

## АННОТАЦИЯ

### рабочей программы дисциплины ПСИХОСАМОРЕГУЛЯЦИЯ ЛИЦ С ОВЗ

1. Целью освоения дисциплины «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» являются: формирование у студентов системных представлений о психологической саморегуляции, развитие умений и навыков по управлению стрессом на уровне отдельной личности, связанных с сохранением собственного психологического здоровья и развитием совладающего (копинг) поведения.

#### Задачи освоения дисциплины:

- формирование знаний о методах количественной и качественной оценки здоровья человека;
- раскрыть сущность основных понятий и классификацию методов саморегуляции;
- познакомить с этапами становления исследования саморегуляции;
- сформировать навыки сравнительного анализа особенностей саморегуляции, представленных различными теориями;
- изучить причины и источники возникновения стресса;
- показать закономерности проявлений и переживаний человека в обыденной жизни и экстремальных ситуациях;
- освоить психологические методы диагностики и приемы сопротивления стрессу, развить техники совладающего (копинг) поведения.

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

Дисциплина «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» (Б1.В.ДВ.03.03) относится к Б1 части, формируемой участниками образовательных отношений, являясь дисциплиной по выбору. Дисциплина (модуль) изучается на 4 курсе в 7 семестре.

Данная учебная дисциплина является базовой и опирается на входные знания, умения и компетенции, полученные по основным дисциплинам, изучаемым в бакалавриате. Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по Анатомии человека и основам здорового образа жизни лиц с ОВЗ. Изучение дисциплины необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла, учебных и производственных практик.

#### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО, ПООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе	УК-8.1. Анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений). УК-8.2. Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках	<b>Знать:</b> -основные категории и понятия, характеризующие здоровье и здоровый образ жизни человека; -факторы, неблагоприятно влияющие на здоровье обучающихся; -способы профилактики различных нарушений в состоянии здоровья; <b>Уметь:</b>

	<p>при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>осуществляемой деятельности.</p> <p>УК-8.3. Выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций.</p> <p>УК-8.4. Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях.</p>	<p>-строить образовательный процесс с использованием современных здоровьесберегающих технологий;</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>-способностью учитывать и использовать профилактические подходы по предупреждению различных нарушений в состоянии здоровья обучающихся;</p> <p>- навыками оказания первой медицинской помощи себе и окружающим.</p>
--	--	--	--

**4. Общая трудоемкость дисциплины 72 часов (2 з. е.)**

**5. Разработчик: Тагалекова Л.М. ассистент**