Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по образовательной
и международной деятельности
_____ / А.А. Кирсанкин /
«___» _____ 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «**Диагностика психосоматического здоровья**»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Формы обучения: заочная

Курган 2026

Рабочая программа дисциплины «Диагностика психосоматического здоровья» составлена в соответствии с учебным планом по программе бакалавриата Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) для заочной формы обучения, утвержденным « 26 » июня 2026 года.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» «31» августа 2026 года, протокол № 1.

Рабочую программу составил
доцент О.Л. Речкалова

Согласовано:

Заведующий кафедрой
«Физическая культура и спорт» Д.А. Корюкин

Специалист по учебно-методической работе Е.Н. Томилова

Начальник управления
образовательной деятельности И.В. Григоренко

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 3 зачетных единицы трудоемкости (108 академических часов)

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Курс 4
		Семестр 7
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	**8**	**8**
Лекции	4	4
Практические занятия	4	4
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	**100**	**100**
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	82	82
Вид промежуточной аттестации	**зачет**	**зачет**
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	**108**	**108**

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Диагностика психосоматического здоровья» относится к блоку Б1, части, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплина по выбору.

Учебный курс «Диагностика психосоматического здоровья» знакомит обучающихся с основными закономерностями физического и психического развития организма на различных этапах онтогенеза, с понятием здоровья и здорового образа жизни.

Обучающиеся овладевают методами оценки физического развития, определения типа телосложения, диагностики функционального состояния ведущих систем жизнеобеспечения, определяющих способность организма к адаптации в среде обитания и свободу взаимодействия с ней на основании физической, психической и социальной сущности индивида.

Особое внимание при изучении курса уделяется врачебно-педагогическим наблюдениям в образовательном и воспитательном процессе, а также овладению обучающимися профессионально-педагогическими умениями и навыками и умелое их использование как в диагностической работе с обучающимися, так и в научных исследованиях.

Необходимость введения учебного курса «Диагностика психосоматического здоровья» обусловлена тем, что уровень здоровья подрастающего поколения имеет неуклонную тенденцию к снижению, «омоложением» целого ряда психосоматических расстройств, снижением сопротивляемости организма к стрессогенным факторам, широким распространением девиантных форм поведения. Изучение данного курса тесно связано с другими дисциплинами медико-биологического блока: анатомией, физиологией и психологией.

Значительное место в структуре курса занимают практические занятия с обучающимися, включающие подвижные игры, физкультурные паузы, викторины. Это позволяет обогатить арсенал практических методов и средств, используемых обучающимися.

Требования к входным знаниям и компетенциям обучающихся:

- знать возрастные анатомо-физиологические особенности организма детей и подростков;
- уметь организовать психодиагностическую и коррекционную работу в условиях образовательного учреждения;
- владеть методикой проведения простейших медико-биологических исследований (измерение артериального давления, регистрация частоты сердечных сокращений, частоты дыхания).

Результаты обучения по дисциплине необходимы для выполнения выпускной квалификационной работы в части психолого-педагогического и медико-биологического сопровождения занятий физическими упражнениями лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов разных категорий.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Целью изучения дисциплины является ознакомление обучающихся с методами диагностики физического развития, физической подготовленности и работоспособности, психологического статуса личности, комплексной оценки уровня здоровья человека.

Задачами дисциплины являются:

- ознакомление с основными закономерностями физического и психического развития организма на различных этапах онтогенеза, с понятием здоровья и здорового образа жизни;
- овладение методами оценки физического развития, определения типа телосложения, диагностики функционального состояния ведущих систем жизнеобеспечения организма.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

- способен проводить исследования, обработку и анализ результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-1).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

- знать особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, закономерности развития у них физических и психических качеств, кризисы, связанные с физическим и психическим развитием, сенситивные периоды развития тех или иных функций;
- уметь изучать индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий адаптивной физической культурой и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;

- владеть методикой исследования и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Индикаторы и дескрипторы части соответствующей компетенции, формируемой в процессе изучения дисциплины «Диагностика психосоматического здоровья», оцениваются при помощи оценочных средств.

