

Аннотация к общеобразовательной общеразвивающей программе

«В здоровом теле – здоровый дух»

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию человека.

Цель программы: формирование здорового образа жизни, способствующего познавательному и эмоциональному развитию, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Задачи:

Обучающие:

- Дать основные понятия и термины правил безопасности по темам третьего года обучения;
- Познакомить с потенциальными опасностями, наиболее часто возникающими в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- Дать представление о социальных последствиях пристрастия к наркотикам;

Развивающие:

- развить у обучающихся потребность в здоровом питании;
- развить бережное отношение к своему здоровью;

Воспитательные:

- прививать интерес к занятиям спортом и активным видам отдыха;
- воспитать потребность соблюдать правила личной гигиены;

Возраст учащихся: 15-23года.

Форма организации образовательного процесса – групповая. Численный состав группы может быть от 10 до 15 человек.

Режим занятий: 1 раз в 2 недели по 2 академических часа, 36 часов в год, продолжительностью по 45 минут с перерывом 10 минут.

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

По окончании 3 года обучения:

Выпускник должен знать:

- основные понятия, термины и определения народной медицины и иммунитета;
- общие понятия и определения наркомании и токсикомании;
- общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи;
- правила здорового питания;
- социальные последствия пристрастия к наркотикам;
- потенциальные опасности, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе;
- особенности составления меню;
- понятие калорийности блюд;
- основные противоэпидемические мероприятия, методы, виды и способы дезинфекции.

Выпускник должен уметь:

- оказывать первую медицинскую помощь;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья;
- сочетать продукты между собой, считать калорийность блюд, правильно питаться;
- соблюдать здоровый образ жизни;
- осознанно строить взаимоотношения;
- комплектовать домашнюю аптечку.

Контроль за выполнением программы:

Текущий контроль: проводится на каждом занятии при выполнении задания разного уровня сложности. Результаты оцениваются педагогом словесно.

Промежуточный контроль: проводится в конце первого полугодия и в конце учебного года в форме тестирования.

Методическое обеспечение программы.

На занятиях применяются наглядные, словесные, практические методы обучения:

Наглядный метод используется при показе иллюстративного материала (кресворды, тесты, анкеты, карточки с заданиями и т.д.)

Словесный метод включает в себя беседы, дискуссии, лекции, обсуждения, анализ. В работе этот метод должен быть доступным для восприятия подростков.

Практические методы обучения включают в себя тренинги, практические работы т.д.

