

АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Азбука здоровья»

Направленность: социально-гуманитарная

Срок реализации программы: 1 год

Объём: 144 часа

Уровень: ознакомительный

Форма обучения: очная

Возраст обучающихся: 7-15

Составитель(автор): авторский коллектив

Программа разработана с учётом основных нормативно-правовых документов.

Цель - создание условий для физического, социального и психологического оздоровления детей, предупреждение и своевременная коррекция распространенных среди школьников заболеваний, расширение представления детей о здоровье и здоровом образе жизни.

Задачи:

Обучающие: актуализировать и пополнить знания обучающихся в области физиологии и гигиены; формировать знания и умения о способах укрепления здоровья и навыках здорового образа жизни; научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранить здоровье; обучить способам самоконтроля, саморегуляции, коррекции своего здоровья и самооздоровления.

Развивающие: развивать мотивацию здорового образа жизни; развивать санитарно-гигиенические и культурно-гигиенические умения и навыки; развивать коммуникативную культуру; развивать у детей активный познавательный интерес к занятиям по организации здорового образа жизни.

Воспитательные: формировать у обучающихся представление о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему через приобщение к здоровому образу жизни; формировать осознанного отношения к своему здоровью как к одной из основополагающих жизненных ценностей; формировать позитивного отношения к самому себе и окружающему миру, навыков позитивного коммуникативного общения; воспитывать морально-волевые качества; воспитывать культуру здоровья, потребности, способности и умения заботиться о собственном здоровье, духовном и телесном благополучии; воспитывать ответственность за свое здоровье.

Оздоровительные задачи: улучшение показателей физического развития;

снижение пропусков занятий по заболеваемости; улучшение общего самочувствия.

Программа решает одну из самых важных задач современного образования - формирование здорового образа жизни школьников. Предлагаемый курс занятий направлен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре. Реализация данной программы- это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью.