



Региональная общественная организация ученых
БАЛТИЙСКАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ

Санкт-Петербург, 190068, пр. Лермонтовский, 7А, офис 401,
тел.: (812) 9396503; +7(921) 9035604
E-Mail: bpa@baltacademy.ru, www.baltacademy.ru
ИНН 7826664551 КПП 783901001
р/с 407038100055210100571 в Калининском ОСБ
кор/ с 30101810500000000653 БИК 044030653

Аннотация
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Комплексная концепция здоровья»

План учебного процесса:

Составляющие учебного процесса		Часы
Работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий и самостоятельная работа обучающихся	Аудиторные занятия, в т.ч.:	60
	Лекции	36
	Практические занятия	20
	Самостоятельная работа	20
	Аттестация, в т.ч.	4
	Рубежный контроль	2
	Промежуточная аттестация	2
	Всего	80
Форма промежуточной аттестации	зачет в устной форме	

1. ВВЕДЕНИЕ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Программа учебной дисциплины является частью образовательной программы «Энергоактивные методы психологической коррекции здоровья».

Место дисциплины в структуре образовательной программы: базовая, обязательная.

1.1. Цель дисциплины

Формирование естественно-научного кросс-дисциплинарного понимания проблем человеческого здоровья, развитие восприятия и осознания взаимосвязи между психологическими и соматическими процессами как энергетическими явлениями.

1.2. Задачи дисциплины

- ознакомить обучающихся с комплексной концепцией здоровья как изменчивым динамическим процессом;
- изучить взаимовлияние психологических факторов и физического здоровья;

- сформировать представление о здоровье как балансе энергетических процессов в организме;
- выработать навык саморефлексии, стимулировать осознание собственных эмоциональных и физических состояний, а также их взаимовлияние.

1.3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;
- способность решать проблемы и ситуации профессиональной деятельности на стыке наук, в смежных профессиональных областях.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- определение и принципы функционирования комплексной концепции здоровья;
- свойства человеческого сознания;
- взаимосвязь психологических и энергетических процессов в организме;
- основные принципы оздоровления и восстановления здоровья;

Уметь:

- оперировать основными понятиями дисциплины;
- находить взаимосвязь между психическими, энергетическими и соматическими процессами в организме;
- применять принцип Бауэра;
- стимулировать осознание собственных эмоциональных и физических состояний и их взаимовлияние.

Владеть:

- общими психологическими техниками повышения самосознания;
- навыком саморефлексии;
- приёмами анализа, оценки и коррекции своего психоэмоционального состояния;
- методами саморегуляции.

2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2.1. Лекции

Изучаемые темы	Объем (ак. часы)
Тема 1. Комплексная концепция здоровья	8
Тема 2. Сознание и подсознание человека. Свойства человеческого сознания.	16
Тема 3. Психологические и энергетические процессы в организме: предпосылки к заболеваниям.	4
Тема 4. Основные принципы оздоровления. Принцип Бауэра.	4
Тема 5. Восстановление здоровья.	4
ВСЕГО:	36

2.2. Практические занятия

Номера изучаемых тем	Объем (ак. часы)
Тема 1. Комплексная концепция здоровья	-
Тема 2. Сознание и подсознание человека. Свойства человеческого сознания.	12
Тема 3. Психологические и энергетические процессы в организме: предпосылки к заболеваниям.	2
Тема 4. Основные принципы оздоровления. Принцип Бауэра.	2
Тема 5. Восстановление здоровья.	4
ВСЕГО:	20

2.3. Самостоятельная работа обучающегося

Виды самостоятельной работы обучающегося	академический час
Проработка теоретического материала	6
Подготовка к практическим занятиям	4
Подготовка к рубежному контролю	2
Подготовка к промежуточной аттестации	8
ВСЕГО	20

3. РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Изучаемые темы	ак. час	Форма контроля
Тема 1. Комплексная концепция здоровья.	-	
Тема 2 Сознание и подсознание человека. Свойства человеческого сознания.	2	устный зачет
Тема 3. Психологические и энергетические процессы в организме: предпосылки к заболеваниям.	-	
Тема 4. Основные принципы оздоровления. Принцип Бауэра.	-	
Тема 5. Восстановление здоровья.	-	
Всего	2	

4. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Промежуточная аттестация проводится в форме устного зачета и предполагает ответ на вопрос по выбору преподавателя.