

**Название тем лекций и количество часов изучения
учебной дисциплины «Основы здорового образа жизни» для
1 курса медико-профилактического факультета**

1-й семестр

п/№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Объем по семестрам
		№1
1	2	3
1.	Основы учения о здоровье и здоровом образе жизни.	2
2.	Современная Государственная политика РФ в области здоровьесбережения.	2
3.	Рациональное питание и здоровье.	2
4.	Роль личной и общественной гигиены в формировании здорового образа жизни.	2
5.	Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.	2
6.	Психологические основы здоровья. Стресс и его влияние на здоровье.	2
7.	Аддиктивное поведение. Патологический гемблинг. Пищевые аддикции (нервная булимия, нервная анорексия). Орторексия. Меры профилактики.	2
	Итого	14

Заведующий кафедрой
профилактики заболеваний,
здорового образа жизни и эпидемиологии,
д.м.н.

С.Н. Алексеенко