

Министерство культуры Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет дизайна, изобразительных искусств и гуманитарного образования

Кафедра педагогики и психологии

УТВЕРЖДАЮ  
зав. кафедрой  
педагогики и психологии  
 Н.Б. Щетинская  
«26» августа 2016 г.

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.4.1 ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**


Направление подготовки **50.03.01 искусства и гуманитарные науки**

Профиль подготовки Психология и педагогика искусств

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Форма обучения - заочная

Составитель:  
кандидат педагогических наук,  
доцент

  
(подпись) Н.Б. Щетинская  
(Ф.И.О.)

**Краснодар  
2016**

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Цели** дисциплины «Психология здоровья» - изучение основных проблем, возникающих у людей при нарушениях саморегуляции жизнедеятельности, ознакомление с правильной организацией системы оздоровительных мероприятий с детьми и подростками.

### **Задачи:**

- ознакомить с существующими подходами к развитию физической составляющей здоровья человека;
- способствовать формированию качеств, обеспечивающих направленность личности на здоровье;
- сформировать представление о механизмах саморегуляции;
- развить навыки эффективной саморегуляции;
- научить анализу основных свойств саморегуляции, обеспечивающих психологическое здоровье личности.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору Блока 1 (БЗ.В.ДВ. 4.1). Для ее успешного освоения студент должен обладать знаниями и умениями, полученными при обучении по направлению подготовки 50.03.01 Искусства и гуманитарные науки, профиля «Психология и педагогика искусств», в частности, при изучении дисциплин «Социальная психология», «Психология», «Психосоматика», «Арт-терапия».

Знания и умения, полученные в ходе изучения дисциплины «Психология здоровья», будут необходимы при изучении дисциплин: «Психодиагностика», «Психотерапия», «Клиническая психология», «Психология семьи».

## **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки (специальности):

### **общефессиональных (ОПК):**

способность анализировать основные контексты социального взаимодействия (ОПК-2);

**профессиональных (ПК):**

способностью самостоятельно или в составе творческой группы создавать художественные произведения (ПК-7).

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны:

**Знать:**

- условия развития здорового образа жизни личности;
- прикладные аспекты формирования здоровья и здорового образа жизни;
- особенности саморегуляции;
- социально-психологические факторы, определяющие состояние здоровья человека;
- о системе оздоровительных мероприятий с детьми и подростками;
- знать специфику психологического просвещения педагогов и родителей по вопросам оздоровления детей.

**Уметь:**

- анализировать уровни эмоционального состояния;
- провести оздоровительные мероприятия с детьми и подростками;
- осуществлять саморегуляцию своего психоэмоционального состояния;
- применять методы и средства сохранения, укрепления и развития здоровья;
- применять методы предупреждения различных заболеваний, как нервно-психических, так и соматических.

**Владеть:**

- практическими навыками здоровьесберегающих технологий;
- информацией, влияющей на формирование здоровья и здоровый образа жизни;

- навыками анализа социальных факторов, влияющих на формирование самостоятельного использования методов сохранения психического здоровья и укрепления физического здоровья;
  - навыками обучения способам саморегуляции;
  - навыками саморегуляции своего психоэмоционального состояния;
  - методами и средствами психической саморегуляции для сохранения, укрепления здоровья.
- **Приобрести опыт деятельности** в использовании здоровьесберегающих технологий, методов и средств психической саморегуляции для сохранения и укрепления здоровья.

#### **4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц (108 часов). Дисциплина реализуется в 7 семестре.

Форма промежуточной аттестации – экзамен в 7 семестре.

