

## "Мениджър Консулт" ЕООД

## ФОРМУЛЯР ЗА ОПИСАНИЕ НА ПРОГРАМАТА

**1. Наименование на програмата:**

„ХРАНЕНЕ, СПОРТ И ЗДРАВЕ НА ДЕЦАТА И ПОДРАСТВАЩИТЕ В УЧЕБНИ УСЛОВИЯ“

**2. Програмата е насочена към:**

Учители – начален етап  
 Учители – прогимназиален етап  
 Учители – гимназиален етап  
 Директори  
 Заместник-директори  
 Ръководител направление ИКТ  
 Педагогически съветници, психолози  
 Възпитатели в общежитие  
 Логопеди, рехабилитатори, ресурсни учители  
 Корепетитори, хореографи, треньори  
 Учители - предучилищно образование  
 Учители - целодневна организация

**3. Анотация на програмата:****3.1. Кратко описание на програмата**

Тематиката ще запознае педагозите със здравето като състояние и факторите, от които зависи. Ще даде знания, умения и тяхното приложение в ежедневната практика на хората, с цел неговото съхранение и утвърждаване, неговото укрепване и съхранение за възможно най-дълго време. Педагозите придобиват знания относно личностните характеристики / себепознанието / на здравия човек и практически методи за тяхното изследване. От друга страна се придобиват умения и насоки за начина на хранене както в нормалния живот, така и при практикуване на активна двигателна дейност. Информация за калорийната стойност на различни видове храни и хранителния режим, необходимите калории, килокалории или килоджаули при нормална ежедневна дейност са изключително важни за рационалното балансирано хранене. Чрез различни методи за регистрация ще се получи информация за моментната оценка на физическото състояние при подрастващите по различни показатели – ръст, тегло, количеството мазнини в тялото, активната телесна маса, мускулната маса, начин на регистриране и анализ. По време на обучението наред с теоретични знания, е предвидено и практическо попълване на предварително раздадени протоколи и материали, тестове за анализ на собственото си състояние.

**3.2. Цели на програмата**

Основна цел на програмата е педагозите да придобият знания относно личностните характеристики на здравия човек, факторите влияещи върху укрепване и съхранение на здравето, методите за тяхното изследване, начина на хранене както в нормалното ежедневие, така и при практикуване на активна двигателна дейност.

**3.3. Методи на обучение**

Лекция. Практически упражнения. Индивидуални и групови консултации. Информационни материали. Работа в интернет пространството. Интерактивни методи: групова работа, казуси, дебатиране.

**3.4. Индикатори за очаквани резултати**

Теоретичното и практично овладяване на знания и умения, ще осигури на педагозите възможността при самостоятелно и ефективно реализиране на учебно-възпитателния процес, да могат да правят експресна оценка на физическото състоянието на учениците сравнявайки резултатите по конкретни показатели, да контролират начина на хранене и съхранение на здравето, при многократно завишени изисквания към организма им, което ще бъде основа за дълъг здравословен начин на живот. Самостоятелната и работата в екип ще бъдат приоритет в съставянето на хранителен режим спрямо личния дневен или седмичен енергоразход.

**3.5. Материално-технически и информационни ресурси, специфични за програмата:**

- Power Point – презентация и необходимите за нея технически средства- мултимедя, екран, преносим компютър.

**3.6. Съотношение между теоретична и практическа част:**

1: 3 : 1.

**4. Компетентности, които ще бъдат придобити**

Педагогическа  
Организационна

**5. Форми на обучение:**

Частично присъствена

**6. Продължителност на обучението : 16****7. Брой квалификационни кредити : 1****8. Начин на завършване на обучението:**

Защита на проект

**9. Списък на обучителите\*:**

	ЕГН	Име	Презиме	Фамилия
1	4903250180	Евгени	Асенов	Кавдански

\* Документите по реда на т. 2 от Заявлението - Приложение № 29 към чл. 90, ал. 1 от Наредба 12, са приложени отделно към Заявлението

**10. Лице за контакт:**

Име, презиме, фамилия: Евгени Асенов Кавдански

Актуален адрес: гр. Благоевград, ул. „Даме Груев“ № 34, вх. Б, ет. 8, ап. 16

Телефон: +359 887 88 36 19

Адрес на електронна поща: e\_kavdanski@abv.bg

10.4.2019 г.