

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
Общество с ограниченной ответственностью
«Университет образовательной медицины»



Апреликова О.Н.
«20» апреля 2026 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Программа профессиональной переподготовки
«Интегративные стратегии немедикаментозного оздоровления и модификации образа жизни»

№ 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	75	23	52	зачет
2.	Модуль 2. Макронутриенты. Ключевые принципы интегративного питания.	73	20	53	зачет
3.	Модуль 3. Основы нутрициологической поддержки организма. Микронутриенты.	89	30	59	зачет
4.	Модуль 4. Анатомия и физиология ЖКТ. Иммунодиетология. Пищевая гиперчувствительность. Планы питания для здоровья ЖКТ.	90	39	51	зачет
5.	Модуль 5. Функциональный дисбаланс ЖКТ. Программа 5R для восстановления ЖКТ	77	24	53	зачет
6.	Модуль 6. Современные базовые диагностические инструменты (для работы самостоятельно и в коллаборации с врачом превентивной медицины)	94	38	56	зачет
7.	Модуль 7. Биологическая и психологическая детоксикация	80	32	48	зачет
8.	Модуль 8. Физическая активность как ключевой элемент общего здоровья. Митохондриальная дисфункция и синдром хрупкости. Основы спортивного питания.	86	26	60	зачет

9.	Модуль 9. Стресс и нарушение сна как основные факторы неблагополучия — физического и психического. Комплексные технологии антистресса.	110	54	56	зачет
10.	Итоговая аттестация	6	-	6	экзамен
11.	Итого	780	286	494	