

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Человек и его здоровье»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественнонаучной направленности «Человек и его здоровье» реализуется в рамках проекта «Точка роста».

1.1 Направленность (профиль) программы: естественнонаучная.

1.2 Нормативно-правовая база разработки и реализации программы Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

1.3 Актуальность, педагогическая целесообразность программы Программа «Человек и его здоровье» расширяет сведения о физическом, психическом и социальном здоровье человека, рассматриваемые в школьной программе. Получение обучающимися знаний в этой области позволит укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек в условиях неблагоприятного окружения, возродить спортивные и оздоровительные традиции как условие укрепления нравственных устоев семьи и школы.

Предлагаемый курс носит обучающий, развивающий и социальный характер. Он является необходимым для обучающихся, так как позволит школьникам найти причину многих заболеваний, заставит их задуматься о своём здоровье и его сохранении.

Ребенок будет ориентироваться на выбор профессии согласно жизненным ресурсам своего организма. Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по

сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

Задачей современной школы является создание активной образовательной среды, в которой будет организована подготовка ученика к самостоятельной жизни, формирование у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями и формирование соответствующих навыков.

Данная программа предусматривает получение учениками знаний и навыков, необходимых для формирования потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования.

1.4 Цель программы: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

1.5 Задачи программы:

Обучающие

- обучение умению осуществлять осознанный выбор модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- обучение правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- обучение упражнениям сохранения зрения.

Развивающие

- формирование представлений о факторах, оказывающих влияющих на здоровье;
- формирование рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности;
- разъяснение причин возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- формирование основных компонентов культуры здоровья и здорового образа жизни;
- разъяснение влияния эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие.

Воспитательные

- развитие навыков конструктивного общения;
- развитие потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

1.6 Адресат программы: Данная программа предназначена для обучающихся 14-15 лет. Требования к учащимся, поступающим на

программу: не требуется. Уровень программы – базовый. Количество человек в группе – 15.

1.7 Форма реализации программы: очная.

1.8 Срок освоения программы: 1 год. Объем программы: 34 часа.

1.9 Форма организации занятий: групповая.

1.10 Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

1.11 Виды учебных занятий и работ: теоретические и практические занятия.

1.12. Ожидаемые результаты обучения.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

- Личностные результаты:

Личностными результатами программы по формированию здорового образа жизни обучающихся является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

- Метапредметные результаты:

Метапредметными результатами программы по формированию здорового образа жизни обучающихся является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

- проговаривать последовательность действий на уроке.

- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану.

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в дополнительной литературе (на развороте, в оглавлении, в словаре);

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя

средства ИКТ, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях по основам здорового образа жизни;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков);

- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания по основам здорового образа жизни, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;

- слушать и понимать речь других;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции на уровне понимания необходимости творческой деятельности как одного из средств самовыражения в социальной жизни;

- выраженной познавательной мотивации;

- устойчивого интереса к новым способам познания

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;

- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- осуществлять расширенный поиск информации в соответствии с исследовательской задачей с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет.

Предметные результаты:

Обучающийся научится:

- быть опрятным, регулярно выполнять гигиенические процедуры;

- знать основные правила этикета и соблюдать их;

- иметь сформированную привычку следить за зубами и полостью рта и

т.д.;

- владеть навыками составления усредненного режима дня и следовать ему;

- уметь распознавать признаки утомления, в том числе и зрительного;

- иметь сформированный навык мытья рук перед любым приемом пищи.

Ученик получит возможность научиться:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную

гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;

- осуществлять активную оздоровительную деятельность;

- формировать своё здоровье.

1.13 Формы контроля: практические работы, викторина, беседа, опрос, тестирование