диетолог
- ◆ Диетолог. Министерство спорта Колумбии (Mindeportes)
- ◆ Научный консультант. Bionutrition (Медельин)
- ◆ Преподаватель по спортивному питанию в бакалавриате
- ◆ Диетолог-нутрициолог. Университет Антиокии
- ◆ Степень магистра в области физической активности и спорта. Католический университет Сан-Антонио в Мурсии

# 06

## Планирование обучения

Планирование обучения в Очно-заочной магистратуре в области спортивного питания для особых групп населения основано на инновационной и строгой методологии. Содержание программы опирается на различные источники, такие как дополнительная литература, подробные видеоматериалы и анализ смоделированных случаев, что позволяет студентам получить полное и современное представление о спортивном питании. Кроме того, постоянное взаимодействие между студентами и преподавательским составом способствует активному участию и совместному обучению, позволяя студентам развивать практические навыки и применять полученные знания в реальных ситуациях.





“

*Учитесь у профессионалов,  
имеющих опыт работы в  
области спортивного питания и  
специализирующихся на работе  
с особыми группами населения”*

## Модуль 1. Мышечная и метаболическая физиология, связанная с физическими упражнениями

- 1.1. Сердечно-сосудистые адаптации, связанные с физическими упражнениями
  - 1.1.1. Увеличение ударного объема
  - 1.1.2. Снижение частоты сердечных сокращений
- 1.2. Адаптивные реакции респираторной системы, связанные с физическими упражнениями
  - 1.2.1. Изменения дыхательного объема
  - 1.2.2. Изменения потребления кислорода
- 1.3. Гормональные адаптации, связанные с физическими упражнениями
  - 1.3.1. Кортизол
  - 1.3.2. Тестостерон
- 1.4. Структура мышц и типы мышечных волокон
  - 1.4.1. Мышечное волокно
  - 1.4.2. Мышечные волокна I типа
  - 1.4.3. Мышечные волокна II типа
- 1.5. Концепция пороговых значений лактата
- 1.6. АТФ и метаболизм фосфагенов
  - 1.6.1. Метаболические пути ресинтеза АТФ во время физических упражнений
  - 1.6.2. Метаболизм фосфагена
- 1.7. Углеводный обмен
  - 1.7.1. Мобилизация углеводов во время физических упражнений
  - 1.7.2. Типы гликолиза
- 1.8. Липидный метаболизм
  - 1.8.1. Липолиз
  - 1.8.2. Окисление жира во время физических упражнений
  - 1.8.3. Кетоновые тела
- 1.9. Белковый обмен
  - 1.9.1. Метаболизм аммония
  - 1.9.2. Окисление аминокислот
- 1.10. Смешанная биоэнергетика мышечных волокон
  - 1.10.1. Источники энергии и их связь с физическими упражнениями
  - 1.10.2. Факторы, определяющие использование того или иного источника энергии во время физических упражнений



## Модуль 2. Оценка состояния спортсмена в разные периоды сезона

- 2.1. Биохимическая оценка
  - 2.1.1. Гемограмма
  - 2.1.2. Признаки перетренированности
- 2.2. Антропометрическая оценка
  - 2.2.1. Состав тела
  - 2.2.2. ISAK-профиль
- 2.3. Предсезонный период
  - 2.3.1. Высокая загрузка
  - 2.3.2. Обеспечить потребление калорий и белка
- 2.4. Сезон соревнований
  - 2.4.1. Спортивные результаты
  - 2.4.2. Восстановление между соревнованиями
- 2.5. Переходный период
  - 2.5.1. Период праздничных дней
  - 2.5.2. Изменения в составе тела
- 2.6. Поездки
  - 2.6.1. Турниры в течение сезона
  - 2.6.2. Турниры вне сезона (мировые и европейские чемпионаты, Олимпийские игры)
- 2.7. Мониторинг спортсменов
  - 2.7.1. Исходное состояние спортсмена
  - 2.7.2. Изменения в течение сезона
- 2.8. Расчет нормы потоотделения
  - 2.8.1. Потеря воды
  - 2.8.2. Протокол расчета
- 2.9. Многопрофильная работа
  - 2.9.1. Роль диетолога в жизни спортсмена
  - 2.9.2. Связь с остальными категориями
- 2.10. Допинг
  - 2.10.1. Список ВАДА
  - 2.10.2. Антидопинговые тесты

### Модуль 3. Водные виды спорта

- 3.1. История водного спорта
  - 3.1.1. Олимпийские игры и крупные турниры
  - 3.1.2. Водные виды спорта на сегодняшний день
- 3.2. Ограниченные спортивные результаты
  - 3.2.1. Водные виды спорта (плавание, водное поло...)
  - 3.2.2. Водные виды спорта (серфинг, парусный спорт, гребля на каноэ...)
- 3.3. Основные характеристики водных видов спорта
  - 3.3.1. Водные виды спорта (плавание, водное поло...)
  - 3.3.2. Водные виды спорта (серфинг, парусный спорт, гребля на каноэ...)
- 3.4. Физиология водных видов спорта
  - 3.4.1. Энергетический метаболизм
  - 3.4.2. Биотип спортсмена
- 3.5. Тренировки
  - 3.5.1. Сила
  - 3.5.2. Сопротивление
- 3.6. Состав тела
  - 3.6.1. Плавание
  - 3.6.2. Водное поло
- 3.7. Подготовка к соревнованиям
  - 3.7.1. За 3 часа до
  - 3.7.2. За 1 час до
- 3.8. Подготовка к соревнованиям
  - 3.8.1. Углеводы
  - 3.8.2. Гидратация
- 3.9. После соревнований
  - 3.9.1. Гидратация
  - 3.9.2. Белок
- 3.10. Эргогенные пищевые добавки
  - 3.10.1. Креатин
  - 3.10.2. Кофеин

### Модуль 4. Экстремальные условия

- 4.1. История спорта в экстремальных условиях
  - 4.1.1. Зимние соревнования в истории
  - 4.1.2. Соревнования в жарких условиях в наши дни
- 4.2. Ограниченные спортивные результаты в условиях жаркого климата
  - 4.2.1. Обезвоживание
  - 4.2.2. Усталость
- 4.3. Основные характеристики в жарком климате
  - 4.3.1. Высокая температура и влажность
  - 4.3.2. Акклиматизация
- 4.4. Питание и гидратация в жарком климате
  - 4.4.1. Гидратация и электролиты
  - 4.4.2. Углеводы
- 4.5. Ограниченные спортивные результаты в холодном климате
  - 4.5.1. Усталость
  - 4.5.2. Послойная одежда
- 4.6. Основные характеристики в холодном климате
  - 4.6.1. Экстремальный холод
  - 4.6.2. Снижение VO2 max.
- 4.7. Питание и гидратация в холодном климате
  - 4.7.1. Гидратация
  - 4.7.2. Углеводы

### Модуль 5. Вегетарианство и веганство

- 5.1. Вегетарианство и веганство в истории спорта
  - 5.1.1. Зарождение веганства в спорте
  - 5.1.2. Спортсмены-вегетарианцы сегодня
- 5.2. Различные типы вегетарианских диет
  - 5.2.1. Спортсмен-веган
  - 5.2.2. Спортсмен-вегетарианец
- 5.3. Распространенные ошибки среди спортсменов-вегетарианцев
  - 5.3.1. Энергетический баланс
  - 5.3.2. Потребление белка

- 5.4. Витамин B12
  - 5.4.1. Добавка B12
  - 5.4.2. Биодоступность водоросли спирулины
- 5.5. Источники белка в веганской/вегетарианской диете
  - 5.5.1. Качество белка
  - 5.5.2. Экологическая устойчивость
- 5.6. Другие ключевые питательные вещества в организме веганов
  - 5.6.1. Преобразование ALA в EPA/DHA
  - 5.6.2. Fe, Ca, Vit-D и Zn
- 5.7. Биохимическая оценка/недостатки питания
  - 5.7.1. Анемия
  - 5.7.2. Саркопения
- 5.8. Веганская диета vs. всеядная диета
  - 5.8.1. Эволюционное питание
  - 5.8.2. Питание в наши дни
- 5.9. Эргогенные пищевые добавки
  - 5.9.1. Креатин
  - 5.9.2. Растительный белок
- 5.10. Факторы, снижающие усвоение питательных веществ
  - 5.10.1. Высокое потребление клетчатки
  - 5.10.2. Оксалаты

## Модуль 6. Спортсмен с диабетом 1 типа

- 6.1. Понимание диабета и его патологии
  - 6.1.1. Заболеваемость диабетом
  - 6.1.2. Патофизиология диабета
  - 6.1.3. Последствия диабета
- 6.2. Физиология физических упражнений у людей с диабетом
  - 6.2.1. Максимальные, субмаксимальные физические нагрузки и мышечный метаболизм во время тренировки
  - 6.2.2. Метаболические различия во время физических упражнений у людей с диабетом
- 6.3. Физические упражнения у людей с диабетом 1 типа
  - 6.3.1. Гипогликемия, гипергликемия и корректировка управления питанием
  - 6.3.2. Время выполнения упражнений и потребление углеводов

- 6.4. Физические упражнения у людей с диабетом 2 типа. Контроль уровня глюкозы в крови
  - 6.4.1. Риски физической активности у людей с диабетом 2 типа
  - 6.4.2. Преимущества физических упражнений для людей с диабетом 2 типа
- 6.5. Физические упражнения у детей и подростков с диабетом
  - 6.5.1. Метаболические эффекты физических упражнений
  - 6.5.2. Меры предосторожности во время физических упражнений
- 6.6. Инсулинотерапия и физические упражнения
  - 6.6.1. Инсулиновая инфузионная помпа
  - 6.6.2. Виды инсулина
- 6.7. Стратегии питания во время занятий спортом и физических упражнений при диабете 1 типа
  - 6.7.1. От теории к практике
  - 6.7.2. Потребление углеводов до, во время и после физической нагрузки
  - 6.7.3. Гидратация до, во время и после физической нагрузки
- 6.8. Планирование питания в видах спорта на выносливость
  - 6.8.1. Марафон
  - 6.8.2. Велоспорт
- 6.9. Планирование питания в командных видах спорта
  - 6.9.1. Футбол
  - 6.9.2. Регби
- 6.10. Спортивные добавки и диабет
  - 6.10.1. Потенциально полезные добавки для спортсменов с диабетом

## Модуль 7. Параспортсмены

- 7.1. Классификация и категории у параспортсменов
  - 7.1.1. Кто такой параспортсмен?
  - 7.1.2. Как классифицируются параспортсмены?
- 7.2. Спортивная наука в параатлетическом спорте
  - 7.2.1. Метаболизм и физиология
  - 7.2.2. Биомеханика
  - 7.2.3. Психология
- 7.3. Энергетические потребности и гидратация у параспортсменов
  - 7.3.1. Оптимальные энергетические потребности для тренировок
  - 7.3.2. Планирование гидратации до, во время и после тренировок и соревнований

- 7.4. Проблемы с питанием у различных категорий параспортсменов в зависимости от патологии или аномалии
  - 7.4.1. Травмы спинного мозга
  - 7.4.2. Церебральный паралич и приобретенные черепно-мозговые травмы
  - 7.4.3. Ампутация
  - 7.4.4. Нарушение зрения и слуха
  - 7.4.5. Нарушения интеллекта
- 7.5. Планирование питания у параспортсменов с травмой спинного мозга и церебральным параличом и приобретенной черепно-мозговой травмой
  - 7.5.1. Требования к питанию (макро- и микроэлементы)
  - 7.5.2. Потоотделение и замена жидкости во время физических упражнений
- 7.6. Планирование питания у параспортсменов с ампутированными конечностями
  - 7.6.1. Энергетические требования
  - 7.6.2. Макронутриенты
  - 7.6.3. Терморегуляция и гидратация
  - 7.6.4. Вопросы питания при протезировании
- 7.7. Проблемы планирования и питания у параспортсменов с нарушением зрения и слуха и интеллектуальными нарушениями
  - 7.7.1. Проблемы спортивного питания при нарушении зрения: пигментный ретинит, диабетическая ретинопатия, альбинизм, болезнь Штаргардта и патологии слуха
  - 7.7.2. Проблемы спортивного питания при умственных нарушениях: синдром Дауна, аутизм, синдром Аспергера и фенилкетонурия
- 7.8. Параметры телосложения у параспортсменов
  - 7.8.1. Методы измерения
  - 7.8.2. Факторы, влияющие на надежность различных методов измерения
- 7.9. Фармакология и взаимодействие питательных веществ
  - 7.9.1. Различные виды лекарственных препаратов, принимаемых параспортсменами
  - 7.9.2. Дефицит микроэлементов у параспортсменов
- 7.10. Эргогенные пищевые добавки
  - 7.10.1. Потенциально полезные добавки для параспортсменов
  - 7.10.2. Негативные последствия для здоровья, проблемы с отравлением и допингом из-за приема эргогенных средств

## Модуль 8. Спорт по весовым категориям

- 8.1. Характеристика основных видов спорта по весовым категориям
  - 8.1.1. Положение
  - 8.1.2. Категории
- 8.2. Программа сезона
  - 8.2.1. Соревнования
  - 8.2.2. Макроцикл
- 8.3. Состав тела
  - 8.3.1. Боевые виды спорта
  - 8.3.2. Тяжелая атлетика
- 8.4. Этапы набора мышечной массы
  - 8.4.1. Процентное содержание жира в организме
  - 8.4.2. Программирование
- 8.5. Определяющие этапы
  - 8.5.1. Углеводы
  - 8.5.2. Белок
- 8.6. Подготовка к соревнованиям
  - 8.6.1. Неделя до соревнования (*peak week*)
  - 8.6.2. До взвешивания
- 8.7. Подготовка к соревнованиям
  - 8.7.1. Практическое применение
  - 8.7.2. Расчет времени (*Timing*)
- 8.8. После соревнований
  - 8.8.1. Гидратация
  - 8.8.2. Белок
- 8.9. Эргогенные пищевые добавки
  - 8.9.1. Креатин
  - 8.9.2. *Сывороточный протеин*

**Модуль 9. Различные стадии или особые группы населения**

- 9.1. Питание спортсменов
  - 9.1.1. Ограничивающие факторы
  - 9.1.2. Потребности
- 9.2. Менструальный цикл
  - 9.2.1. Лютеиновая фаза
  - 9.2.2. Фолликулярная фаза
- 9.3. Триада
  - 9.3.1. Аменорея
  - 9.3.2. Остеопороз
- 9.4. Питание беременных спортсменов
  - 9.4.1. Энергетические требования
  - 9.4.2. Микроэлементы
- 9.5. Влияние физических упражнений на ребенка-спортсмена
  - 9.5.1. Силовая тренировка
  - 9.5.2. Тренировка на выносливость
- 9.6. Обучение питанию детей-спортсменов
  - 9.6.1. Сахар
  - 9.6.2. РПП
- 9.7. Требования к питанию детей-спортсменов
  - 9.7.1. Углеводы
  - 9.7.2. Белки
- 9.8. Изменения, связанные со старением
  - 9.8.1. Процентное содержание жира в организме
  - 9.8.2. Мышечная масса
- 9.9. Основные проблемы спортсменов старшего возраста
  - 9.9.1. Суставы
  - 9.9.2. Здоровье сердечно-сосудистой системы
- 9.10. Полезные добавки для спортсменов старшего возраста
  - 9.10.1. *Сывороточный протеин*
  - 9.10.2. Креатин

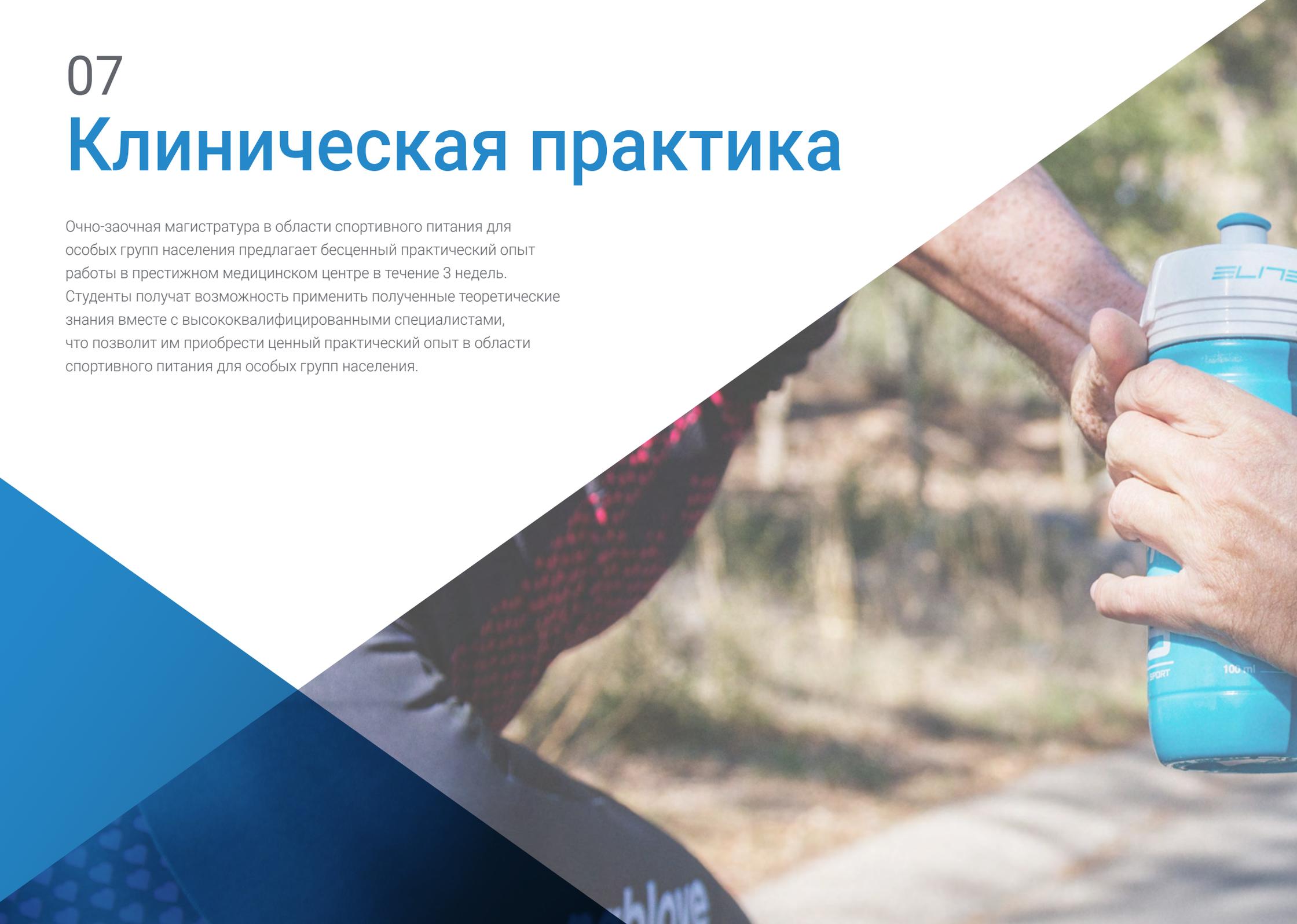
**Модуль 10. Период восстановления после травм**

- 10.1. Введение
- 10.2. Профилактика травматизма у спортсменов
  - 10.2.1. Относительная энергообеспеченность в спорте
  - 10.2.2. Здоровье полости рта и последствия травм
  - 10.2.3. Усталость, питание и травмы
  - 10.2.4. Сон, питание и травмы
- 10.3. Виды травм
  - 10.3.1. Фаза иммобилизации. Воспаление и изменения, происходящие во время этой фазы
  - 10.3.2. Возвращение фазы активности
- 10.4. Потребление энергии в период травмы
- 10.5. Потребление макронутриентов в период травмы
  - 10.5.1. Потребление углеводов
  - 10.5.2. Потребление жиров
  - 10.5.3. Потребление белка
- 10.6. Потребление микронутриентов, представляющих особый интерес во время травмы
- 10.7. Спортивные добавки с показаниями в период травмы
  - 10.7.1. Креатин
  - 10.7.2. Омега 3
  - 10.7.3. Прочее
- 10.8. Травмы сухожилий и связок
  - 10.8.1. Введение в травмы сухожилий и связок. Структура сухожилий
  - 10.8.2. Могут ли помочь коллаген, желатин и витамин С?
  - 10.8.3. Другие питательные вещества, участвующие в синтезе коллагена
- 10.9. Возвращение к соревнованиям
  - 10.9.1. Рекомендации по питанию при возвращении к соревнованиям
- 10.10. Интересные примеры из научной литературы о травмах

07

# Клиническая практика

Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения предлагает бесценный практический опыт работы в престижном медицинском центре в течение 3 недель. Студенты получают возможность применить полученные теоретические знания вместе с высококвалифицированными специалистами, что позволит им приобрести ценный практический опыт в области спортивного питания для особых групп населения.



