

## **Аннотация**

Название дисциплины: *Валеология*

Место дисциплины в структуре ОП: *ФТД.1*

Блок – *Факультативы*

Часть –

Компетенции – *УК-7*

Краткое содержание:

*Цель – овладение теорией и практикой обеспечения индивидуального здоровья человека*

*Задачи дисциплины:*

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

Форма контроля – *зачет*