

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ВАЛЕОЛОГИЯ**

Код направления подготовки – 44.03.01

5 семестр

#### **1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель освоения дисциплины – ознакомить студентов с теоретическими основами современного учения о здоровье в свете теории адаптации, прикладными аспектами валеологии.

Задачи курса:

1. Овладение системой научно-прикладных знаний и умений по валеологии, необходимых в будущей профессиональной деятельности.
2. Формирование у студентов методических и практических умений и навыков оценки индивидуального и коллективного здоровья современными методами.

#### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина Валеология относится к вариативной части.

Пререквизиты дисциплины: анатомия и физиология человека, основы медицинских знаний.

#### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

ОК-6. Способен к самоорганизации и самообразованию

ОК-8. Готов поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

ОПК-6. Готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.

ПК-1. Готов реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов

#### **4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Тема 1. Валеология – интегративная наука о здоровье. Основные понятия валеологии.

Тема 2. Здоровье как процесс приспособления организма к условиям окружающей среды.

Тема 3. Здоровье как биологическое свойство организма (учение о конституции и проблемы возраста).

Тема 4. Донозологический подход к оценке уровня здоровья

Тема 5. Аппаратно-программные комплексы для использования в практике валеологических исследований

Тема 6. Оценка здоровья микропопуляций (коллективное здоровье) и проблема донозологического контроля

Тема 7. Пути сохранения и укрепления здоровья. Факторы риска.

Тема 8. Методы оценки индивидуального здоровья. Композиция тела.

Тема 9. Основы формирования здорового образа жизни.

**ВИД АТТЕСТАЦИИ – экзамен.**

**КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ – 4.**

Составитель проф. Батоцыренова Т.Е.



Заведующий кафедрой ТМБОФК




Батоцыренова Т.Е.

Председатель учебно-методической комиссии направления <sup>44.03.01 Педагогическое</sup> ~~каб. управления~~

Директор ИФКС



Гадалов А.В.

<sup>44.03.01 Педагогическое</sup>  
~~каб. управления~~  
«Педагог-исследователь»  


Дата

Печать

