Аннотация рабочей программы дисциплины

*Б1.В.ДВ.02.03 «Здоровье сберегающие психотехнологии самоорганизации личности»*

Направление подготовки

*38.03.06 Торговое дело профиль Коммерция*

1. **Место дисциплины в структуре ОПОП:**

Дисциплина «Здоровьесберегающие психотехнологии» входит в вариативную часть блока Б1. «Дисциплины (модули)» учебного плана и является дисциплиной по выбору.

1. **Цель и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины:**

Целью освоения учебной дисциплины ««Здоровье сберегающие психотехнологии самоорганизации личности» является повышение профессиональной образованности в вопросах здоровьесбережения, формирование культуры мышления, здоровья..

Задачи дисциплины:

• ознакомление студентов с возможностями здоровьесбережения;

• содействие гуманитарному развитию студентов, их психологического мышления, культуры общения, отношения к людям;

В результате изучения дисциплины студент должен:

*Знать:*

Нормы здорового образа жизни.

*Уметь*:

Использовать на практике знание психолого-педагогических теорий, анализировать психолого-педагогические явления.

*Владеть*:

Психолого-педагогическими методами и технологиями; поиском необходимой психолого-педагогической информации..

**Формируемые компетенции:**

ОК-3 - способностью к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;

ОК-4- способностью работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;

ОК-5 - способностью к самоорганизации и самообразованию.

**Содержание дисциплины:**

Тема 1. Предмет и задачи науки о здоровье. Тема 2. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры. Тема 3. Гигиена, здоровый образ жизни как условие здоровьесберегающей жизнедеятельности. Тема 4. Факторы риска возникновения заболеваний.

Объем дисциплины: 144 з.е.

(в том числе: семестр: лек. – 14, пр. 28, эл. 2, см. р. – 100, эл. 2).

1. **Форма промежуточного контроля:** экзамен.
2. **Семестр:** 5

**Разработчик :**

Ст. преподаватель каф. Социальных и гуманитарных дисциплин Власова Н.А.