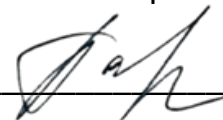


ООО «Образовательный центр Неокортекс»

Утверждаю
Приказом №7 от 25.05.2025
Генеральный директор
ООО «Образовательный центр Неокортекс»
Паникян Каринэ Карэновна



 25.05.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Коуч-консультант по коррекции веса и пищевого поведения»**

Направленность программы:

программа социально-гуманитарной
направленности

Категория обучающихся: данная

программа предназначена для лиц от
18 лет, имеющих высшее или среднее
специальное образование, или
проходящих обучение в ВУЗе

Срок реализации: 9 месяцев (420
часов)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

Ленинградская область,
2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации: от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Другие федеральные законы и действующие нормативные правовые акты.

1.2. Направленность программы: программа социально-гуманитарной направленности.

1.3. Обоснование актуальности программы.

Актуальность настоящей программы обусловлена тем, что в России и в мире в настоящий момент идёт буквально настоящая эпидемия лишнего веса и ожирения.

Это снижает общие показатели здоровья людей, создаёт дополнительную нагрузку на систему здравоохранения, ухудшает качество жизни граждан и снижает их самооценку. Лишний вес и ожирение сказываются так же и на репродуктивной системе, особенно у женщин. Это крайне важно учитывать, т.к. наша страна испытывает дефицит специалистов в области профилактики лишнего веса (различные диеты) и не в состоянии обеспечить кратковременным, с последующим набором всего сброшенного веса, или даже увеличением изначального веса.

документ подписан электронной подписью

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

Причина кроется в особенностях и психологии пищевого поведения. Трудно найти взрослого человека, который не в курсе, что чтобы сбросить вес – нужно меньше есть и больше двигаться. Однако на практике людей с лишним весом и ожирением меньше не становится, а напротив, становится больше и больше.

Особую обеспокоенность вызывает также рост количества случаев детского и подросткового ожирения. Дети – будущее нашей страны, и нам необходимо приложить все усилия, чтобы они были здоровы.

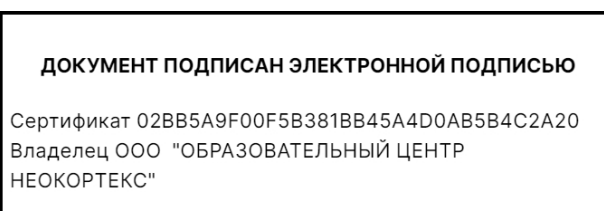
В основе данной программы лежит посыл, что любые вмешательства в питание и (тем более!) в здоровье, должны быть основаны на актуальных клинических рекомендациях, а не на чьем-то мнении или популярных тенденциях из соцсетей и «модных» диетах.

Студентам многократно доносится мысль, что при наличии любых патологий следует обращаться к врачу, а не заниматься самодиагностикой и самолечением.

Тем не менее, специалистов по коррекции именно пищевого поведения в нашей стране на данный момент удручающе мало. Есть эндокринологи, диетологи, психологи общего профиля, но работающих прицельно с пищевым поведением – почти нет (если учесть масштаб проблемы).

Коуч-консультант по коррекции веса и пищевого поведения – это перспективный специалист, который может помочь человеку как организатор, координатор, наставник и мотиватор – для прохождения сложного пути к здоровому и стройному телу.

Разумеется
других специали
гастроэнтеролог



работе с клиентом
хиатра, эндокринолога,

Но большинство людей даже не знают, к кому обращаться, и попадают в «ловушку» вредящих здоровью многочисленных «марафонов похудения», на которых им расскажут про «список разрешенных продуктов», упрекнув в

отсутствии силы воли, надавят на чувство стыда и (возможно) вынудят таким образом несколько (и всегда ненадолго) похудеть. В долгосрочной перспективе посещение таких мероприятий несет в себе существенные риски как для соматического, так и для психологического здоровья.

Программа соотносится с тенденциями на применение клинических рекомендаций, доказательной медицины и психологии, и формирует социально значимые умения и навыки, а также оказывает обучающее и развивающее воздействие.

