

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
ВТЖТ - филиала РГУПС


Е.В. Соби́на
«09» января 2024г.

**Описание дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации «Актуальные вопросы формирования
здорового образа жизни у специалистов железнодорожного транспорта»**

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни у специалистов железнодорожного транспорта» (далее ДПП ПК) предназначена для дополнительного профессионального образования путем освоения программы повышения квалификации слушателями филиала. ДПП ПК разработана ВТЖТ- филиалом РГУПС.

Реализация ДПП ПК направлена на совершенствование существующих и приобретение новых компетенций необходимых для профессиональной деятельности, приобретение и углубление теоретических и практических знаний.

ДПП ПК разработана на основе федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования (ФГОС СПО).

К освоению ДПП ПК допускаются лица, имеющие среднее профессиональное образование и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование. При освоении ДПП ПК параллельно с получением среднего профессионального образования и (или) высшего образования удостоверение о повышении квалификации выдается одновременно с получением соответствующего документа об образовании и о квалификации.

ДПП ПК трудоемкостью 40 часов реализуется по очной форме обучения.

Срок освоения 4 недели (10 часов в неделю): очное обучение

Освоение ДПП ПК завершается итоговой аттестацией слушателей, которая проводится в виде устного зачета по вопросам.

Лицам, успешно освоившим ДПП ПК и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

Цель

Совершенствование общих компетенций, необходимых для реализации профессиональной деятельности, в рамках получаемой или имеющейся квалификации.

Задачи:

1. Развивать естественнонаучное мышление обучающихся и повышать их учебные компетенции в области биологии и вопросах формирования здорового образа жизни.

2. Обучать слушателей объяснять биологические процессы в окружающем мире с точки зрения современных естественнонаучных подходов и уровня развития науки в двадцать первом веке.

3. Формировать знания в области прикладного значения биологии, физиологии, применять полученные знания в учебной и профессиональной деятельности.

Планируемые результаты обучения

В результате освоения ДПП ПК слушатель должен

ЗНАТЬ:

- индивидуальные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни;
- биологические факторы, влияющие на здоровье;
- значение рационального питания для здоровья человека;
- методику здоровьесберегающих технологий на производстве (на железнодорожном транспорте);
- влияние биологических факторов на состояние здоровья человека;
- биологические механизмы самозащиты организма (формирование иммунитета);
- биологические и физиологические основы утомления и возрастные изменения в организме человека.

УМЕТЬ:

- применить средства и методы здоровьесберегающих технологий на производстве (на железнодорожном транспорте).
- использовать полученные знания для профилактики профессиональных заболеваний и травматизма;
- оценивать показатели физического развития, проводить простейшие антропологические измерения и функциональные пробы;
- контролировать функциональное состояние организма: работоспособность, адаптивность и функциональная активность в профессиональной деятельности специалистов железнодорожного транспорта;
- использовать современные биотехнологии для разработки тренировочных средств при самостоятельных занятиях утренней гигиенической и производственной гимнастикой;
- аргументировано формулировать свое отношение к здоровому образу жизни.

СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ КОМПЕТЕНЦИИ:

Общие компетенции (ОК):

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.