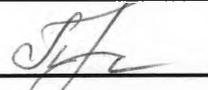




УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
кафедрой гигиены
к.м.н., доцент Л.В. Попкова.


«27» августа 2025 г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
практических занятий

дисциплина **«ВАЛЕОЛОГИЯ»**
факультет Медико-профилактический
курс 2
семестр IV
учебный год 2025/2026

№ п/п	Тематика практических занятий	Количество учебных часов
Раздел 1. Основные понятия валеологии		2
1	Понятие о валеологии	2
Раздел 2. Валеологический анализ факторов здоровья		4
2	Окружающая среда и здоровье человека	2
3	Основы психогигиены	2
Раздел 3. Система формирования здорового образа жизни населения		10
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