Программа предполагает:

- ✓ получение общих (общеобразовательных) знаний в области анатомии, физиологии пищеварительной системы
- ✓ получение общих (общеобразовательных) знаний в области диетологии и нутрициологии
- ✓ получение общих (общеобразовательных) знаний в области патологий, часто сопутствующих лишнему весу и ожирению
- ✓ получение общих (общеобразовательных) знаний в области общей психологии и психиатрии
- ✓ получение конкретных знаний, основанных на современных клинических рекомендациях, в области составления рационов питания и принципов безопасного для здоровья снижения веса
- ✓ получение конкретных знаний в области коучинга по снижению веса (коррекции пищевого поведения)
- ✓ практические занятия по отработке полученных знаний и превращению их в умения и навыки – под руководством действующих практикующих специалистов и ведущего преподавателя
- ✓ подробные ответы на вопросы, получение конкретной практической помощи в трудных ситуациях
- ✓ реализацию при помощи средств дистанционного обучения с применением интерактивных технологий

документ подписан электронной подписью

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

ответами на

зиями

олучение

уациях

- ✓ обучение проводится через онлайн лекции (проводятся вживую) и видео- уроки, с предоставлением индивидуального доступа к платформе GetCourse.

1.4. Категория обучающихся (с указанием возраста):

Данная программа предназначена для лиц от 18 лет, имеющих высшее или среднее специальное профессиональное образование, или проходящих обучение в ВУЗе, желающих получить дополнительную специализацию «Коуч-консультант по коррекции веса и пищевого поведения», и использовать полученные знания в работе с клиентами и/или для собственного оздоровления и оздоровления членов семьи.

1.5. Цель программы:

Освоение специализации «Коучи-консультант по коррекции веса и пищевого поведения», до уровня, позволяющего работать с клиентами.

1.6. Задачи программы:

- ✓ формирование знаний о физиологии нормального пищеварения, метаболизме и принципах рационального (правильного) сбалансированного питания;
- ✓ изучение методологии составления сбалансированных рационов питания;
- ✓ изучение методологии безопасного снижения веса;
- ✓ получение знаний о психологии пищевого поведения, знаний и навыков (работы с клиентами) по его коррекции;
- ✓ формирование четкого осознания границ ответственности специалиста к психологу, психиатру, психотерапевту и так далее;
- ✓ формирование умения оказывать психологическое воздействие с клиентами для каждого клиента, с учетом его возрастных и психофизиологических особенностей.

документ подписан электронной подписью

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

1.7. Срок реализации и срок обучения

Срок реализации – от 9 месяцев (270 дней)

Всего количество часов – 420 а.ч. Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

1.8. Форма обучения.

Программа реализуется с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Учебные занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий:

- **лекция** – представляет собой онлайн-занятие или видео-урок по теме учебного занятия;
- **практические занятия** – представляют собой онлайн-встречу группы с преподавателем для отработки навыков и ответов на вопросы
- **самостоятельная работа слушателей** – изучение теоретического материала и практические задания по разделам курса.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план.

Срок обучения – 9 месяцев, объем программы – 420 академических часов.

Итоговая аттестация предусмотрена в виде итогового междисциплинарного экзамена (проводится онлайн).

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
1	Блок 1. Введение в тему. С чем придётся работать.	9,5	9	0,5	Тест, зачет
2	Блок 2. Анатомия и физиология ЖКТ. Процесс пищеварения от А до Я.	11,5	9	2,5	Тест, зачет
3	Блок 3. Нутрициология	26,5	18	8,5	Тест, зачет
4	Блок 4. Основы правильного питания.	13,5	9	4,5	Тест, зачет
5	Блок 5. Управление весом и здоровьем. Рационы питания.	18,5	9	9,5	Тест, зачет
6	Блок 6. Физическая активность.	7,5	3	4,5	Тест, зачет
7	Блок 7. Зоны ответственности и уровни доказательности.	10,5	3	7,5	Тест, зачет
8	Блок 8. Диагностика нутрициологической коррекции.			7,5	Тест, зачет

