

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДЕФЕКТОЛОГИИ»

1. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Валеологические основы дефектологии» относится к дисциплинам Блока. Б1.О.14.04

2. Объем дисциплины: 2 зачетные единицы

3. Содержание дисциплины: Мировой уровень культуры здоровья. Формирование потребности в здоровом образе жизни. Сохранение, укрепление и восстановление здоровья. Инфраструктура повседневной жизни, труда, быта, отдыха юношества. Совершенствование психического и физического здоровья. Повышение адаптивных возможностей и работоспособности детей. Валеология - наука о здоровье. Оптимальный двигательный режим. Тренировка иммунитета и закаливание. Рациональное питание. Психофизиологическая регуляция. Психосексуальная и половая культура. Рациональный режим жизни. Отсутствие вредных привычек. Валеологическое образование и самообразование. Индивидуальное здоровье, как состояние телесного, душевного и духовного благополучия. Выстраивание стратегии отношения к своему здоровью с учетом генетической предрасположенности членов семьи к различным заболеваниям. Способность строить свою жизнь в соответствии с биологическим возрастом, биоритмологическими, морфофункциональными характеристиками, соизмерять свое поведение с возможностями организма. Организация полноценного питания, целесообразного режима двигательной активности.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК-1);

5. Форма контроля: экзамен

6. Разработчик: к. м. н., доцент Туриева С.В.