



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
кафедрой гигиены
к.м.н., доцент Л.В. Попкова
(И.О. Фамилия)

(подпись)

«27» января 2025 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
практических (теоретических) занятий
дисциплины «Основы здорового образа жизни»
для студентов 2 курса Медико-профилактического факультета
II семестр 2024-2025 учебного года

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество часов
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	2
2.	Личная и общественная гигиена	2
3.	Основы рационального питания	2
4.	Здоровье и движения	2
5.	Закаливание организма	2
6.	Рациональный режим труда и отдыха	2
7.	Профилактика химических и нехимических аддикций	2
8.	Медико-социальный аспект формирования здорового образа жизни	2
	Итого:	16