документ подписан электронной подписью

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Наименование модуля	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
9	Блок 9. Особые группы клиентов.	13,5	9	4,5	Тест, зачет
10	Блок 10. Общая психология.	32,5	15	17,5	Тест, зачет
11	Блок 11. Психология пищевого поведения.	22,5	15	7,5	Тест, зачет
12	Блок 12. Психиатрия и пищевое поведение.	18,5	12	6,5	Тест, зачет

13	Блок 13. Принципы построения работы с клиентами.	10,5	3	7,5	Тест, зачет
14	Блок 14. Коррекция пищевого поведения.	171,5	21	150,5	Тест, зачет
15	Блок 15. Маршрут клиента.	13,5	6	7,5	Тест, зачет
16	Блок 16. Бариатрическая хирургия. Оземпик и другая фармако-коррекция лишнего веса и ожирения.	11,5	6	5,5	Тест, зачет
17	Итоговый междисциплинарный экзамен	12	0	12	Итоговый междисциплинарный экзамен
	ИТОГО	ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ			всего часов

2.2. Содержание учебного плана

ЛК – лекция (теория)

ПР – практическое занятие в группе (онлайн)

СР – самостоятельная работа

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
1	Блок 1. Введение в тему. С чем придётся работать.	ЛК ПР	9 0,5	1.1. Состояние ниши на сегодняшний день. Что говорит наука о похудении и лишнем весе. 1.2. Популярные мифы в похудении, диетологии и нутрициологии, и как с ними работать. Часть 1. 1.3. Популярные мифы в похудении, диетологии и нутрициологии, и как с ними работать. Часть 2.
2	Блок 2. Анатомия и физиология ЖКТ. Процесс пищеварения от А до Я.	ЛК СР	9 2,5	2.1. Анатомия и физиология ЖКТ. Ротоглотка, пищевод и желудок. 2.2. Анатомия и физиология ЖКТ. Кишечник, печень, поджелудочная железа. 2.3. Анатомия и физиология ЖКТ. Процесс пищеварения от А до Я.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР НЕОКОРТЕКС"

Самостоятельная работа –
домашнего
рождение
по теме.

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
3	Блок 3. Нутрици- ология	ЛК СР	18 8,5	3.1. Основы нутрициологии. Белки. 3.2. Основы нутрициологии. Жиры. 3.3. Основы нутрициологии. Углеводы и пищевые волокна. 3.4. Основы нутрициологии. Витамины, минералы, витаминоподобные вещества, часть 1. 3.5. Основы нутрициологии. Витамины, минералы, витаминоподобные вещества, часть 2. 3.6. Основы нутрициологии. Вода, чай, кофе и другие напитки. 3.7. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
4	Блок 4. Основы правильного питания.	ЛК СР	9 4,5	4.1. Принципы организации рационального питания. Метаболическая тарелка. 4.2. Рациональное питание. Как быть сытым и худеть. 4.3. Популярные диеты и что с ними не так. 4.4. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
5	Блок 5. Управление весом и здоровьем. Рационы питания.	ЛК ПР СР	9 5 4,5	5.1. Управление весом. Причины лишнего веса и дефицита веса. Энергетический баланс. 5.2. Управление весом. Способы ограничения калорийности рациона. Метаболическая адаптация. 5.3. Рационы питания. Классический, средиземноморский, вегетарианский, низкоуглеводный. 5.5. Практика – разбор «тарелок». 5.5. Практика – составление рационов для реальных клиентов, с учетом их вкусовых, религиозных и иных предпочтений. 5.6. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
6	Блок 6. Физическая активность.	ЛК СР	3 4,5	6.1. Физическая активность и её роль в поддержании желаемых показателей веса, и здоровья в целом. Виды физической активности. Как помочь клиенту выбрать физическую Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
7	Блок 7. Зоны ответственности. Уровни доказательности.	ЛК ПР СР	3 3 4,5	7.1. Зоны ответственности коуча-консультанта, врача и психолога. Как дать клиенту максимум из возможного и не «залезть» в чужую зону ответственности. 7.2. Уровни доказательности в науке и медицине. Разбор нашумевшего и популярного фильма «Сахар» - с т.з. современной науки и уровней доказательности. 7.3. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
8	Блок 8. Доврачебная диагностика и нутрициологическая коррекция.	ЛК ПР СР	9 3 4,5	8.1. Доврачебная диагностика. Наиболее распространенные дефицитные состояния и их нутрициологическая коррекция. БАДы и витаминные комплексы: за и против. Самостоятельные чек-апы – нужны или нет, из чего состоят, что делать с результатами. Биофидбэк. 8.2. Основы гастроэнтерологии. Роль специальных диет в поддержании здоровья желудка и кишечника. 8.3. Патологии печени и поджелудочной железы. Чем ещё помочь клиенту, кроме как отправить к гастроэнтерологу. 8.4. Копрограмма и её расшифровка. Зачем копрограмма нужна коучу-терапевту. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
9	Блок 9. Особые группы клиентов.	ЛК СР	9 4,5	9.1. Лишний вес и ожирение у детей и подростков. Как с ним работать и как корректировать. 9.2. Женщины в период климакса и менопаузы. Особенности потребности организма. Как помочь клиентке не набрать вес в климакс. 9.3. Профессиональные спортсмены, беременные женщины, клиенты преклонного возраста, люди с медицинскими ограничениями в питании. 9.4. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
10	Блок 10. Общая психология.	ЛК ПР СР	15 9 8,5	10.1. Психика, разум, эмоции, чувства. 10.2. Навыки эмоциональной саморегуляции. Окно толерантности. 10.3. Когнитивные ошибки (когнитивные искажения). 10.4. Психологические защиты и как с ними работать. 10.5. Мотивация. Поддержание мотивации на длительной дистанции. 10.6. Нарботка навыков безоценочного суждения. Взгляд камеры и другие приёмы. 10.7. Нарботка навыков отслеживания когнитивных искажений.
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20 Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР НЕОКОРТЕКС"				а навыков поддержания себя и клиентов. тельная работа – омашнего задания, прохождение тестирования по теме.

