

**Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального образования  
«Московская академия профессиональных компетенций»**

**Рабочая программа учебной дисциплины  
«Здоровьесберегающие образовательные технологии»**

Дополнительная профессиональная программа  
(профессиональная переподготовка)  
«Физическая культура в дошкольных образовательных организациях и начальной  
школе»

Форма обучения  
Заочная  
(с применением электронного обучения  
и дистанционных образовательных технологий)

Москва 2021

## **1. Цель освоения учебной дисциплины**

Цель освоения дисциплины - формирование новых компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

основные научные направления, концепции, источники знания в области здоровьесберегающих технологий;

основные понятия и категории здоровьесберегающих технологий;

инновационные здоровьесберегающие технологии в области образования;

теоретические подходы к сущности понятий: здоровье, болезнь, здоровый образ жизни;

факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье (в том числе и профессиональное);

методы формирования, укрепления и сохранения собственного здоровья и здоровья детей;

методы пропаганды знаний в вопросах здоровьесбережения среди широких слоев населения;

методик проведения консультационных и профилактических мероприятий в области здоровьесбережения;

методы аналитической, прогностической и мониторинговой работы в области здоровьесбережения;

уметь:

оперировать основными теоретическими знаниями в области здоровьесберегающих технологий в образовательной среде;

применять здоровьесберегающие технологии на уроках ОБЖ и физической культуры;

выбирать адекватные теории и технологии для решения научных проблем здоровьесбережения;

выявлять факторы, отрицательно влияющие на здоровье и способность сопоставлять уровень здоровья с их влиянием на организм;

активизировать внешние и внутренние ресурсы для сохранения своего здоровья и здоровья детей и подростков;

применять нормативно-правовые акты по охране здоровья в практической деятельности;

разрабатывать и применять на практике методы и технологии формирования, укрепления и сохранения собственного здоровья и здоровья детей;

применять методы формирования мотивационных основ здорового образа жизни у детей и их родителей;

организовывать индивидуальную и коллективную работу по здоровьесбережению детей;

организовывать свой образ жизни с позиций здоровьесбережения;

владеть:

актуальными здоровьесберегающими средствами, методами, технологиями профессиональной деятельности в сфере образования;

вести здоровый образ жизни;

методами самодиагностики, саморазвития, самосовершенствования своего образа жизни и здоровья;

методами сохранения профессионального здоровья;

методами совладания со стрессами (аутотренинг, релаксация).

## **2. Трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет:

- для трудоемкости 252 ак.ч. ДПП - 24 ак.ч.;
- для трудоемкости 288 ак.ч. ДПП - 34 ак.ч.;
- для трудоемкости 324 ак.ч. ДПП - 24 ак.ч.;
- для трудоемкости 576 ак.ч. ДПП - 34 ак.ч.;
- для трудоемкости 620 ак.ч. ДПП - 34 ак.ч.;

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине предусмотрена в следующей форме: экзамен (с помощью тестирования).

## **3. Язык образования (язык обучения)**

Язык образования (язык обучения): русский язык.

## **4. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины**

а) основная литература:

Здоровьесберегающие образовательные технологии: курс лекций / коллектив авторов. - Москва : Изд. центр АНО ДПО «Московская академия профессиональных компетенций», 2021. - (2021). - Текст : электронный

б) дополнительная литература:

в качестве дополнительной литературы рекомендуется использовать литературу, перечень которой содержится в настоящей ОП ДПП в списке дополнительной литературы (при наличии).