

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Технический институт (филиал) федерального государственного
Автономного образовательного учреждения высшего образования
«Северо-Восточный федеральный институт имени М.К. Аммосова» в г. Нерюнгри

Нормоконтроль проведен

«16» января 2017 г.

Специалист УМО

Сур *М. В. Сергеев*



Утверждаю:

Директор

Павлов С.С.

М.П.

АННОТАЦИИ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ ДИСЦИПЛИН

по направлению подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль Общая и специальная психология и педагогика в образовании

Квалификация - бакалавр

Форма обучения - очная

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе дисциплины
Б1.В.ДВ.02.02 Валеология
Трудоемкость 3 з.е.

1.1. Цель освоения и краткое содержание дисциплины

Цель освоения: ознакомить студентов с понятиями индивидуального и группового здоровья, возможностями организма человека в плане своего сохранения и укрепления, механизмами адаптации к неблагоприятным условиям и преодоления стрессовых ситуаций; способствовать формированию внутренней культуры, здоровьесохранного поведения; выработать потребность вести здоровый образ жизни.

Краткое содержание дисциплины: Валеология как междисциплинарное направление. Понятие здоровья и его виды. Факторы, определяющие индивидуальное здоровье. Индивидуальные особенности человека и резервы здоровья. Специфические и неспецифические защитные механизмы. Рациональное питание. Двигательная активность. Психологические основы здоровья. Рациональная организация жизнедеятельности.

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

Планируемые результаты освоения программы (содержание и коды компетенций)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
иметь представление об основах экологической безопасности регионов Северо-Востока России и циркумполярных регионов мира (УК-4)	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- что такое здоровье и его виды;- факторы, определяющие здоровье, и их соотношение в формировании и сохранении индивидуального здоровья;- факторы риска для здоровья человека;- механизмы формирования адаптационных изменений при проживании вне благоприятных условиях (на примере Севера и Циркумполярных регионов);- способы и приемы повышения адаптационных возможностей организма;- основные принципы здорового образа жизни. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять состояние организма (как благополучное или болезненное);- поддерживать свой организм в состоянии здоровья- организовать свою жизнь и жизнь своих близких в соответствии с принципами здорового образа жизни. <p>Владеть методиками/практическими навыками:</p> <ul style="list-style-type: none">- методами и приемами формирования навыков здорового образа жизни и безопасной среды с учетом требования гигиены и охраны труда;- средствами использования методов укрепления здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Индекс	Наименование дисциплины (модуля), практики	Семестр изучения	Индексы и наименования учебных дисциплин (модулей), практик	
			на которые опирается содержание данной дисциплины (модуля)	для которых содержание данной дисциплины (модуля) выступает опорой
Б1.В.ДВ.0 2.02	Валеология	6	Б1.Б.04 Физическая культура и спорт Б1.Б.05 Безопасность жизнедеятельности	-

1.4. Язык преподавания: русский