“

*Расширьте свои представления о питании и спорте, а также узнайте о последних тенденциях и разработках в этой области”*

Стажировки в реальных условиях являются неотъемлемой частью программы, поскольку предоставляют студентам уникальную возможность применить свои навыки и приобрести дополнительные знания и умения в реальном мире.

Практическое обучение проводится при активном участии студента, выполняющего действия и процедуры по каждой компетенции (учиться учиться и учиться делать), при сопровождении и руководстве преподавателей и других коллег по обучению, способствующих командной работе и междисциплинарной интеграции как сквозным компетенциям физиотерапевтической практики (учиться быть и учиться взаимодействовать).

Описанные ниже процедуры составят основу практической части обучения, а их выполнение будет зависеть от готовности и загруженности самого медицинского центра, при этом предлагаемые мероприятия будут выглядеть следующим образом:





Модуль	Практическая деятельность
Оценка питания	Проводить полную оценку питания спортсмена из особой группы населения
	Рассчитывать базальные и общие энергетические затраты спортсмена из особой группы населения
	Интерпретировать результаты оценки состава тела спортсмена из особой группы населения
Разработка диет для спортсменов из особых групп населения	Разрабатывать соответствующую диету для спортсменов из особых групп населения в соответствии с их энергетическими затратами, спортивными целями и диетическими ограничениями
	Разрабатывать индивидуальный план приема пищевых добавок для спортсменов из особых групп населения в соответствии с их потребностями и спортивными целями
	Разрабатывать сбалансированное меню на неделю, адаптированное к пищевым потребностям спортсмена из особой группы населения
Реализация и мониторинг программ питания	Контролировать выполнение индивидуального плана питания для спортсмена из особой группы населения
	Регулярно контролировать питание и спортивный прогресс спортсмена из особой группы населения и соответственно адаптировать его план питания
	Выявлять и устранять проблемы, связанные с соблюдением спортсменом из особой группы населения своего плана питания
Исследование и анализ кейсов	Исследовать и анализировать успешный кейс в области спортивного питания для особых групп населения, представить результаты и выводы в виде отчета
	Анализировать неудачный кейс в области спортивного питания для особых групп населения, выявляя причины и предлагая возможные решения
	Критически оценивать научное исследование в области спортивного питания для особых групп населения и представлять результаты в виде отчета



*Развивайте коммуникативные и лидерские навыки для эффективной работы в команде, как с другими специалистами здравоохранения, так и со спортсменами и их семьями"*

## Страхование ответственности

Основная задача этого учреждения — гарантировать безопасность как обучающихся, так и других сотрудничающих агентов, необходимых в процессе практической подготовки в компании. Среди мер, направленных на достижение этой цели, — реагирование на любой инцидент, который может произойти в процессе преподавания и обучения.

С этой целью данное образовательное учреждение обязуется застраховать гражданскую ответственность на случай, если таковая возникнет во время стажировки в центре производственной практики.

Этот полис ответственности для обучающихся должен быть комплексным и должен быть оформлен до начала периода практики. Таким образом, специалист может не беспокоиться, если ему/ей придется столкнуться с непредвиденной ситуацией, поскольку его/ее страховка будет действовать до конца практической программы в центре.



## Общие условия прохождения практической подготовки

Общие условия договора о прохождении практики в рамках данной программы следующие:

**1. НАСТАВНИЧЕСТВО:** во время практики студенту будут назначены два наставника, которые будут сопровождать его/ее на протяжении всего процесса, разрешая любые сомнения и вопросы, которые могут возникнуть. С одной стороны, будет работать профессиональный наставник, принадлежащий к учреждению, где проводится практика, цель которого — постоянно направлять и поддерживать студента. С другой стороны, за студентом также будет закреплен академический наставник, задача которого будет заключаться в координации и помощи студенту на протяжении всего процесса, разрешении сомнений и содействии во всем, что может ему/ей понадобиться. Таким образом, специалист будет постоянно находиться в сопровождении и сможет проконсультироваться по любым возникающим сомнениям как практического, так и академического характера.

**2. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ:** программа стажировки рассчитана на три недели непрерывного практического обучения, распределенного на 8-часовые дни, пять дней в неделю. За дни посещения и расписание отвечает центр, информируя специалистов должным образом и заранее, с достаточным запасом времени, чтобы облегчить их организацию.

**3. НЕЯВКА:** в случае неявки в день начала обучения по программе Очно-заочной магистратуры студент теряет право на прохождение практики без возможности возмещения или изменения даты. Отсутствие на практике более двух дней без уважительной/медицинской причины означает отмену практики и ее автоматическое прекращение. О любых проблемах, возникающих во время стажировки, необходимо срочно сообщить академическому наставнику.

**4. СЕРТИФИКАЦИЯ:** студент, прошедший Очно-заочную магистратуру, получает сертификат, подтверждающий стажировку в данном учреждении.

**5. ТРУДОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ:** Очно-заочная магистратура не предполагает трудовых отношений любого рода.

**6. ПРЕДЫДУЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ:** некоторые центры могут потребовать справку о предыдущем образовании для прохождения Очно-заочной магистратуры. В этих случаях необходимо будет представить ее в отдел стажировки TESH, чтобы подтвердить назначение выбранного учреждения.

