Тематический план самостоятельной работы обучающегося
по дисциплине «Психология здоровья»
для обучающихся 2026 года поступления
по образовательной программе 06.04.01 Биология,
направленность (профиль) Молекулярная биология,
форма обучения очная
на 2026-2027 учебный год

№	Тема самостоятельной работы	Часы (академ.)
1 семестр		
История и прикладные аспекты психологии здоровья		79
Раздел 1. История становления и современное состояние психологии здоровья.		8
Раздел 2. Здоровый образ жизни. Отношение к здоровью и болезни. Основы сексуального здоровья. Профилактическая наркология. Традиционные и современные концепции ведения здорового образа жизни. Составляющие здорового образа жизни.		10
Раздел 3. Программы ранней помощи для детей от рождения до трех лет. Внутренняя картина здоровья детей и подростков. Психическое здоровье студентов.		10
Раздел 4. Психическое равновесие. Самоуправление и психическое здоровье. Йога и здоровье. Состояние здоровья как причина эмоционального дискомфорта.		10
Раздел 5. Возможности и предпосылки повышения качества жизни путем самореализации и социальной активности человека.		10
Раздел 6. Физические особенности человека и их влияние на его поведение в обществе.		10
Раздел 7. Работоспособность как критерий профессионального здоровья.		10
Раздел 8. Факторы профессиональной работоспособности. Профессиональная реабилитация. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека		10
Контрольный раздел		1

Рассмотрено на заседании кафедры общей и клинической психологии, протокол от « 29 » мая 2026 г. № 10

Заведующий кафедрой М.Е.Волчанский