Планируемые результаты обучения по дисциплине «Диагностика психосоматического здоровья», индикаторы достижения компетенции ПК-1, перечень оценочных средств

№ п/п	Код индикатора достижения компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции	Код планируемого результата обучения	Планируемые результаты обучения	Наименование оценочных средств
1.	ИД-1$_{ПК-1}$	Знать: особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, закономерности развития у них физических и психических качеств, кризисы, связанные с физическим и психическим развитием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	З (ИД-1$_{ПК-1}$)	Знает: особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, закономерности развития у них физических и психических качеств, кризисы, связанные с физическим и психическим развитием, сенситивные периоды развития тех или иных функций	Вопросы теста Темы дискуссии Вопросы для сдачи зачета
2.	ИД-2$_{ПК-1}$	Уметь изучать индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий адаптивной физической культурой и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий	У (ИД-2$_{ПК-1}$)	Умеет: изучать индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий адаптивной физической культурой и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий	Вопросы теста Темы дискуссии Вопросы для сдачи зачета
3.	ИД-3$_{ПК-1}$	Владеть: методикой исследования и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в	В (ИД-3$_{ПК-1}$)	Владеет: методикой исследования и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Вопросы теста Темы дискуссии Вопросы для сдачи зачета

		состоянии здоровья			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план
Заочная форма обучения

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
		Лекции	Практические занятия
1	Понятие здоровья и здорового образа жизни	1	-
2	Понятие роста и развития	-	1
3	Конституциональный подход к здоровью	1	1
4	Работоспособность и подготовленность в структуре здоровья	-	2
5	Основы репродуктивного здоровья	1	-
6	Духовно-нравственные основания здоровья	1	-
	Всего:	**4**	**4**

4.2. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Понятие здоровья и здорового образа жизни.

Понятие здоровья. Здоровье индивидуальное и общественное. Факторы риска здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Качество жизни. Структура психосоматического здоровья. Подходы к изучению здоровья в психологии.Нозологические состояния. Третье состояние. Показатель цефализации как оценочный критерий продолжительности жизни. Образ и условия жизни – главный фактор сохранения и поддержания здоровья.

Тема 3. Конституциональный подход к здоровью.

Понятие конституции. Общая и частные конституции. Различные классификации соматотипов. Соматотип и здоровье. Понятие темперамента. Гуморалистический подход Гиппократа. Темперамент в трудах Кречмера и Шелдона: морфологический подход. Теория нервизма Павлова. Взаимосвязи темперамента и здоровья. Частная серологическая конституция. Понятие о дерматоглифической конституции.

Тема 5. Основы репродуктивного здоровья.

Половая формула. Методика оценки уровня полового развития по Хуберу и Хирше (1997). Критерии замедленного и ускоренного полового развития. Темпы полового созревания и продолжительность жизни.

Тема 6. Духовно-нравственные основания здоровья.

Духовное содержание в понятии «образ жизни». Понятие о саногенном мышлении. Дилеммы Колберга. Упражнение «Пересадка сердца».

4.3. Практические занятия

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
2	Понятие роста и развития	Методы исследования физического развития: соматоскопия, антропометрия. Методы оценки физического развития: стандартов, корреляции, индексов, центильный. Оценка функционального состояния организма.	1
3	Конституциональный подход к здоровью	Методы исследования силы, подвижности и уравновешенности нервных процессов.	1
4	Работоспособность и подготовленность в структуре здоровья	Методы оценки физической работоспособности: проба Руффье, ИГСТ, Проба Серкина и т.д. Методы исследования быстроты, гибкости, двигательно-координационных и силовых способностей. Методы оценки умственной работоспособности: оценка скорости протекания мыслительных процессов, оценка лабильности мышления, корректурная проба, оценка умения находить причинно-следственные связи.	2
		Всего:	**4**

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний обучающемуся рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Самостоятельно определить объем времени, необходимого для проработки каждой темы.

2. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.

3. Согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины.

4. По завершении отдельных тем передавать выполненные работы (рефераты, эссе) преподавателю.

На лекциях преподаватель дает общую характеристику рассматриваемого вопроса, различные научные концепции или позиции, которые есть по данной теме. Во время лекции рекомендуется составлять конспект, фиксирующий основные положения лекции и ключевые

определения по пройденной теме. Преподавателем запланировано использование при чтении лекций технологии учебной дискуссии. Поэтому рекомендуется фиксировать для себя интересные моменты с целью их активного обсуждения на дискуссии в конце лекции.

