

Аннотация к рабочей программе курса «Человек и его здоровье»

Программа курса "Человек и его здоровье" позволяет углубить и расширить знания учащихся о здоровье человека как важнейшей жизненной ценности, привить интерес и желание больше узнать самого себя и живую природу, глубже познакомиться с причинами, нарушающими здоровье и факторами сохраняющими его.

Программа курса способствует формированию здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья человека.

Курс "Человек и его здоровье" рассчитан на 34 занятий с учащимися 5-х классов. За основу взят учебник Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев « Твое здоровье. Укрепление организма» Издательство «Акцидент» Санкт- Петербург 2006.г.

Цель курса: Формирование у учащихся правильного отношения к здоровому образу жизни и своему здоровью, формирование культа здоровья, профилактика вредных привычек и болезненных пристрастий, знакомство с основами валеологии, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи курса:

- Углубить и расширить знания учащихся о причинах нарушения здоровья.
- Ознакомить учащихся с факторами, сохраняющими здоровье, закрепление санитарно-гигиенических норм и правил направленные на укрепление своего здоровья, формирование умений применять эти правила в своей жизни и передавать накопленные знания другим.
- Научить детей основам правильного и рационального питания
- Формировать адекватное поведение, направленное на выздоровление в случае болезни, особенно хронической
- Воспитывать интерес к получению знаний о человеке как явлении природы
- Развивать умения сравнивать, анализировать, обобщать и делать выводы и умозаключения.