

На основании
Приказа «Об утверждении программы»
от 01.06.2025 № 20



И. К. Генералова

Учебный план

Наименование тем и модулей	Общая трудоёмкость, в акад. час	Виды учебных занятий, учебных работ			Виды контроля
		Лекции	Практика	Самост. работа	
Модуль 1. Фундамент здоровья: базовые принципы нутрициологии и здорового питания	2	1	0,5	0,5	Текущий контроль
Модуль 2. Основы рационального питания.	4,75	2,25	0,5	2	Текущий контроль
Модуль 3. Диагностика и анализ дефицитов	3	1	1,5	0,5	Текущий контроль
Модуль 4. Восполнение дефицитов. Умный выбор витаминов и минералов для предотвращения дефицитов	2	0,75	1	0,25	Текущий контроль
Модуль 5. Психология пищевого поведения и влияние стресса на питание. Образ жизни как важнейшая составляющая здоровья.	4	1,25	2,5	0,25	Текущий контроль
Модуль 6. Коррекция работы ЖКТ	4,25	1,75	1,25	1,25	Текущий контроль
Модуль 7. Умный выбор безопасных продуктов питания.	5	1,75	2,5	0,75	Текущий контроль
Модуль 8. Вся правда о глютене, сахаре, соли и лактозе	2,5	1	0,75	0,75	Текущий контроль
Модуль 9. Особенности питания взрослых и детей.	4	1,75	1	1,25	Текущий контроль
Модуль 10. Практическое составление сбалансированного рациона питания	4,25	1,5	2,25	0,5	Текущий контроль
Модуль 11. Безопасный быт, благоприятный микроклимат дома	4,5	1,5	2,5	0,5	Текущий контроль
ИТОГО:	40	15,5	16	8,5	