

## АННОТАЦИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.ДВ.06. 02 Психология здоровья

Рабочая программа учебной дисциплины Б1.В.ДВ.06. 02 Психология здоровья является частью программы подготовки специалистов высшего звена в соответствии с ФГОС ВО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

**Объем трудоемкости:** 72 часа, из них контактная работа 8,2: лекционных 4ч., семинарских занятий 4ч., промежуточная аттестация 0.2 часа.; Самостоятельной работы 60 ч., подготовка и сдача экзамена 3,8ч.

Основной *целью* курса «Психология здоровья» является ознакомление обучающихся с понятием «психологическое здоровье», отличиями психологии здоровья от педагогики здоровья, особенностями российских и зарубежных профилактических программ, а также помочь психологу, работающему в образовании, адаптировать существующие программы к реалиям конкретного образовательного учреждения.

#### 1.2 Задачи дисциплины.

- ознакомить студентов с основными понятиями психологии здоровья;
- показать связь психологии здоровья с другими науками – физиология, эпидемиология, медицинская социология, медицинская антропология, педагогика здоровья;
- познакомить слушателей с основными методологическими подходами и методами психологии здоровья;
- продемонстрировать значение психологических факторов, влияющих на формирование и развитие болезней и их профилактику;
- подготовить студентов к самостоятельному исследованию в области психологии здоровья, к оценке влияния различных факторов на здоровье личности.

#### 1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Психология здоровья» относится к вариативной части Блока 1 (Дисциплины по выбору) учебного плана

По своим целям и задачам, методам, объекту и предметам исследования, психолого-педагогическая антропология связана с различными модулями и циклами направления «Психолого-педагогическое образование»: общая и экспериментальная психология, психология развития, экологическая психология, психогенетика, генетические основы индивидуальных различий и др.

Студенты, приступающие к освоению курса «Психология здоровья» должны обладать знаниями, умениями и навыками самостоятельного мышления, полученными в цикле гуманитарных и социально-экономических дисциплин, а также цикла дисциплин математических и естественнонаучных.

#### Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОПК-1; ПК-28

| № п.п. | Индекс компет енции | Содержание компетенции (или её части)  | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны   |   |  |
|--------|---------------------|--|---|---|--|
|        |                     |  | знать   | уметь   | владеть  |
| 1.     | ОПК-1               | Способность учитывать общие, специфические закономерности, индивидуальные особенности регуляции поведения и деятельности | Знать, как учитывать общие, специфические закономерности, индивидуальные особенности регуляции поведения и деятельности | Уметь учитывать общие, специфические закономерности индивидуальны е особенности регуляции поведения и | Владеть способностью учитывать общие, специфические закономерности индивидуальны е особенности регуляции |

| № п.п. | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или её части)   | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны  |  |  |
|--------|--------------------|---|--|--|--|
|        |                    |   | знать  | уметь  | владеть  |
|        |                    | человека на различных возрастных ступенях;  | человека на различных возрастных ступенях;   | деятельности человека на различных возрастных ступенях;  | поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях;  |
| 2.     | ПК-28              | способностью выстраивать развивающие учебные ситуации, благоприятные для развития личности и способностей ребенка | Знать, как выстраивать развивающие учебные ситуации, благоприятные для развития личности и способностей ребенка. | Уметь эффективно выстраивать развивающие учебные ситуации, благоприятные для развития личности и способностей ребенка. | Владеть способностью выстраивать развивающие учебные ситуации, благоприятные для развития личности и способностей ребенка. |

**Структура дисциплины:**

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.  
Разделы дисциплины, изучаемые на 3 курсе (*заочная форма*)

| № раздела | Наименования разделов   | Всего      | Аудиторная работа |          |           |   |
|-----------|---|------------|-------------------|----------|-----------|---|
|           |   |            | Л                 | ПЗ       | СР        |   |
| 1         | Введение в психологию здоровья. Здоровье, как системное понятие | 9          | 1                 |          | 8         |   |
| 2         | Эталоны и концепции здоровья и здоровой личности                | 8          |                   |          | 8         |   |
| 3         | Психическое здоровье, Физическое здоровье, Социальное здоровье  | 9          | 1                 | 1        | 8         |   |
| 4         | Душевное здоровье и культура                                    | 9          |                   |          |           | 8 |
| 5         | Подходы и методы повышения уровня здоровья                      | 10         | 1                 | 1        | 8         |   |
| 6         | Образ жизни и здоровье  | 11         |                   | 1        | 10        |   |
| 7         | Психическая саморегуляция и здоровье                            | 12         | 1                 | 1        | 10        |   |
|           | <b>Промежуточная аттестация (ИКР)</b>                           | <b>0,2</b> |                   |          |           |   |
|           | <b>Подготовка и сдача экзамена/зачета</b>                       | <b>3,8</b> |                   |          |           |   |
|           | <b>Контролируемая сам. Работа (КСР)</b>                         | <b>-</b>   |                   |          |           |   |
|           | Итого   | <b>72</b>  | <b>4</b>          | <b>4</b> | <b>60</b> |   |

**Курсовая работа – не предусмотрена**

**Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет (6 семестр)**

**Основная литература:**

1. Шаяхметова, Э.Ш. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учебное пособие / Э.Ш. Шаяхметова. — Электрон. дан. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2017. — 114 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/99970>. — Загл. с экрана.

2. Иванова, М.Г. Практические аспекты психологии здоровья [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.Г. Иванова. — Электрон. дан. — Кемерово : КемГУ, 2012. — 47 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/61415>. — Загл. с экрана.

3. Фролова, Ю.Г. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю.Г. Фролова. — Электрон. дан. — Минск : "Вышэйшая школа", 2014. — 255 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/65298>. — Загл. с экрана.

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт».