федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ГИГИЕНА ПИТАНИЯ, ОБЩАЯ И ЧАСТНАЯ НУТРИЦИОЛОГИЯ**

по специальности

**32.08.07 ОБЩАЯ ГИГИЕНА**

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности 32.08.07 «Общая гигиена», утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № 11 от «22» июня 2018 г.

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Лекция №1.**

**Тема**: Роль и физиологические основы обмена макро- и микроэлементов в питании человека. Основы рационального питания.

**Цель:** углубить и обновить знания врачей-ординаторов о роли и физиологических основах обмена макро- и микроэлементов в питании человека, основах рационального питания.

**Аннотация лекции**: в лекции рассматриваются основные понятия, определение питания как основы жизнедеятельности организма; основы рационального питания; основные компоненты пищи, их источники и биологическая ценность. Роль белков, углеводов, липидов. Значение витаминов и витаминоподобных веществ, минеральных веществ. Особенности питания разных групп населения. Особенности питания спортсменов. Особенности питания детей и подростков.

**Форма организации лекции:** лекция-визуализация с опорным конспектированием; по дидактическому назначению – тематическая, объяснительная; по роли в образовательном процессе – обзорная; по содержанию и системе построения – смешанная.

**Методы обучения, применяемые на лекции**: по источнику знаний – практические, наглядные, словесные; по назначению – приобретение и применение знаний; по типу познавательной деятельности – объяснительно-иллюстративные, репродуктивные.

**Средства обучения**:

- дидактические: *презентация;*

- материально-технические: *мультимедийный проектор, ноутбук, экран*