При подготовке к практическим занятиям обязательно требуется изучение дополнительной литературы по теме занятия. Преподавателем запланировано применение на практических занятиях технологий развивающейся кооперации, коллективного взаимодействия, разбора конкретных ситуаций. Поэтому приветствуется групповой метод выполнения практических заданий и защиты отчетов, а также взаимооценка и обсуждение результатов выполнения практических занятий.

Для теоретического и практического усвоения дисциплины большое значение имеет самостоятельная работа обучающихся, которая может осуществляться обучающимися индивидуально и под руководством преподавателя. Самостоятельная работа обучающихся предполагает самостоятельное изучение отдельных тем, дополнительную подготовку обучающихся к каждому практическому занятию. Самостоятельная работа обучающихся является важной формой образовательного процесса. Она реализуется непосредственно в процессе аудиторных занятий, в контакте с преподавателем вне рамок расписания, а также в библиотеке, дома, при выполнении учебных и творческих задач. Цель самостоятельной работы обучающихся - научить осмысленно и самостоятельно работать сначала с учебным материалом, затем с научной информацией, заложить основы самоорганизации и самовоспитания с тем, чтобы привить умение в дальнейшем непрерывно повышать свою квалификацию.

Самостоятельная работа должна соответствовать графику прохождения программы дисциплины. Самостоятельная работа по дисциплине «Диагностика психосоматического здоровья» включает:

а) работу с первоисточниками;

б) подготовку устного выступления на практическом занятии;

в) подготовку к занятию в интерактивной форме;

г) работу с тестовыми заданиями;

д) подготовку выступлений на студенческих конференциях, для конкурсов студенческих работ;

е) подготовку к текущему контролю и промежуточной аттестации по дисциплине.

При изучении каждой дисциплины организация самостоятельной работы обучающихся должна представлять единство трех взаимосвязанных форм:

1) внеаудиторная самостоятельная работа;

2) аудиторная самостоятельная работа, которая осуществляется под непосредственным руководством преподавателя;

3) творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Аудиторная самостоятельная работа может реализовываться при проведении практических занятий, во время чтения лекций. На практических

и семинарских занятиях различные виды самостоятельной работы позволяют сделать процесс обучения более интересным и поднять активность значительной части обучающихся в группе. Для проведения занятий необходимо иметь большой банк заданий и задач для самостоятельного решения, причем эти задания могут быть дифференцированы по степени сложности. Виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся разнообразны: подготовка и написание рефератов, докладов, очерков и других письменных работ на заданные темы; выполнение домашних заданий разнообразного характера, подбор и изучение литературных источников; разработка и составление различных схем, выполнение графических работ, проведение расчетов и др.; выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие у обучающихся самостоятельности и инициативы.

Индивидуальное задание может получать как каждый обучающийся, так и часть обучающихся группы; подготовка к участию в научно-теоретических конференциях, смотрах, олимпиадах и др. На каждом этапе самостоятельной работы следует разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей обучающимися, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	78
1. Понятие здоровья и здорового образа жизни	14
2. Понятие роста и развития	14
3. Конституциональный подход к здоровью	12
4. Работоспособность и подготовленность в структуре здоровья	14
5. Основы репродуктивного здоровья	12
6. Духовно-нравственные основания здоровья	12
Подготовка к практическим занятиям (по 2 часа на каждое)	4
Подготовка к зачету	18
Всего:	100

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Отчеты обучающихся по практическим занятиям.
2. Банк тестовых заданий к зачету.

6.2. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Зачет проводятся в форме письменного тестирования.

Зачетный тест состоит из 20 вопросов. Время, отводимое обучающемуся на выполнение зачетного теста, составляет 1 астрономический час. Для получения оценки зачтено нужно правильно

ответить на 12 вопросов. Варианты зачетных тестов приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

Результаты зачета заносятся преподавателем в зачетную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день сдачи зачета, а также выставляются в зачетную книжку обучающегося.

6.3. Примерный банк тестовых заданий к зачету

1. Расположите факторы, влияющие на здоровье, от наибольшего влияния к наименьшему:

А. Состояние окружающей среды.

Б. Образ жизни человека.

