

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Направление подготовки: 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Практическая психология

Форма обучения: Очная

1. **Наименование дисциплины - «Психология здоровья»**
2. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Цель освоения дисциплины: формирование системы научных понятий и научно упорядоченных базовых представлений обо всех существенных аспектах психологии здоровья

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-6. Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам

ПК-3 способен к организации и осуществлению психологической помощи с использованием современных методов и технологий в индивидуальной и групповой форме

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности	знать: - 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: - 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; владеть: - базовыми научными категориями, раскрывающими физический аспект целостного состояния здоровья; - техниками движения, направленными на развитие психомоторной сферы; - техниками дыхания, используемыми

		для коррекции целостного состояния здоровья
ОПК-6. Способен оценивать и удовлетворять потребности и запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	ОПК-6.3 Владеет приемами стимулирования интереса аудитории к психологическим знаниям, практике и услугам	<p>знать: - базовые принципы диагностики и коррекции целостного состояния здоровья на основе телесноориентированного 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> <p>уметь: - оказывать психологическую помощь с использованием традиционных методов и технологий; - определять индивидуальные стратегии регуляции целостного состояния здоровья; - проектировать модели коррекции ригидных установок относительно 2 возможности регуляции состояния здоровья</p> <p>владеть: - принципами и навыками исследования особенностей психических и телесных репрезентаций на основе телесноориентированной теории психологии; - знаниями в области общей психологии и нейропсихологии для осуществления регуляции целостного состояния здоровья</p>
ПК-3 способен к организации и осуществлению психологической помощи с использованием современных методов и технологий в индивидуальной и групповой форме	ПК 3.1 Осуществляет групповое и индивидуальное консультирование клиентов по проблемам психологического здоровья ПК 3.2 Проводит психологические тренинги по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для психологической адаптации и социализации	<p>знать: - онтологические, антропологические и социальные аспекты проблемы психологии здоровья; - формы просветительской деятельности среди населения с учетом возрастной, гендерной, этнической, профессиональной и культурной принадлежности референтов, используемые для расширения представлений о природе здоровья и возможностях его регуляции</p> <p>уметь: - осуществлять планирование и реализацию просветительской деятельности среди населения по вопросам психологии здоровья; - демонстрировать техники саморегуляции для коррекции состояния здоровья и его регуляции на</p>

		основе знаний в области телесноориентированной терапии владеть: - базовыми навыками консультирования по вопросам психологии здоровья с учетом 3 возрастной, гендерной, этнической, профессиональной и культурной принадлежности референта; - телесно-ориентированными техниками и приемами коррекции состояния здоровья; - навыками саморегуляции посредством работы с образом, дыханием, голосом и движением с учетом индивидуальных типологических особенностей референта
--	--	---

3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б.1.В.ДВ.4.1. «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).

Количество академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем – 36 час.

в том числе на:

лекции – 18 час.,

практические занятия (семинары) – 18 час.,

количество академических часов, выделенных на самостоятельную работу обучающихся – 140 час.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Темы (разделы) 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