

Аннотация

к рабочей программе элективного курса «Здоровый образ жизни»

*Сначала мы зарабатываем деньги,
тратя свое здоровье,
А потом мы тратим деньги,
стараясь вернуть здоровье.
Парадокс...*

Надо признать, что культура сохранения, восстановления и поддержания уровня своего здоровья у нас практически отсутствует. Чаще всего мы ориентированы так: «Вот заболею, тогда и буду лечиться» или так: «Вот есть врачи, пусть они меня и лечат». Современная медицина не профилактическая и не восстановительная, а экстренная, и значит, она ставит своей задачей не исцелять, а только снять симптомы. И даже понимая, что болеть очень дорого, многие пока не находят ни времени, ни средств на профилактику. Здоровье остается в приоритете только на словах, например в тостах и пожеланиях, а руки доходят до себя чаще всего в последнюю очередь. Знаем о том, что здоровье не купишь, о нем нужно заботиться, его нужно беречь, но воплощение этих знаний в жизнь и есть признак определенного уровня культуры.

Культура здоровья - это стремление и умение сделать лучшие достижения мирового опыта нашим личным достоянием в кропотливом самосовершенствовании, наградой за которое будет не только физическое здоровье, но и ясность ума, полнота чувств и постоянный приток бодрости.

Необходимость изучения данного курса "Культура здоровья" диктуется тем, что современная система образования в настоящее время дает ограниченный объем знаний ориентированный на оздоровление и владение приемами личной профилактики заболеваний. Вместе с тем потребность в получении такого рода знаний реально существует.

Данный интегрированный курс географии, биологии, валеологии, медицины, гигиены, психологии, экологии соответствует цели профильного образования: самоопределение личностное и профессиональное, и направлен на реализацию программы «Образование и здоровье», являющихся частью государственной программы «Здоровье детей России».

Курс рассчитан на еженедельные занятия по 1 часу в неделю в количестве 34 часов. Разбит на четыре раздела по четвертям, которые могут рассматриваться как самостоятельные части, так и в единой системе.

Цель курса:

- является профессиональное самоопределение школьников, создание ориентационной и мотивационной основы для осознанного выбора естественнонаучного профиля обучения,
- пропаганда здорового образа жизни,
- воспитание культуры здоровья.

Элективный курс решает следующие задачи:

- создать условие для того, чтобы ученик утвердился в сделанном им выборе направления дальнейшего обучения, связанного с определенным видом профессиональной деятельности; создание положительной мотивации обучения на планируемом профиле;
- активизировать познавательную деятельность школьников;
- повысить информационную и коммуникативную компетентность учащихся;

- подготовить школьника к безопасной жизнедеятельности;
- развить личностные качества школьников; формирование опыта профилактики, преодоления и минимизации вредных и опасных факторов жизнедеятельности;
- повысить уровень здоровья учащихся; воспитание культуры здоровья учащихся,
- обучить учащихся практическим умениям и навыкам, необходимым для обеспечения, поддержания и укрепления здоровья,
- Совершенствовать навыки проектной деятельности учащихся разного уровня.

Результаты изучения элективного курса:

знание основных аспектов здорового образа жизни,

- овладение практическими навыками и умениями по профилактике многих заболеваний, оказании доврачебной помощи,
- выпуск журнала «Мое здоровье», защита проектов, создание видеофильма, разработки методичек.

Содержание элективного курса:

- курс позволяет в полной мере использовать активные формы организации занятий, информационные, проектные формы работы,
- содержание курса, форма его организации поможет ученику через успешную практику оценить свой потенциал точки зрения образовательной перспективы,
- курс способствует созданию положительной мотивации, иметь социальную и личную значимость, актуальность как с точки зрения подготовки квалифицированных кадров, так и для личностного развития учащихся,
- курс опирается на разные пособия ведущих специалистов и авторов программ, видеоматериалы, научно-популярную литературу, разработки учителя, коллег и учащихся,
- содержание курса не дублирует содержание предметов, обязательных для изучения,
- валеологическое образование учащихся, направленно на воспитание у них ответственности за собственное здоровье и на обучение основам здоровой и безопасной жизнедеятельности.

Таким образом, отобранное содержание, с одной стороны, соответствует познавательным возможностям старшеклассников, а с другой – предоставляет ученику возможный опыт работы на уровне повышенных требований, развивать его учебную мотивацию.