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
11	Блок 11. Психология пищевого поведения.	ЛК ПР СР	15 3 4,5	11.1. Введение в тему. Чем может быть обусловлено пищевое поведение. Нарушения пищевого поведения. 11.2. Регуляция голода и аппетита. Возможные отклонения и особенности у людей с большим весом. 11.3. Расстройства пищевого поведения, часть 1. Анорексия, булимия. Маршруты выздоровления. 11.4. Расстройства пищевого поведения, часть 2. Приступообразные переедания, компульсивные переедания, ARFID. Маршруты выздоровления. 11.5. «Правило трех» Марши Херрин. Как его применить на практике. 11.6. Практика в группе. Дифференциальная диагностика РПП и НПП. 11.7. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
12	Блок 12. Психиатрия и пищевое поведение.	ЛК СР	12 6,5	12.1. Введение в психиатрию. Понятие нормы и патологии. Уровни психиатрических расстройств. Когда уже пора «звать» психиатра? 12.2. Невротические состояния. Депрессия, ПТСР и КПТСР, тревожное расстройство. Влияние на пищевое поведение. 12.3. Психопатические состояния. (расстройства личности). Пограничное и нарциссическое расстройства. Влияние на пищевое поведение. 12.4. Психотические состояния. Аффективные расстройства – БАР, рекуррентная депрессия, дистимия, сезонное аффективное расстройство. Влияние на пищевое поведение. 12.5. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
13	Блок 13. Принципы построения работы с клиентами.	ЛК ПР СР	3 3 4.5	13.1. Принципы построения здоровых и продуктивных взаимоотношений с клиентами. Как пресекать попытки «назначить вас на роль спасателя». Личные границы в общении с клиентами. 13.2. Практическое занятие в группе «Личные границы». 13.3. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
14	Блок 14. Коррекция пищевого поведения.	ЛК ПР СР	21 120 30,5	14.1. Виды подходов в работе. Коучинг – как эффективный подход в работе с клиентами в сфере коррекции веса и пищевого поведения. Ведение диалога в коучинге. 14.2. Правильные вопросы. Как помочь клиенту выявить истинные (глубинные) причины переживаний и справиться с ними. 14.3. Психосоматика лишнего веса. 14.4. Инструменты и практики по работе с весом: что выбрать и почему. 14.5. Техники и рабочие инструменты коуча-консультанта по коррекции веса и пищевого поведения. 14.6. EMDR как метод с доказанной эффективностью по работе с триггерными состояниями и триггерными продуктами. 14.7. Работа с клиентами-добровольцами. Часть 1. Коллегиальная. 14.8. Работа с клиентами-добровольцами. Часть 2. Индивидуальная. 14.9. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
15	Блок 15. Маршрут клиента.	ЛК ПР СР	6 3 4,5	15.1. Составление индивидуальной программы работы с клиентом, исходя из его запросов, целей, особенностей здоровья и пищевых предпочтений и т.д. 15.2. Составление планов созвонов (сессий) – для эффективного взаимодействия и возможности контроля всего процесса изменений (как с вашей стороны, так и со стороны клиента). Как эффективно завершать каждую сессию, чтобы клиенты не «сливались». 15.3. Практика. Составление индивидуальных маршрутов. 15.4. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, прохождение тестирования по теме.
16	Блок 16. Бариатри- ческая хирургия. Оземпик и другая фармако- коррекция лишнего веса и ожирения.	ЛК СР	6 5,5	16.1. Бариатрическая хирургия. Перспективы, возможности, риски. Кому показана и почему. Как подготовить клиента к бариатрической операции. 16.2. Оземпик и другая фармакокоррекция. Научные перспективы развития фармакологии в сфере коррекции веса и пищевого поведения. 16.3. Самостоятельная работа – выполнение домашнего задания, тестирования по теме.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

