



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**  
**«Методы коррекции состояния субъекта»**

План учебного процесса:

Составляющие учебного процесса		Часы
Работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий и самостоятельная работа обучающихся	Аудиторные занятия, в т.ч.:	116
	Лекции	10
	Практические занятия	96
	Самостоятельная работа	24
	Аттестация, в т.ч.	10
	Рубежный контроль	10
	Промежуточная аттестация	0
	Всего	140
Форма промежуточной аттестации	зачет	

## **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 компетенций, необходимых для подготовки себя как специалиста, обладающего способностями к работе с объектами, а также для обеспечения безопасной деятельности, не наносящей вреда здоровью и психическому состоянию.

### **1.2. Задачи дисциплины**

- ознакомить обучающихся с методами коррекции собственного состояния при работе с объектом;
- отработать техники достижения работоспособного состояния;
- формировать умения поддержания и повышения работоспособности субъекта;

- выработать навык применения методов и приемов профессиональной гигиены субъекта.

### 1.3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность коррекции собственного состояния при работе с объектом;
- способность к достижению работоспособного состояния;
- способность к поддержанию и повышению своей работоспособности;
- способность выбора и применения приемов профессиональной гигиены.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- определение и методы достижения рабочего состояния;
- основные типы психических реакций и состояния психической сферы специалиста при работе с объектом;
- способы поддержания и повышения работоспособности;
- методы и приемы профессиональной гигиены.

Уметь:

- достигать рабочего состояния;
- поддерживать и повышать работоспособность;
- формировать психические и энергетические защиты;
- применять методы и приемы профессиональной гигиены.

Владеть:

- методами активизации подсознания;
- способами набора мощности;
- технологиями контроля и разгрузки состояния при работе с объектом;
- методами саморегуляции.

## 2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 2.1. Лекции

Изучаемые темы	Объем (ак. часы)
Тема 1. Понятие, анализ, исследование и коррекция родовых взаимосвязей.	2
Тема 2. Рабочее состояние: определение и методы достижения.	2
Тема 3. Поддержание и повышение работоспособности.	2
Тема 4. Методы управления электрической активностью головного мозга.	2
Тема 5. Методы и приемы профессиональной гигиены в работе специалиста.	2
<b>ВСЕГО:</b>	<b>10</b>

## 2.2. Практические занятия

Номера изучаемых тем	Объем (ак. часы)
Тема 1. Понятие, анализ, исследование и коррекция родовых взаимосвязей.	12
Тема 2. Рабочее состояние: определение и методы достижения.	12
Тема 3. Поддержание и повышение работоспособности.	16
Тема 4. Методы управления электрической активностью головного мозга.	20
Тема 5. Методы и приемы профессиональной гигиены в работе специалиста.	36
ВСЕГО:	96

## 2.3. Самостоятельная работа обучающегося

Виды самостоятельной работы обучающегося	академический час
Проработка теоретического материала	-
Подготовка к практическим занятиям	22
Подготовка к рубежному контролю	2
Подготовка к промежуточной аттестации	-
ВСЕГО	24

## 3. РУБЕЖНЫЙ КОНТРОЛЬ УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Изучаемые темы	ак. час	Форма контроля
Тема 1. Понятие, анализ, исследование и коррекция родовых взаимосвязей.	2	устный зачет
Тема 2. Рабочее состояние: определение и методы достижения.	2	устный зачет
Тема 3. Поддержание и повышение работоспособности.	2	устный зачет
Тема 4. Методы управления электрической активностью головного мозга.	2	устный зачет
Тема 5. Методы и приемы профессиональной гигиены в работе специалиста.	2	устный зачет
Всего	10	

## 4. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Промежуточная аттестация проводится на основании результатов рубежного контроля»