

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития дополнительного профессионального
образования»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ИРДПО

Безлепкин В.В.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Программа «Преподаватель высшей школы»

Модуль: Здоровьесберегающие образовательные технологии

(наименование программы, раздела)

Цель: изучение современных подходов и методик формирования навыков и привычек здорового образа жизни в рамках образовательного процесса, создания здоровой обстановки в учебных учреждениях.

Категория слушателей: преподаватели вузов, учреждений ДПО

Срок обучения: 72 уч. час.

Форма обучения: с частичным отрывом.

Режим занятий: 4 – 8 часов в день.

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин и тем	Всего часов	В том числе:			Формы контроля
			Лекции	Выездные занятия, стажировка, деловые игры и др.	Практикумы, лабораторные, семинары	
1.	Основные направления реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в вузе	4	2		2	
2.	Организм человека как биосистема. Приспособляемость и предрасположенность к заболеваниям	12	4		8	
2.1.	Приспособляемость и предрасположенность организма к заболеваниям	2	2			
2.2.	Система удовлетворенности человека. Формирование вредных привычек	8	2		6	
2.3.	Почему так трудно отказываться от привычного	2			2	
3.	Основы здорового образа жизни и проблемы их	24	8		16	

	реализации					
3.1.	Основы здорового образа жизни: питание, движение, экологический комфорт	8	4		4	
3.2.	Причины быстрого распространения химических зависимостей	8	2		6	
3.3.	Профилактика химической зависимости - новый взгляд	8	2		6	
4.	Психологически здоровый образ жизни - основа физического и душевного здоровья	16	8		8	
4.1.	Психологическая гармония в агрессивной среде мегаполиса	2	2			
4.2.	Мотивация здорового образа жизни	6	2		4	
4.3.	Стрессы и группы риска	4	2		2	
4.4.	Осознанное социальное позиционирование. Повышение стрессоустойчивости	4	2		2	
5.	Формирование здоровых привычек и социальных стереотипов в образовательных учреждениях	16	6		10	
5.1.	Привычка против предрасположенности. Регулярность и повторяемость - основы формирования привычек	4	2		2	
5.2.	Расхождение современных социальных норм поведения с психологически здоровыми	6	2		4	
5.3.	Основные принципы формирования здоровых социальных стереотипов	6	2		4	
	Итоговый контроль					Зачет
	Итого по курсу	72	28		44	

Составили
 Доцент, к.ф.-м.н.
 Доцент, к.т.н.

Еднерал И.В.
 Петренко И.В.