

Учебный план
дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки
«Превентивная нутрициология»

№	Наименования этапов/блоков/модулей	Всего часов	Лекции	Практические занятия	СРС*	Формы аттестации
1.	Модуль 1. Диагностика	59	19	24	12	Зачет
1.1	Введение	5	2	-	3	-
1.2	Опрос и осмотр клиента	3	1	-	2	-
1.3	Инструменты нутрициолога: колесо питания и образа жизни, дневник питания	5	3	-	2	-
1.4	Лабораторная диагностика. Правила сдачи анализов, ОАК, ОАМ, копрограмма, ключевые дефициты, метаболизм	23	8	12	3	-
1.5	Генетика и эпигенетика. Генетическая панель NutriMax	19	5	12	2	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
2.	Модуль 2. Полноценный рацион	22	10	4	4	Зачет
2.1	Белки, жиры, углеводы, вода	5	4	-	1	-
2.2	Лактазная недостаточность. Фитиновая кислота и лектины	2	2	-	-	-
2.3	Продукты: выбор, закупка, хранение, методы приготовления, заморозка. Организация приема пищи	3	3	-	-	-
2.4	Полноценный рацион	8	1	4	3	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
3.	Модуль 3. Пищеварение и детокс	18	9	-	5	Зачет
3.1	Физиология пищеварения	4	3	-	1	-
3.2	Поддержка идеальной модели пищеварения	5	3	-	2	-
3.3	Детокс как образ жизни	5	3	-	2	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
4.	Модуль 4. Образ жизни	11	4	0	-	Зачет
4.1	Сон	2	1	-	-	-
4.2	Стресс	2	1	-	-	-
4.3	Подбор типа физической нагрузки для клиента	3	2	-	-	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	-
5.	Модуль 5. Нутрицевтики	35	23	0	-	Зачет
5.1	Введение в тему дефицитов. Как выбрать БАДы	3	3	-	-	-
5.2	Водорастворимые и жирорастворимые витамины	7	5	-	-	-
5.3	Минералы. Витаминоподобные вещества	8	6	-	-	-
5.4	БАДы для поддержки пищеварительной системы и детокса	4	3	-	-	-
5.5	БАДы для поддержки нервной системы и нормализации сна	4	3	-	-	-

5.6	НутриАптечка. Разбор кейсов	5	3	-	-	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
6.	Модуль 6. Основы консультирования и коучинга	12	6	0	-	Зачет
6.1	Принципы коучинга. Этика консультирования. Типология клиентов. Дизайн поведения	4	3	-	-	-
6.2	Ведение клиентов: первая консультация, ведение, итоговая встреча	4	3	-	-	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
7.	Модуль 7. Практикум по ведению клиента	97	4	44	45	Зачет
7.1	Варианты развития для нутрициолога	2	2	-	-	-
7.2	Юридические аспекты в работе нутрициолога. Резюме нутрициолога	2	2	-	-	-
7.3	Коуч - сессии	8	-	8	-	-
7.4	Личный бренд. Продвижение	6	-	6	-	-
7.5	Практикум	30	-	30	-	-
7.6	Дополнительные материалы	45	-	-	45	-
Промежуточная аттестация		4	-	-	-	Зачет
Итоговая аттестация		6	Зачет			
Итого:		260	75	66	85	34