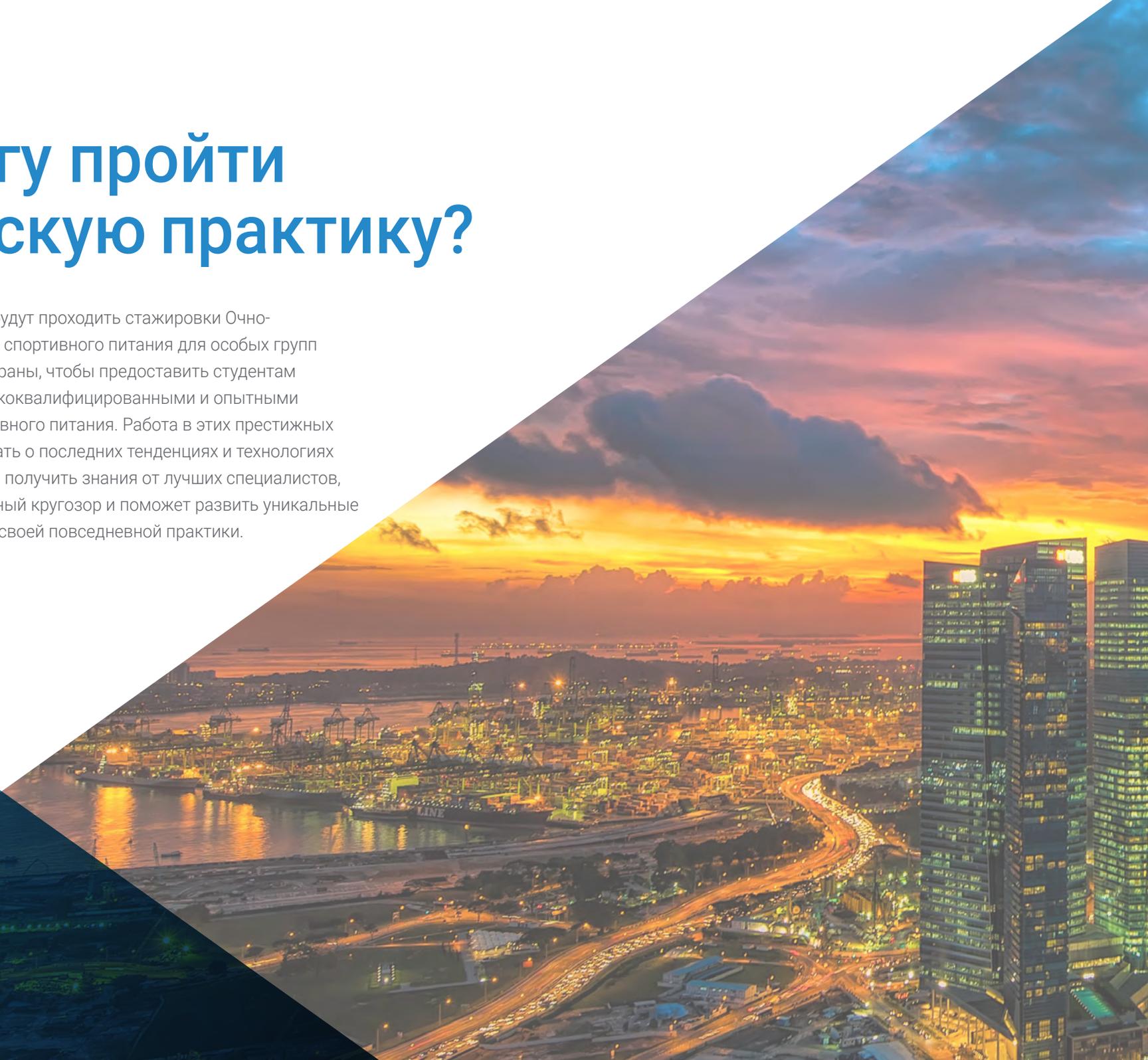
**7. НЕ ВКЛЮЧАЕТСЯ:** Очно-заочная магистратура не должна включать какие-либо иные пункты, не описанные в данных условиях. Поэтому в нее не входит проживание, транспорт до города, где проходит стажировка, визы или любые другие услуги, не описанные выше.

Однако студенты могут проконсультироваться со своим академическим наставником, если у них есть какие-либо сомнения или рекомендации по этому поводу. Наставник предоставит вам всю необходимую информацию для облегчения процесса.

# 08

## Где я могу пройти клиническую практику?

Престижные центры, в которых будут проходить стажировки Очно-заочной магистратуры в области спортивного питания для особых групп населения, были тщательно отобраны, чтобы предоставить студентам возможность поработать с высококвалифицированными и опытными специалистами в области спортивного питания. Работа в этих престижных центрах позволит студентам узнать о последних тенденциях и технологиях в области спортивного питания и получить знания от лучших специалистов, что расширит их профессиональный кругозор и поможет развить уникальные навыки для совершенствования своей повседневной практики.



“

Примите участие в программе, ориентированной на применение полученных знаний, что позволит вам применить на практике то, чему вы научились с первого дня”

## tech 42 | Где я могу пройти клиническую практику?

Студенты могут пройти практическую часть этой Очно-заочной магистратуры в следующих центрах:



**Физиотерапия**

**Policlínico HM Moraleja**

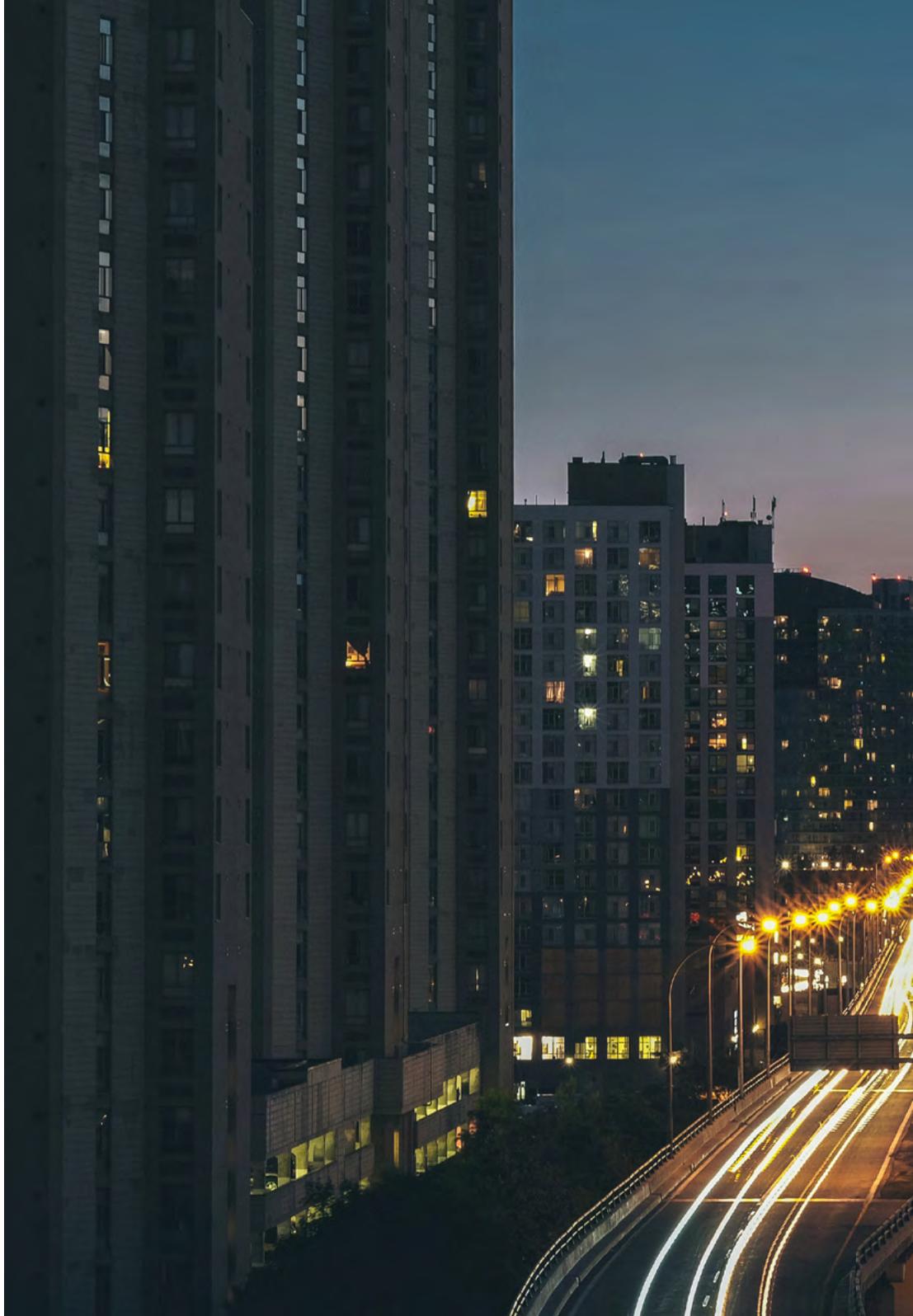
Страна	Город
Испания	Мадрид

Адрес: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Сеть частных клиник, больниц и  
специализированных центров  
по всей Испании

