



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

(подпись)

«30» августа 2024 г.

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

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество часов
1.	Понятие о валеологии	2
2.	Окружающая среда и здоровье человека	2
3.	Основы психогигиены	2
4.	Формирование навыков здорового образа жизни	2
5.	Профилактика химических и нехимических аддикций	2
6.	Профилактика стресса	2
7.	Понятие о рациональном и сбалансированном питании. Режим питания.	2
8.	Медико-социальный аспект формирования здорового образа жизни	2
	Итого:	16