

## Аннотация дисциплины Б.1.1.18 Дисциплина. Рациональная организация жизнедеятельности

Дисциплина "Рациональная организация жизнедеятельности" изучается обучающимися по основной профессиональной образовательной программе "Социальное управление в цифровом обществе" направления подготовки "39.03.02 Социальная работа".

Дисциплина изучается в 3 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 144/4 часов/з.ед. Самостоятельная работа заключается в выполнении работ, указанных в разделе 4.

В ходе изучения дисциплины осуществляется текущий контроль в форме технологии рейтингового контроля в соответствии с технологической карты дисциплины, размещенной на электронном курсе, а также промежуточный контроль в форме балльно-рейтинговый контроль.

Целью изучения дисциплины является формирование следующих компетенций:

1. УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

В ходе изучения дисциплины последовательно рассматриваются темы:

1. Лекция №1 Предмет курса и его актуальность
2. Лекция №2. Человек как предмет антропологического знания.
3. Лекция №3. Истоки психологии активности
4. Лекция № 4. Личность и основные ступени ее развития.
5. Лекция № 5. Здоровье как жизненная ценность.
6. Лекция № 6. Психическая саморегуляция и здоровье.
7. Лекция № 7. Психология юношеского возраста.
8. Лекция № 8. Студент вуза. Психология учебной деятельности
9. Лекция № 9. Социально-психологическое сопровождение профессионального становления личности.

Основными стратегическими образовательными технологиями являются: дискуссионные, лекционные занятия, практические занятия, процедуры самообучения, тренинговые.

В рамках указанных технологий применяются тактические образовательные технологии: деловая игра, задания, классическая лекция, лекция с элементами мозгового штурма, ролевая игра.