---

**Соответствующая практическая подготовка:**  
- Реабилитационная медицина при приобретенной травме  
головного мозга





### **Policlínico HM Matogrande**

Страна: Испания  
Город: Ла-Корунья

Адрес: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º,  
15009, A Coruña

Сеть частных клиник, больниц и  
специализированных центров  
по всей Испании

**Соответствующая практическая подготовка:**

- Спортивная физиотерапия
- Нейродегенеративные заболевания



*Используйте эту возможность, чтобы  
окружить себя профессионалами и  
перенять их методику работы"*

09

# Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.





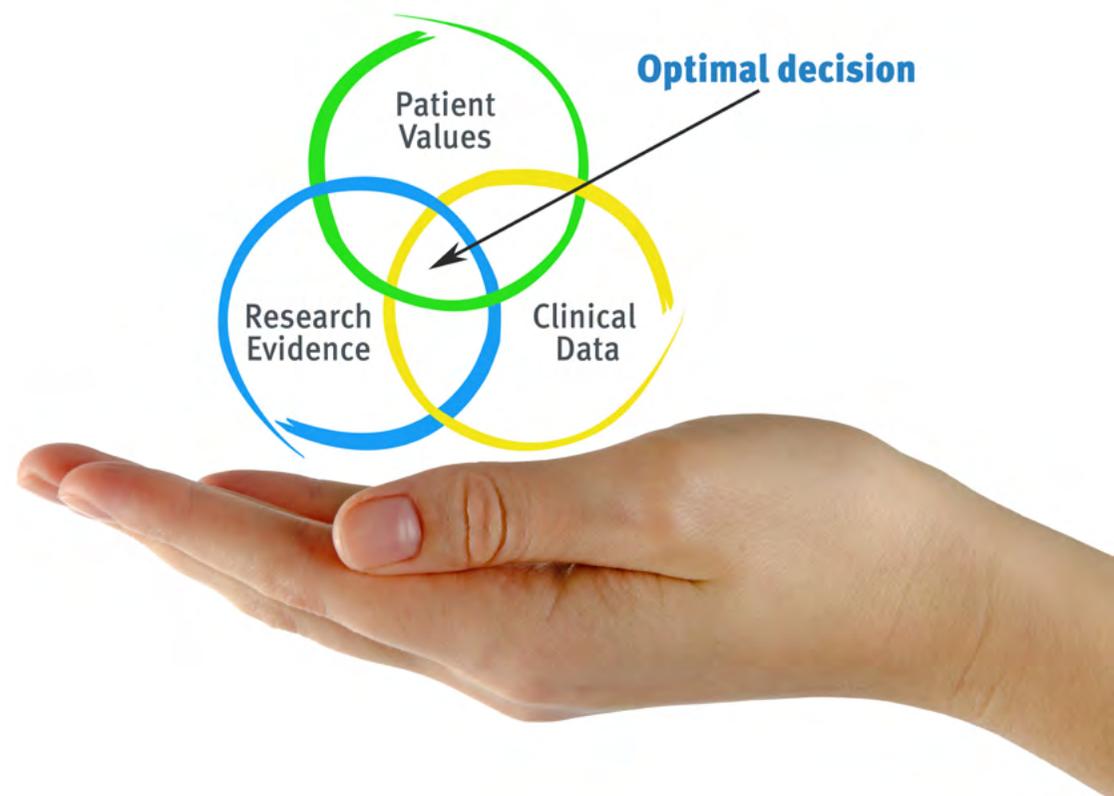
“

*Откройте для себя методику *Relearning*, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”*

## В TECH мы используем метод запоминания кейсов

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? На протяжении всей программы вы будете сталкиваться с множеством смоделированных клинических случаев, основанных на историях болезни реальных пациентов, когда вам придется проводить исследование, выдвигать гипотезы и в конечном итоге решать ситуацию. Существует множество научных доказательств эффективности этого метода. Физиотерапевты/кинезиологи учатся лучше, быстрее и показывают стабильные результаты с течением времени.

*С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру.*



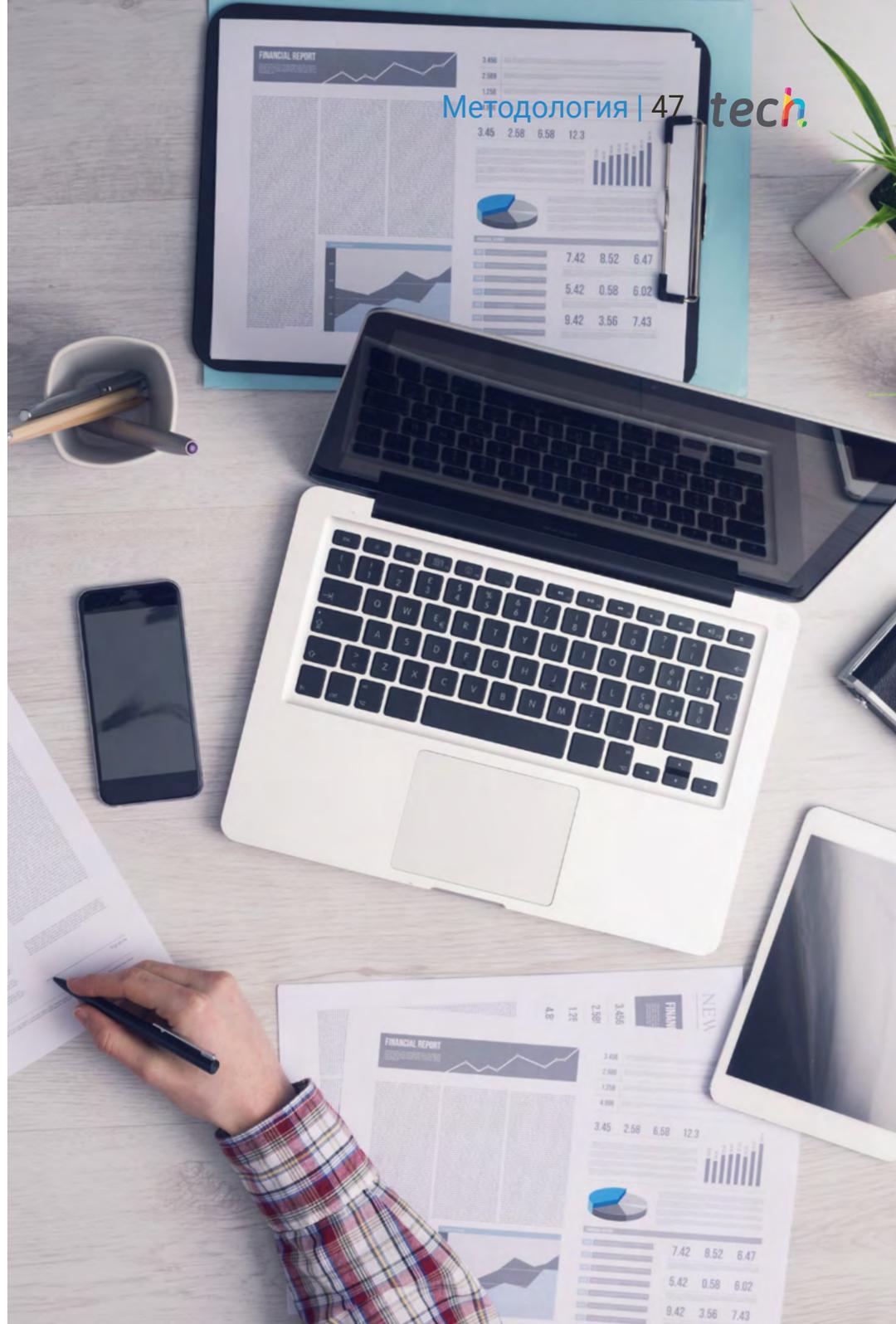
По словам доктора Жерваса, клинический случай - это описание диагноза пациента или группы пациентов, которые становятся "случаем", примером или моделью, иллюстрирующей какой-то особый клинический компонент, либо в силу обучающего эффекта, либо в силу своей редкости или необычности. Важно, чтобы кейс был основан на текущей профессиональной ситуации, пытаюсь воссоздать реальные условия в профессиональной врачебной практике в области физиотерапии.

