Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Палиева Надежда Андреевна
Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета
Дата подписания: 03.04.2024 09:43:12
Уникальный программный ключ:
c45abce04df3131d2dedca0bf10941b11398ddf1

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	**Психология здоровья и благополучия**
Содержание	Здоровье как научная категория. Ценностный аспект здоровья. Физическое здоровье. Психологическая устойчивость личности. Индивидуально-типологические аспекты личности. Социальное здоровье. Гендер и здоровье. Здоровье и образ жизни. Интеграция медико-педагогических знаний в решении проблем здоровья подрастающего поколения. Жизненный путь человека и его здоровье. Частные области сохранения и развития индивидуального и общественного здоровья: охрана психического здоровья, питание, семейное здоровье, сексуальное здоровье, профилактическая наркология, труд и отдых. Методы психологического воздействия в укреплении и развитии здоровой личности: медико-социальный аспект
Результаты освоения дисциплины (модуля)	Выбирает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности; планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения; соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Подбирает и применяет методы создания условий для полноценного психического развития личности на каждом возрастном этапе для своевременного предупреждения возможных нарушений в становлении личности; формирует установки, направленные на гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей; распространяет информацию о роли психологических факторов в поддержании и сохранении психического и физического здоровья в процессах служебной и организационной деятельности.
Трудоемкость, з.е.	3
Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)	Зачет
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	1. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья : учебное пособие / Л.Р. Правдина ; Министерство образования и науки РФ ; Южный федеральный университет ; Академия психологии и педагогики. - Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2016. - 208 с. : схем., ил., табл. - http://biblioclub.ru/. - Библиогр.: с. 168-172. - ISBN 978-5-9275-2302-3, экземпляров неограничено 2. Зорина, И.Г. Гигиена труда: учебное пособие для специалистов среднего профессионального образования : в 2 частях : [12+] / И.Г. Зорина, В.Д. Соколов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – Ч. 1. – 310 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572434
Дополнительная Литература	1. Фролова, Ю. Г. Психология здоровья: Пособие / Фролова Ю. Г. – Минск : Вышэйшая школа, 2014. – 256 с. – Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. – ISBN 978–985–06–2352–2 2. Чигаева, В.Ю. Современные теории социального благополучия : учебное пособие / В.Ю. Чигаева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?

	page=book&id=278337