

Õppekava  
**TOITUMIS- JA TERVISETERAAPIA I MOODUL:**  
toitumisnõustaja väljaõpe\*

I moodul kestab ühe aasta

Õppeaine nimetus		Maht (ak)	Kontakttunnid	Iseseisev töö
1	Toitumisnõustamise alused	13	4	9
2	Toitumisõpetus	52	20	32
3	Toitumise biokeemia I	52	16	36
4	Seedimise anatoomia ja füsioloogia	26	8	18
5	Toitumine erinevates vanusegruppides	52	18	34
6	Tervishoiuteenuste korraldamise alused	13	4	9
7	Kehakaal, dieetid ja toitumisalased müüdid	52	12	40
8	Liikumissoovitused, füüsilise koormuse hindamine ja harrastussportlase toitumisnõustamine	26	12	14
9	Toitumuse ja toitumise hindamise meetodid ning menüüde koostamine	52	12	40
10	Nõustamispsühholoogia ja –tehnikad	130	52	78
11	Toitumise epidemioloogia I: meetodid ja andmeallikad	26	8	18
12	Toiduohutus, mikroorganismid ja toksikoloogia I	13	6	7
13	Toidutehnoloogia ja töötlemise mõju toitainete sisaldusele I	13	6	7
14	Dietoloogia I	78	28	50
15	Lõputöö ja eksam	52	6	46
<b>KOKKU</b>		<b>650</b>	<b>212</b>	<b>438</b>

Esimene moodul sisaldab 650 tundi õpet (25 EAP), millest 212 tundi moodustab kontaktõpe ja 438 tundi iseseisev töö

\*Õppekava koosneb kahest moodulist.