“

*Знаете ли вы, что этот метод был разработан в 1912 году, в Гарвардском университете, для студентов-юристов? Метод кейсов заключался в представлении реальных сложных ситуаций, чтобы они принимали решения и обосновывали способы их решения. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете”*

**Эффективность метода обосновывается четырьмя ключевыми достижениями:**

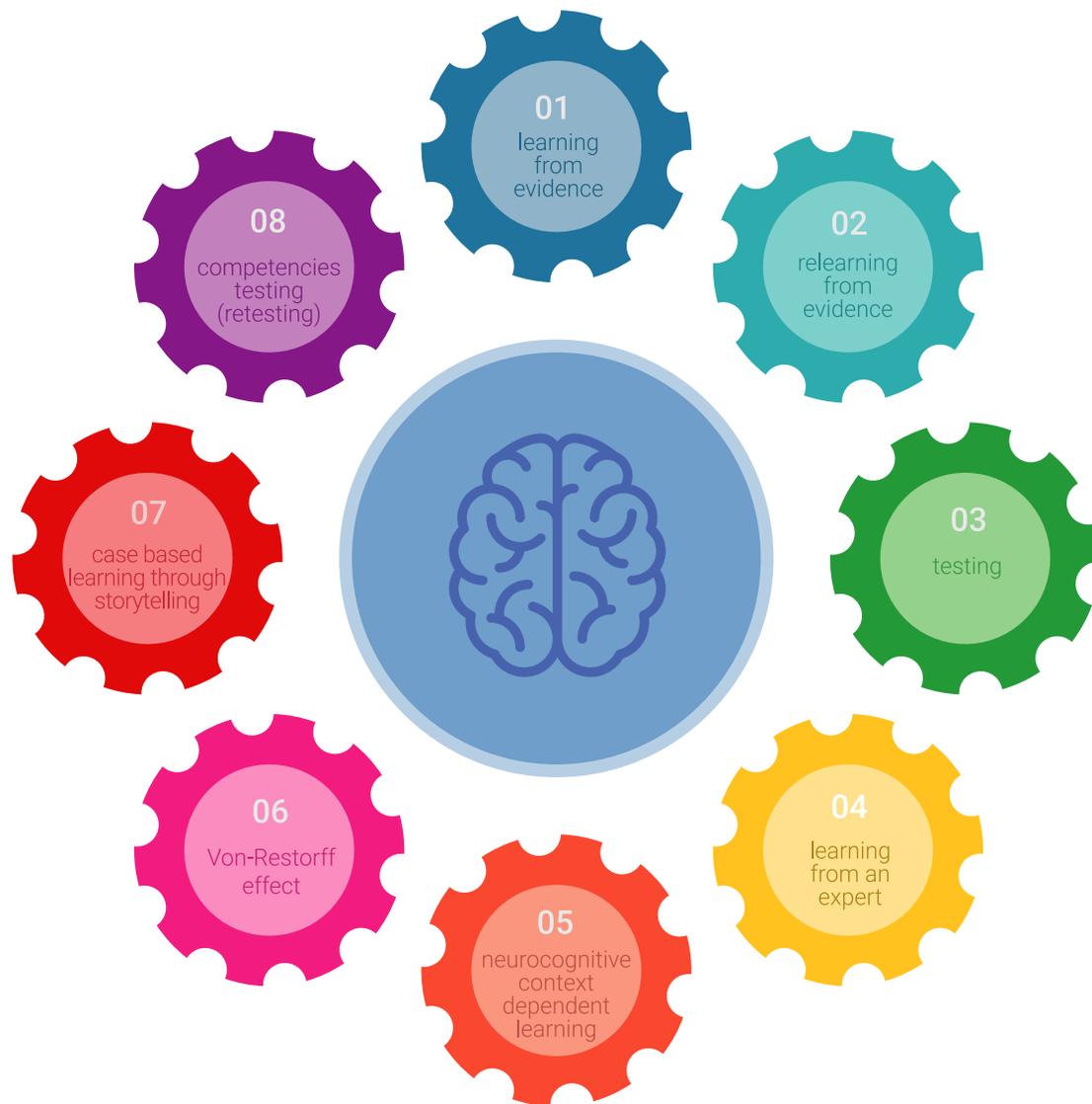
1. Физиотерапевты/кинезиологи, которые следуют этому методу, не только добиваются усвоения знаний, но и развивают свои умственные способности с помощью упражнений по оценке реальных ситуаций и применению своих знаний.
2. Обучение прочно опирается на практические навыки, что позволяет физиотерапевту/кинезиологу лучше интегрироваться в реальный мир.
3. Усвоение идей и концепций становится проще и эффективнее благодаря использованию ситуаций, возникших в реальности.
4. Ощущение эффективности затраченных усилий становится очень важным стимулом для студентов, что приводит к повышению интереса к учебе и увеличению времени, посвященному на работу над курсом.



## Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.



*Физиотерапевт/кинезиолог учится на основе реальных случаев и разрешения сложных ситуаций в смоделированных учебных условиях. Эти симуляции разработаны с использованием самого современного программного обеспечения для полного погружения в процесс обучения.*



Находясь в авангарде мировой педагогики, методика *Relearning* сумела повысить общий уровень удовлетворенности специалистов, завершивших обучение, по отношению к показателям качества лучшего онлайн-университета в мире.