В. Генетические факторы, наследственная предрасположенность.

Г. Состояние здравоохранения, медицинская активность индивида.

2. Выберите верные характеристики человека при преобладании у него левого полушария:

А. Способности к точным наукам.

Б. Способности к абстрактному мышлению.

В. Преобладание I сигнальной системы.

Г. Лучше воспринимает невербальные символы.

3. Укажите, при помощи каких приборов измеряют следующие показатели:

а. Толщина жировой складки.	А. Спирометр.
б. Поперечные размеры.	Б. Калипер.
в. Жизненная емкость легких.	В. Толстотный циркуль.
г. Сила мышц.	Г. Динамометр.

4. Какие показатели относятся к физиологическим показателям физической работоспособности?

А. Длина дистанции.

Б. Вес снаряда.

В. килограммометры в минуту.

Г. Темп выполнения упражнений.

5. Укажите соответствие сенситивного периода и двигательного качества, которое в этот период необходимо развивать:

а. Гибкость	А. 14-20 лет
б. Быстрота	Б. 3-7 лет
в. Выносливость	В. 9-14 лет
г. Сила	Г. 7-15 лет.

6. Выберите верное соответствие установки на здоровье и её характеристики:

а. Конативная установка.

б. Когнитивная установка.

в. Аффективная установка.

А. Чувства и эмоции в отношении здоровья.

Б. Поведение, связанное со здоровьем.

В. Мысли о месте здоровья в «образе Я».

7. Какой тип темперамента соответствует сильной, неуравновешенной, подвижной нервной системе?

А. Флегматик.

Б. Холерик.

В. Сангвиник.

Г. Меланхолик.

8. Что такое антропометрия?

А. Размах статистических колебаний показателей жизнедеятельности организма.

Б. Частное распределение показателей по коридорам в центилях.

В. Нахождение математических соотношений между параметрами.

Г. Измерение морфологических и функциональных признаков тела.

9. Какие виды памяти выделяют в соответствии с психологической классификацией?

А. Двигательная память.

Б. Иммунологическая память.

В. Словесно-логическая память.

Г. Эмоциональная память.

10. Установите соответствие между теорией памяти и её описанием:

а. Анатомическая теория.

б. Глиальная теория.

в. Биохимическая теория.

г. Молекулярная теория.

А. Основную роль в процессе запоминания играет молекула РНК.

Б. Память связана с образованием новых аксошипиковых аппаратов.

В. Память связана с синтезом новых белков.

Г. Память связана с работой клеток глии.

11. Укажите особенности компенсированного утомления:

А. Происходит возбуждение коры головного мозга.

Б. Выполнение работы невозможно.

В. Работа выполняется за счет волевых усилий.

Г. В коре головного мозга развивается «охранительное торможение».

12. В чем заключаются отличия симптомов утомления от симптомов переутомления?

А. Симптомы переутомления имеют более стойкий характер.

Б. Симптомы переутомления очень быстро проходят.

В. Для снятия симптомов утомления необходимы длительные перерывы в работе.

13. Какие упражнения используют для развития ловкости?

А. Ходьба в упоре согнувшись, не сгибая ног в коленях.

Б. Метание теннисного мяча попеременно правой и левой рукой.

В. Сжимание резинового эспандера.

Г. Сохранение равновесия на подвижной площадке.

14. Какие показатели определяют при комплексной оценке уровня здоровья по В.И. Белову?

А. Физические качества.

Б. Биохимические показатели крови.

В. Эффективность работы иммунной системы.

Г. Характеристики образа жизни.

15. В чем заключается волевая готовность ребенка к школе?

А. Сформированность знаний о школе.

Б. Познавательный интерес к окружающему.

В. Способность управлять своим поведением и умственной деятельностью.

Г. Желание ребенка учиться в школе.

16. При помощи каких методов осуществляется диагностика интеллектуальной готовности ребенка к школе?

А. Методика «МЭДИС»

Б. «Беседа об отношении к школе и учению»

В. Методика «Найди и вычеркни».

17. Укажите, какие запахи оказывают активизирующее воздействие на человека:

А. Запах прелой листвы.

Б. Запах розы.

В. Герань.

Г. Жасмин.

18. Что такое латентное время двигательной реакции.

А. Временной отрезок от начала двигательной реакции до её завершения.

