

## Аннотация

Название дисциплины: **Валеология**

Место дисциплины в структуре ОП:

Блок – ФТД.1

Факультативные дисциплины

Компетенции – **ОК-8**

**Целью** освоения дисциплины «Валеология» является овладение теорией и практикой обеспечения индивидуального здоровья человека.

Основные **задачи** дисциплины:

- формирование целостного представления об индивидуальном здоровье;
  - овладение основополагающими принципами обеспечения здоровья;
  - изучение механизмов сохранения, укрепления и формирования соматического, психического и социального компонентов здоровья;
- ознакомление с опытом научных исследований в области валеологии

Форма контроля - зачет.