

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Направление подготовки: 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Психология социальной работы и юридическая психология.

Форма обучения: Очная

1. Наименование дисциплины – «Психология здоровья»

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Общей целью освоения дисциплины «Психология здоровья» является формирование системы научных понятий и научно упорядоченных базовых представлений обо всех существенных аспектах психологии здоровья.

Задачи курса:

- Усвоить основные психологические понятия психологического здоровья личности и теоретические подходы к изучению профессиональной деятельности и человека как субъекта профессиональной деятельности.
- Научить самостоятельно разбираться в постановке и решении проблем психологического здоровья личности, связанных с профессиональной деятельностью человека;
- Научить соотносить частные задачи, возникающие в практике психологического сопровождения профессиональной деятельности, с контекстом фундаментальных проблем психологической науки.
- Сформировать навыки работы профилактики и предупреждения вредоносных факторов, влияющих на психологию здоровья личности.

Компетенции студентов, формируемые в результате освоения дисциплины

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (**ОК-8**);
- способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (**ПК-3**);
- способностью к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества (**ПК-12**).

В результате освоения дисциплины студент должен:

Наименование компетенции	Планируемые результаты обучения
способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);	знать: <ul style="list-style-type: none">- условие и генезис формирования физического здоровья;- значение и роль телесных функций в работе практического психолога;- базовые положения теории движения и их значение для формирования физической культуры; уметь: <ul style="list-style-type: none">- интерпретировать содержание критериев физического состояния человека;- использовать в практической психологии оздоровительные техники, построенные на основе онтологии физической культуры;- использовать двигательные и голосовые техники для коррекции физического состояния;

	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - базовыми научными категориями, раскрывающими физический аспект целостного состояния здоровья; - техниками движения, направленными на развитие психомоторной сферы; - техниками дыхания, используемыми для коррекции целостного состояния здоровья;
<p>способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3)</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - базовые принципы диагностики и коррекции целостного состояния здоровья на основе телесно-ориентированного и подхода в психотерапии; - основные методологические подходы в исследовании феномена здоровья на основе современных представлений о природе человека; - психологические, социальные и средовые факторы, определяющие стратегии изменения отношения современного человека к проблеме здоровья;
	<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оказывать психологическую помощь с использованием традиционных методов и технологий; - определять индивидуальные стратегии регуляции целостного состояния здоровья; - проектировать модели коррекции ригидных установок относительно возможности регуляции состояния здоровья;
	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципами и навыками исследования особенностей психических и телесных репрезентаций на основе телесно-ориентированной теории психологии; - знаниями в области общей психологии и нейропсихологии для осуществления регуляции целостного состояния здоровья.
<p>способностью к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества (ПК-12)</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы использования интерактивных методов, психологических технологий с целью повышения уровня психологической культуры специалистов социальной сферы <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать интерактивные методы, психологические технологии, ориентированные на просветительскую деятельность с целью повышения уровня психологической культуры специалистов

	социальной сферы. Владеть: - навыками использования интерактивных методов, психологических технологий, ориентированных на просветительскую деятельность с целью повышения уровня психологической культуры специалистов социальной сферы.
--	---

3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б.1.В.ДВ.04.01. «Психология здоровья» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 (Дисциплины (модули) и изучается в 7-м семестре.

Дисциплина имеет логические и содержательно-методические взаимосвязи с другими частями ОПОП (дисциплинами, модулями, практиками), направленными на решение конкретных психологических задач. Освоение блока знаний по дисциплине предполагает владение студентом базовыми теоретическими знаниями в области общей психологии, нейрофизиологии, нейропсихологии, патопсихологии, телесно-ориентированной терапии.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов

Объем дисциплины в зачетных единицах составляет - 5 з.е. (180 академических часов).

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Разделы (темы) дисциплины
1	Психология здоровья как наука. Здоровье – системное понятие
2	Генезис физического и психического здоровья
3	Базовые факторы социального и сексуального здоровья
4	Здоровый образ жизни и методы саморегуляции
	Форма промежуточной аттестации: экзамен