

АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине

ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.01 – Физическая культура

Квалификация - 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 *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.

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 обучающихся 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 ОПОП:

Дисциплина «Психология здоровья» относится к вариативной части, дисциплинам по выбору студента. 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;

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
--------	---

	<p>(ОПК-10);</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ компоненты (факторы) здорового образа жизни (ЗОЖ) (ОПК-10); ➤ особенности насильственной и ненасильственной технологий самоуправления (ПК-16); ➤ критерии здоровой школьной среды (ОПК-10); ➤ классификацию «трудных» детей с точки зрения здоровья (ОПК-10); ➤ особенности здоровьесберегающих педагогических технологий (ОПК-10); ➤ принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ОПК-10); ➤ психологические основы формирования и поддержания здоровой школьной среды (ОПК-10); ➤ основы формирования активно-отрицательного отношения к наркотикам у подрастающего поколения (ОПК-10). ➤ основы психологически здорового общения (ОПК-10)
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 (ОПК-10); ➤ применять принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ОПК-10);
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 (ОПК-10); ➤ методами и приемами развития собственного здоровья на уровне субъекта, личности и индивидуальности (ОПК-10).

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 трудоемкость:	Часы	72
	Зачетные единицы	2

Прим.: из 36 часов аудиторных занятий 8 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)		
Семинары (С)	6	6
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
	Зачетные единицы	2

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