№ п/п	Название модуля	Виды учебных занятий	Кол-во ак.ч.	Содержание
17	Итоговый междисциплинарный экзамен	СР	12	17.1. Самостоятельная подготовка к экзамену. Получение ответов на сложные вопросы через обратную связь в чате поддержки. 17.2. Сдача итогового междисциплинарного экзамена (Онлайн-тестирование, ограничено временем 90 минут, открывается в определённый день, можно пройти в любое время в течение 24 часов. Пересдача возможна через неделю. В случае повторной неудачной сдачи экзамена со студентом проводится индивидуальная работа по темам, вызывающим затруднения).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

3. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Планируемые результаты

В результате обучения обучающийся должен:

знать:

- ✓ *анатомию и физиологию желудочно-кишечного тракта*
- ✓ *возможные причины лишнего веса, принципы безопасного снижения веса*
- ✓ *признаки, при которых необходимо направить клиента к врачу или психологу*
- ✓ *принципы здорового образа жизни и сбалансированного рационального питания с т.з. современной науки и актуальных клинических рекомендаций*
- ✓ *приёмы и методы регуляции пищевого поведения*

уметь:

- ✓ *составлять рационы питания, с учетом потребностей, вкусовых предпочтений, возрастных и физиологических особенностей, ограничений по здоровью*
- ✓ *помогать клиентам составлять достижимые цели, поддерживать мотивацию, справляться с трудностями на пути к снижению веса*
- ✓ *помогать клиентам осваивать приёмы эмоциональной саморегуляции для уменьшения эпизодов перееданий*

3.2. Промежуточный контроль и оценочные средства

Промежуточные контрольные задания предусмотрены для каждого блока программы освоения материала. Проверка самостоятельной работы обучающегося проводится по системе зачтено/не зачтено.

Отметка «зачтено» выставляется слушателю, усвоившему материал,

документ подписан электронной подписью
Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

который выполняет домашнее задание, правильно применяет теоретические положения при выполнении домашнего задания, и правильно отвечает на все вопросы тестирования.

Отметка «не зачтено» выставляется слушателю, который с затруднениями выполняет домашние задания и/или не может правильно ответить на вопросы тестирования. Задание в этом случае направляется на доработку, тестирование можно пройти повторно.

3.3. Итоговый контроль

Итоговый контроль: по завершению обучения предусмотрен итоговый междисциплинарный экзамен. Экзамен проводится онлайн, представляет собой случайным образом выбранные тестовые вопросы по всем темам обучающей программы, в количестве 60 штук. Время на прохождение экзамена – 1.5 часа, повторная сдача возможна через 7 дней.

Лица, успешно сдавшие итоговый междисциплинарный экзамен, считаются успешно освоившим программу.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-техническое обеспечение

На стороне преподавателя:

Персональный компьютер или ноутбук с камерой, микрофоном и наушниками, MS Windows; Офисный пакет Office; Web-браузер; Zoom

На стороне обучающегося:

Для доступа к учебным материалам, к практическим онлайн-занятиям, на Яндекс-диск и в мессенджеры:

- персональное электронно-цифровое устройство для доступа к платформе (персональный компьютер, планшет, мобильное устройство и др.) с одной из операционных систем: MS Windows, MacOS, Android, iOS, Linux;
- установленный на персональном электронно-цифровом устройстве современный веб-браузер для доступа в Интернет актуальной версии: Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge, Safari (для MacOS), Яндекс.Браузер, Opera актуальной версии, Internet Explorer версии 9 и выше
- программа (или приложение для телефона) Zoom для доступа к групповым практическим онлайн занятиям
- мессенджер Telegram актуальной версии
- рекомендованная входящая/исходящая скорость соединения с сетью Интернет— от 256 кбит/с;
- наличие приложения для чтения файлов формата PDF.

Информационные системы, обеспечивающих функционирование электронной информационно-образовательной среды:

- Сайт в интернете «Интернет»
<https://neocortex.center/>
- Программа «Информационного обучения»
<https://panikyan.neocortex.center/>
- Система учета контингента обучающихся – реализована в программе для ЭВМ «GetCourse» (система учета контингента обучающихся на платформе

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

«GetCourse» позволяет фиксировать дату и время входа обучающихся для занятий, дату прохождения каждого урока, дату и статус экзамена, задания);

- Telegram – мессенджер для создания чатов с учениками. Используется с целью оперативного реагирования на вопросы обучающихся, возникающие при выполнении заданий. <https://telegram.org/>

Методические материалы

- используется метод словесный и метод упражнений, по каждому модулю даются лекции, задания и тестирования для самостоятельного выполнения; в некоторых модулях предусмотрены также практические групповые онлайн занятия
- педагогические технологии, применяемые в рамках реализации программы – технология личностно-ориентированного развивающего обучения (сочетание обучения и индивидуальная деятельность слушателя, целью технологии является максимальное развитие индивидуальных познавательных способностей слушателя на основе использования имеющегося у него опыта);
- уроки в форме лекций;
- алгоритм учебного занятия: подготовительный (организационный) этап, усвоение новых знаний и способов действий, обобщение и систематизация знаний, рефлексивный, итоговый, после выполнения самостоятельного задания – контрольный этап изучения материала;
- используется метод групповых созвонов для обсуждения вопросов лекций.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

4.2. Учебно-методическое обеспечение

Нормативная база

1. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая от 30 ноября 1994 г. N 51-ФЗ, часть вторая от 26 января 1996 г. № 14-ФЗ, часть третья от 26 ноября 2001 г. № 146-ФЗ, часть четвертая от 18 декабря 2006 г. N 230-ФЗ);
2. Трудовой кодекс Российской Федерации N 197-ФЗ 30 декабря 2001 г.
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации: от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4.3. Электронно-цифровое обеспечение реализации программы

Программа реализуется исключительно с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий посредством онлайн-платформы «GetCourse», обеспечивающей освоение обучающимися образовательной программы в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Учебные занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий:

- A. **Лекция** – представляет собой онлайн-урок по теме учебного занятия;
- B. **Практика** – представляет собой групповое практическое онлайн занятие;
- C. **Самостоятельное изучение** – самостоятельное изучение теоретического материала и практических заданий.
- D. В процессе изучения теоретического материала и практических заданий материалы отправляются на учебную Платформу для проверки преподавателем в индивидуальном порядке.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"

4.4. Кадровое обеспечение

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками, квалификация которых отвечает квалификационным требованиям к должности «Преподаватель», установленных приказом Минздравсоцразвития РФ от 26.08.2010 N 761н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования» имеющие высшее образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки "Образование и педагогика" или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по программе обучения, без предъявления требований к стажу работы.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 02BB5A9F00F5B381BB45A4D0AB5B4C2A20
Владелец ООО "ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
НЕОКОРТЕКС"