Б. Время с момента подачи команды до начала двигательного действия.

В. Время с момента подачи команды до окончания двигательного действия.

19. Укажите верные характеристики анатомической гибкости:

А. Сопровождается сокращениями мышечных групп, обеспечивающих движение в данном суставе.

Б. Определяется особенностями строения опорно-двигательного аппарата.

В. Проявляется под действием внешних сил или собственного отягощения.

20. Какие виды воздействий применяются при тестировании физической работоспособности?

А. Физическая нагрузка.

Б. Водные процедуры.

В. Расчет суточных энерготрат.

Г. Изменение газового состава вдыхаемого воздуха.

6.4. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для зачета по дисциплине «Диагностика психосоматического здоровья», показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Основы физиологии здоровья: Учебник/ Под ред. Ф.Н. Зусмановича, А.П. Кузнецова, А.В. Речкалова. - Курган: Изд-во КГУ, 2004. – 342 с.

2. Фомин Н.А. Психофизиология здоровья. – Челябинск: Издатель Татьяна Лурье, 1998. – 392 с.

3. Диагностика здоровья. Психологический практикум / Под ред. проф. Г.С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2007. – 950 с.

4. Волков, С.Р. Здоровый человек и его окружение / С.Р. Волков, М.М. Волкова. – 2016. – 641 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://znanium.com/catalog/document?id=361147

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Практикум по психофизиологической диагностике. Учебное пособие для студентов вузов. –М.: ВЛАДОС, 2000. -128 с.

2. Речкалов А.В. Оценка уровня здоровья/ Методические рекомендации. – Изд-во Курганского гос. ун-та. - Курган,. 1998. – 26 с.

3. Речкалов А.В., Штода Л.З. Дневник студента- практиканта/ Методические рекомендации. – Изд-во Кург. гос. ун-та. - Курган,. 1998. – 30 с.

4. Абаскалова Н.П. Физиологические основы здоровья / Н.П. Абаскалова, М.В. Иашвили, С.Г. Кривощеков. - 2015. – 351 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://znanium.com/catalog/document?id=355911

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Штода Л.З. Сохранение, укрепление и восстановление индивидуального здоровья детей: Методические рекомендации. – Курган, 2001. – 80 с.

2. Кучина Н.В., Шаламова Е.Ю., Филиппова И.Б. Здоровьесохраняющие технологии в учебно-воспитательном процессе: Методические материалы. – часть 1,2. – Курган; Глав. УО. – 1998.

3. Басимов М.М. Диагностика интеллектуального развития. Стимульный материал к проведению лабораторно-практических занятий. – Курган, изд-во КГУ, 1999. – 44 с.

9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1. ЭБС «Лань»
2. ЭБС «Консультант студента»
3. ЭБС «Znanium.com»
4. «Гарант» справочно-правовая система

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение по реализации дисциплины осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данной образовательной программе.

11. ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до обучающихся.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Диагностика психосоматического здоровья»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Трудоемкость дисциплины: 3 ЗЕ (108 академических часов)
Семестр: 7 (заочная форма обучения)
Форма промежуточной аттестации: зачет

Содержание дисциплины

Понятие здоровья и здорового образа жизни. Факторы риска здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Структура психосоматического здоровья. Подходы к изучению здоровья в психологии. Нозологические состояния. Рост, критерии ростовых процессов. Дифференцировка органов и тканей. Основные закономерности физического развития детей и подростков. Понятие конституции. Общая и частные конституции. Различные классификации соматотипов. Соматотип и здоровье. Понятие темперамента. Взаимосвязи темперамента и здоровья. Частная серологическая конституция. Понятие о дерматоглифической конституции. Основы репродуктивного здоровья. Духовно-нравственные основания здоровья.

ЛИСТ
регистрации изменений (дополнений) в рабочую программу
учебной дисциплины
«Диагностика психосоматического здоровья»

Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20__/ 20__ учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / Ф.И.О. /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.

Изменения / дополнения в рабочую программу
на 20___ / 20___ учебный год:

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Ответственный преподаватель _____ / Ф.И.О. /

Изменения утверждены на заседании кафедры «___»_____20___ г.,
Протокол № ___

Заведующий кафедрой _____ «___»_____20___ г.