

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «УОМ»



Апреликова О.Н.

12 декабря 2024 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Модульная образовательная программа

«Нутрициология и превентивное персонализированное управление здоровьем»

№ п/п	Наименование дисциплин (модулей, тем)	Всего, (ак.час.)	В том числе		Форма контроля
			Т.З.	П.З.	
1.	Модуль 1. Матрица здоровья: принципы комплексного немедикаментозного оздоровления собственной жизни, жизни своей семьи и для профессиональной деятельности	89	39	50	зачет
2.	Модуль 2. Макронутриенты. Ключевые принципы интегративного питания.	80	33	47	зачет
3.	Модуль 3. Основы нутрициологической поддержки организма. Микронутриенты.	92	45	47	зачет
4.	Модуль 4. Анатомия и физиология ЖКТ. Иммунодиетология. Пищевая гиперчувствительность. Планы питания для здоровья ЖКТ.	98	41	57	зачет
5.	Модуль 5. Функциональный дисбаланс ЖКТ. Программа 5R для восстановления ЖКТ	73	25	48	зачет
6.	Модуль 6. Современные базовые диагностические инструменты (для работы самостоятельно и в коллаборации с врачом превентивной медицины)	103	42	61	зачет
7.	Модуль 7. Биологическая и психологическая детоксикация	82	30	52	зачет
8.	Модуль 8. Стресс и нарушение сна как основные факторы неблагополучия — физического и психического. Комплексные технологии антистресса.	102	46	56	зачет

9.	Модуль 9. Физическая активность как ключевой элемент общего здоровья. Митохондриальная дисфункция и синдром хрупкости. Основы спортивного питания.	76	29	47	зачет
10.	Модуль 10. Инструменты коучинга и психологии для себя и работы с клиентами	80	26	54	зачет
11.	Модуль 11. Метаболический синдром	101	36	65	зачет
12.	Модуль 12. Оптимизация функций головного мозга как важная составляющая здоровья и эффективности жизни	92	33	59	зачет
13.	Модуль 13. НДСТ, анемия, паразитозы и ОРВИ. Нутрициологическое сопровождение при онкологии (для работы самостоятельно и в коллаборации с врачом превентивной медицины)	80	29	51	зачет
14.	Модуль 14. Натуральные и функциональные инструменты поддержания гормонального здоровья	91	32	59	зачет
15.	Итоговая аттестация	6	-	6	экзамен
	Итого	1245	486	759	