



**АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

Валеология

по специальности 37.05.01 Клиническая психология

<b>Трудоемкость в часах / ЗЕ</b>	72/2
<b>Цель изучения дисциплины</b>	Изучение наиболее значимых направлений работы по сохранению общественного и индивидуального здоровья, освоение основных направлений валеологии как науки, отражающей общебиологические, эволюционные и социальные представления о здоровье. Изучение дисциплины способствует подготовке клинического психолога, одним из стратегических направлений деятельности которого должно быть предупреждение болезней человека, охрана и поддержание психического здоровья и здорового образа жизни.
<b>Место дисциплины в учебном плане</b>	Обязательная часть. Блок 1 (дисциплины, модуля)
<b>Изучение дисциплины требует знания, полученные ранее при освоении дисциплин</b>	Анатомия; Нормальная физиология; Патофизиология; Физиология ВНД (высшей нервной деятельности); Психофизиология
<b>Данная дисциплина необходима для успешного освоения дисциплин</b>	Нейропсихология; Патопсихология; Основы профилактики и коррекции психологического здоровья; Психология кризиса и эмоционального выгорания
<b>Формируемые компетенции (индекс компетенций)</b>	УК-1, ОПК-1
<b>Изучаемые темы</b>	1. Основы валеологии. Здоровье как состояние и свойство организма. 2. Факторы риска развития заболеваний. 3. Гиподинамия и неадекватное питание. 4. Табакокурение и здоровье. 5. Алкоголь и здоровье. 6. Физиология труда и утомления. 7. Негенитальные особенности женского организма. 8. Стресс Стрессреактивность человека. Антистрессорные системы
	<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем</b> <b>Аудиторная (виды):</b> – лекции; – семинарские занятия.

<b>Виды учебной работы</b>	<b><i>Внеаудиторная (виды):</i></b> – консультации.  <b>Самостоятельная работа</b> – устная; – письменная.
<b>Форма промежуточного контроля</b>	Зачет