

Аннотация общеразвивающей программы естественнонаучной направленности «Здорово быть здоровым»

Направленность программы: естественнонаучная.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что современные требования к образованию предусматривают необходимость сконцентрировать своё внимание на формирование культуры здоровья.

Тенденции ухудшения здоровья молодежи, обусловленные ухудшением экологической ситуации, распространением разрушающих здоровье стереотипов поведения, сделали проблемы формирования здорового образа жизни обучающихся одной из приоритетных задач системы образования. Программа «Здорово быть здоровым» является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся 10 классов. Она включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья, и включает в себя, как теоретическую, так и практическую часть.

Цель: формирование ценностного отношения к своему здоровью как к главной жизненной ценности.

Задачи:

- формировать навыки сохранения своего здоровья как общественную и индивидуальную ценность;
- проводить профилактику вредных привычек;
- прививать привычки правильного питания, соблюдения режима дня;
- развивать умения бороться со стрессовыми ситуациями.

Данная программа адресована обучающимся 15-17 лет. К особенностям становления личности в старшем подростковом возрасте относятся: желание проявить себя в социально значимой деятельности, образующее ядро развития личности, развитие самосознания, ценностных ориентаций, мотивации, что развития позволяет осознанно и объективно изучать данный курс.

Срок освоения – 1 год.