С помощью этой методики мы с беспрецедентным успехом обучили более 65 000 физиотерапевтов/кинезиологов по всем клиническим специальностям, независимо от нагрузки в мануальной терапии. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

*Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.*

В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу.

Общий балл квалификации по нашей системе обучения составляет 8.01, что соответствует самым высоким международным стандартам.

В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



#### Учебный материал

Все дидактические материалы создаются преподавателями курса, специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



#### Техники и процедуры физиотерапии на видео

TECH предоставляет в распоряжение студентов доступ к новейшим методикам и достижениям в области образования и к передовым технологиям в области физиотерапии/кинезиологии. Все с максимальной тщательностью, объяснено и подробно описано самими преподавателями для усовершенствования усвоения и понимания материалов. И самое главное, вы можете смотреть их столько раз, сколько захотите.



#### Интерактивные конспекты

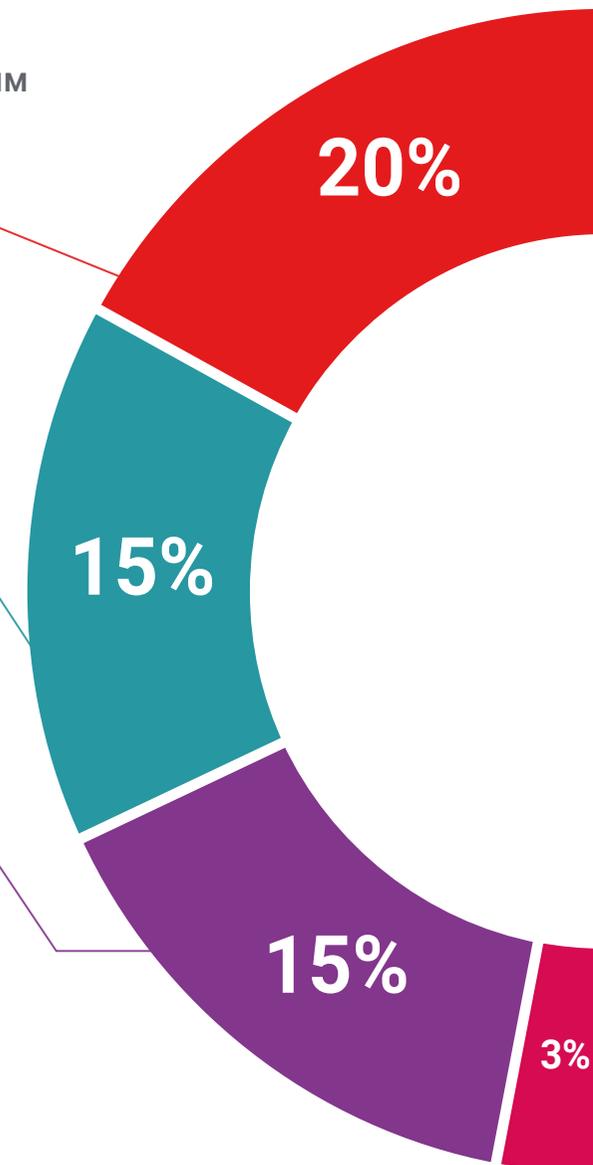
Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

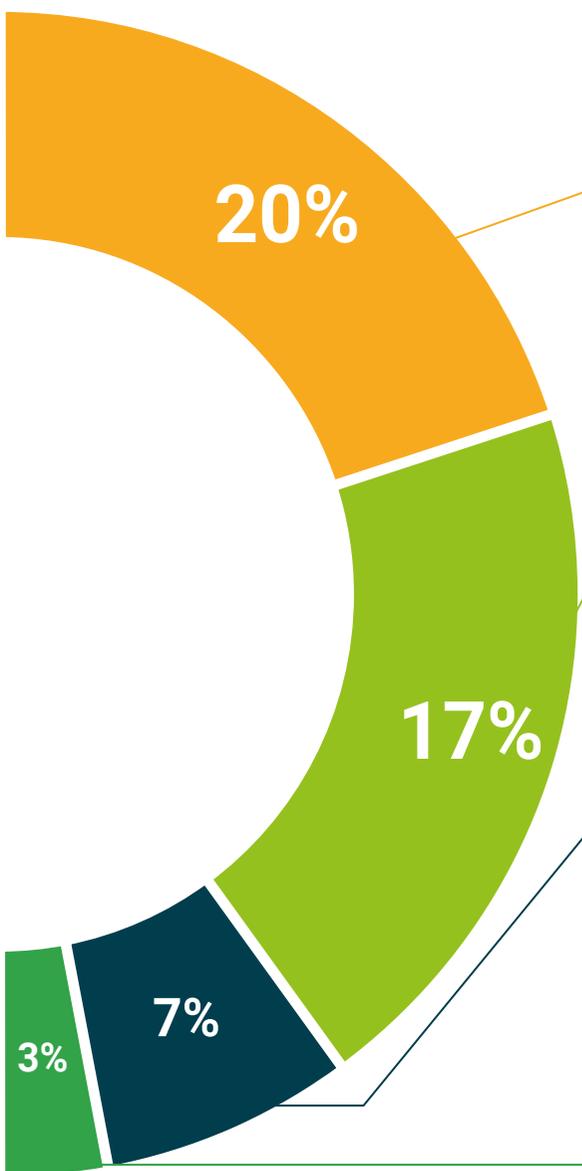
Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Майкрософт как "Европейская история успеха".



#### Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





#### Анализ кейсов, разработанных и объясненных экспертами

Эффективное обучение обязательно должно быть контекстным. Поэтому мы представим вам реальные кейсы, в которых эксперт проведет вас от оказания первичного осмотра до разработки схемы лечения: понятный и прямой способ достичь наивысшей степени понимания материала.



#### Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



#### Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе экспертного наблюдения третьей стороны. Так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



#### Краткие руководства к действию

TECH предлагает наиболее актуальное содержание курса в виде рабочих листов или кратких руководств к действию. Обобщенный, практичный и эффективный способ помочь вам продвинуться в обучении.



10

# Квалификация

Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома об окончании Очно-заочной магистратуры, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

*Успешно пройдите эту программу и получите университетский диплом без хлопот, связанных с поездками и оформлением документов”*

Данная **Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения** содержит самую полную и современную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте с подтверждением получения соответствующий Сертификат об окончании Очно-заочной магистратуры, выданный TECH.

В дополнение к диплому вы получите сертификат, а также справку о содержании программы. Для этого вам следует обратиться к своему академическому консультанту, который предоставит вам всю необходимую информацию.

Диплом: **Очно-заочная магистратура в области спортивного питания для особых групп населения**

Формат: **Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)**

Продолжительность: **12 месяцев**

Учебное заведение: **TECH Технологический университет**



\*Гагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс

**tech** технологический  
университет

**Очно-заочная магистратура**

Спортивное питание для  
особых групп населения

Формат: Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)

Продолжительность: 12 месяцев

Учебное заведение: TECH Технологический университет

# Очно-заочная магистратура

Спортивное питание для  
особых групп населения

