

Аннотация

1. Наименование дисциплины (модуля) Психосаморегуляция лиц с ОВЗ

Целью изучения дисциплины является: 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. В ходе освоения дисциплины предполагается решение следующих задач:

Для достижения цели ставятся задачи:

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

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках дисциплины по выбору Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 4 курсе в 7 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	В.ДВ.03.03
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по возрастной анатомии, физиологии и гигиены, основам медицинских знаний и здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Дисциплина «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин. Для освоения дисциплины «Психосаморегуляция лиц с ОВЗ» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущей ступени обучения. Изучение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ».	

3. 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/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с
-----------------	--	-----------------------------------	---

			установленными индикаторами
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности	Знать: принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья. Уметь: -связать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования; -дать физиологическое обоснование основным гигиеническим правилам и нормам. Владеть: Способностью анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.
ПК-4	Способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	ПК-4.1 Выбирает способы организации образовательной деятельности обучающихся по русскому языку и литературе ПК-4.2 Организует различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе; применяет приемы, направленные на поддержание познавательного интереса. ПК-4.3 Организует	Знать: -основные категории и понятия, характеризующие деятельность обучающихся, на развитие интереса к учебной деятельности ; Уметь: -строить образовательный процесс с использованием различных видов деятельности по русскому языку и литературе ;

		разные виды деятельности обучающихся и использует различные приемы развития познавательного интереса	Владеть: -способностью учитывать и использовать разные виды деятельности обучающихся и использует различные приемы развития познавательного интереса
--	--	--	--

4. Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часа. Программой дисциплин предусмотрены практ.зан.-36ч.;сам.раб.-36ч.

Форма промежуточного контроля –зачет.