

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины**

**ПСИХОСАМОРЕГУЛЯЦИЯ ЛИЦ С ОВЗ**

**Целью** 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.

**Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина «*Психосаморегуляция лиц с ОВЗ*» (Б1.В.ДВ.03.01) относится к обязательной части Б1. 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 дисциплины «Психологии жизнестойкости».

**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-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>УК.Б-6.1 использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей</p> <p>УК.Б-6.2 определяет приоритеты собственной деятельности, с учётом требований рынка труда и предложений образовательных услуг для личного развития и выстраивания</p>	<p>о своих личностных, психофизиологических, ситуативных, временных ресурсах и их пределах; основы организации образовательного процесса в образовательных организациях</p> <p><b>Уметь:</b> планировать перспективные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития</p>

		траектории профессионального роста	<p>деятельности; планировать и осуществлять учебно-воспитательный процесс в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой</p> <p><b>Владеть:</b> навыками реализации намеченных целей деятельности с учетом условий, средств, личных возможностей, этапов карьерного роста</p>
<b>ПК-2</b>	Способен решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности	<p>ПК-2.1. Знает алгоритм постановки воспитательных целей, в том числе этического, эстетического, экологического, патриотического, гражданского воспитания, физического воспитания и воспитания в духе здорового образа жизни и безопасной жизнедеятельности, любви к жизни и стойкости в различных жизненных ситуациях, толерантного отношения к людям, независимо от пола, расы, национальности, вероисповедания, социальной принадлежности</p> <p>ПК-2.2. Умеет организовать воспитательную работу через различные виды деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.); владеет методами и формами организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)</p> <p>ПК-2.3. Владеет способностью оказать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления</p> <p>ПК-2.4. Демонстрирует способность оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ; ведет объяснительную воспитательную работу со всеми участниками образовательного процесса</p>	<p><b>Знать:</b> содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся;</p> <p><b>Уметь:</b> на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания;</p> <p><b>Владеть:</b> способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся, исходя из выявленных проблем.</p>

		ПК-2.5. Анализирует и оценивает поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности	
--	--	--	--

**Общая трудоемкость дисциплины 72 часа (2 з. е. зачетные единицы)**

**Разработчик:** Тагалекова Л.М., ассистент кафедры психологии образования и развития