

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Кубанский государственный медицинский
университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра профилактики заболеваний, здорового образа жизни и
эпидемиологии

**Тематический план лекций по дисциплине «Основы здорового образа
жизни» для студентов II курса лечебного факультета в осеннем (III)
семестре 2022/2023 учебного года**

п/№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
1.	Основы учения о здоровье и здоровом образе жизни. Современная государственная политика РФ в области здоровьесбережения.	2
2.	Рациональное питание и здоровье.	2
3.	Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.	2
4.	Психологические основы здоровья. Стресс и его влияние на здоровье.	2
5.	Влияние алкоголя на здоровье. Стратегия государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактики алкоголь-ассоциированной патологии среди населения.	2
6.	Психологическое и физиологическое влияние табакокурения, употребления наркотических и токсических веществ на организм человека. Концепция государственной антинаркотической политики и политики в области снижения масштабов потребления табака.	2
7.	Терморегуляция и здоровье. Профилактика простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Инфекции, передающиеся половым путем и пути их предотвращения.	2
	Итого	14

Заведующий кафедрой профилактики
заболеваний, здорового образа жизни
и эпидемиологии

С.Н. Алексеенко