

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
ВАЛЕОЛОГИЯ**

<b>Направление подготовки (специальность)</b>	Физическая культура
<b>Направленность (профиль) подготовки</b>	Спортивный менеджмент
<b>Цель освоения дисциплины</b>	Изучение теоретических основ современного учения о здоровье в свете теории адаптации, прикладных аспектов валеологии.
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	Очное обучение - 2 зачетные единицы, 72 часа Заочное обучение – 3 зачетные единицы, 108 час. Заочное обучение на базе СПО - 3 зачетные единицы, 108 час.
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	зачет
<b>Краткое содержание дисциплины:</b>	Валеология – интегративная наука о здоровье. Основные понятия валеологии.
	Здоровье как биологическое свойство организма (учение о конституции и проблемы возраста).
	Здоровье как процесс приспособления организма к условиям окружающей среды. Донозологический подход к оценке уровня здоровья
	Методы оценки индивидуального здоровья. АПК для использования в практике валеологических исследований.
	Понятие о составе (композиции) тела. Контроль за массой тела.
	Факторы риска для здоровья. Вредные привычки.
	Пути сохранения и укрепления здоровья.
	Оценка здоровья микропопуляций (коллективное здоровье)
	Основы формирования установки на здоровый образ жизни.

Аннотацию рабочей программы составила Батоцыренова Т.Е., проф.



(ФИО, должность, подпись)