

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ
основной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 Физическая культура

**Профиль СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ
СПОРТА**

квалификация (степень) – бакалавр
форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология здоровья» составлена в соответствии с учебным планом подготовки академических *бакалавров* по направлению 49.03.01 – Физическая культура в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области психологии здоровья и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Академический бакалавр по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и программой подготовки, а именно **в рекреационной деятельности:**

- способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

в организационно-управленческой деятельности:

- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, *обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий;*

в научно-исследовательской:

- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;

в культурно-просветительской:

- проводить пропагандистские и информационные кампании по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, *поддержание работоспособности, активного долголетия, привлечения детей и подростков к занятиям спортом.*

Вышеуказанное через призму дисциплины «Психология здоровья» конкретизируется (проявляется) в следующих задачах:

1. Создать у студентов установку на использование знаний по психологии здоровья в профессиональной деятельности.

2. Помочь студентам осознать необходимость оптимального сочетания отношения к здоровью как к цели жизни и как к средству для достижения других жизненных целей.
3. Создать у студентов установку «Не навреди!» при решении профессиональных задач.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП:

Дисциплина «Психология здоровья» относится к вариативной части. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: «Психология и педагогика» и «Психология физической культуры»

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

А) общепрофессиональные:

ОПК-10 – способен формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки ведения здорового образа жизни;

б) профессиональные (ПК):

ПК-16 - способен формировать и поддерживать мотивацию у населения к рекреационной деятельности, используя коммуникативные и организаторские способности

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ компоненты и уровни здоровья как состояния (ОПК-10); ➤ критерии здоровья человека на уровне индивида, субъекта, личности и индивидуальности (ОПК-10); ➤ компоненты (факторы) здорового образа жизни (ЗОЖ) (ОПК-10); ➤ особенности насильственной и ненасильственной технологий самоуправления (ПК-16); ➤ критерии здоровой школьной среды (ПК-16); ➤ классификацию «трудных» детей с точки зрения здоровья (ПК-16); ➤ особенности здоровьесберегающих педагогических технологий (ПК-16); ➤ принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ПК-16); ➤ психологические основы формирования и поддержания здоровой школьной среды (ПК-16); ➤ основы формирования активно-отрицательного отношения к наркотикам у подрастающего поколения (ПК-16). ➤ основы психологически здорового общения (ПК-16)
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ в основе адекватно относиться к здоровью: и как к цели жизни, и как к средству достижения других целей, включая профессиональные (ОПК-10); ➤ учитывать критерии здорового общения при взаимодействии с другими (ОПК-10); ➤ в профессиональной деятельности руководствоваться принципом «Не навреди!» и реализовывать принципы формирования и поддержания здоровой профессиональной среды, в том числе для обучения и воспитания (ОПК-10); ➤ анализировать данные психодиагностики с точки зрения влияния на здоровье человека (ОПК-10); ➤ создавать у детей и подростков установку на формирование и поддержание ЗОЖ, и отказ от саморазрушающего поведения (ПК-16);

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ применять принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ПК-16);
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ здоровьесберегающим подходом в обучении, воспитании и развитии подрастающего поколения (ОПК-10); ➤ приемами формирования и поддержания здоровой среды при решении профессиональных задач (ОПК-10); ➤ опытом проведения тематических занятий по психологическим основам здорового образа жизни с учащимися (ОПК-10); ➤ приемами формирования и поддержания мотивации ЗОЖ, прежде всего у детей и подростков (ПК-16); ➤ методами и приемами развития собственного здоровья на уровне субъекта, личности и индивидуальности (ПК-16).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	7 семестр
Аудиторные занятия (всего)		36*	36*
В том числе:			
Лекции		14	14
Практические занятия (ПЗ)		22	22
Семинары (С)		-	-
Лабораторные работы (ЛР)		-	-
Самостоятельная работа (всего)		36	36
В том числе:			
Курсовая работа		-	-
Расчетно-графические работы		-	-
Рефераты		-	-
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>			
Письменные самостоятельные работы		10	10
Изучение теоретического материала		10	10
Подготовка к текущей аттестации (опросы и тестирование)		6	6
Подготовка к промежуточной аттестации		10	10
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет
Общая	Часы	72	72

трудоемкость:	Зачетные единицы	2	2
----------------------	-------------------------	----------	----------

Прим.: из 36 часов аудиторных занятий 12 часов - интерактивные.

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	9 семестр
Аудиторные занятия (всего)		8*	8*
В том числе:			
Лекции		2	2
Практические занятия (ПЗ)		6	6
Семинары (С)		-	-
Лабораторные работы (ЛР)		-	-
Самостоятельная работа (всего)		64	64
В том числе:			
Курсовая работа		-	-
Расчетно-графические работы		-	-
Рефераты		-	-
<i>Другие виды самостоятельной работы</i>			
Письменные самостоятельные работы, включая контрольную работу		40	40
Изучение теоретического материала		6	6
Подготовка к текущей аттестации (опросы и тестирование)		8	8
Подготовка к промежуточной аттестации		10	10
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет
Общая трудоемкость:	Часы	72	72
	Зачетные единицы	2	2

Прим.: * - из 10 часов аудиторных занятий 2 часа – интерактивные.