



«Здоровье — состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней».

Всемирная организация здравоохранения.

СОСТАВ КОМПЛЕКТА

- Примерная программа курса.
- Учебное пособие для детей 5–6 лет.
- Книга для чтения «Неболейка».
- Учебные пособия для обучающихся в 1–4, 5–6, 7–9, 10–11 классах.
- Методические разработки для педагогов (на сайте издательства).

ГРУППА КОМПАНИЙ «ПРОСВЕЩЕНИЕ» ТАКЖЕ ПРЕДЛАГАЕТ:

- программу повышения квалификации учителей по проведению курса внеурочной деятельности «Здорово быть здоровым»;
- обмен опытом между образовательными организациями в рамках проекта «Взаимообучение школ».

Под редакцией Г. Г. Онищенко

ЗДОРОВО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ



В пособиях комплекта «Здорово быть здоровым» последовательно освещаются вопросы возрастного и социального развития детей, гигиены, режима дня, физической активности и правильного питания.

Использование комплекта позволит учителю:

- сформировать у детей представления о здоровом образе жизни;
- выработать у детей навыки, необходимые каждому современному человеку, по сохранению физического, психического и нравственного здоровья;
- создать условия для формирования у детей позитивного опыта безопасного и здорового образа жизни;
- обеспечить комфортную и успешную адаптацию детей в учебное время на разных этапах школьного обучения и во внеурочной жизни.

Интернет-магазин:
+7 495 789 30 23

info@shop.prosv.ru
shop.prosv.ru



prosv.ru



ОСОБЕННОСТИ КУРСА:

- модульная структура, разворотный принцип;
- проблемные задания-кейсы, задания для совместного обсуждения;
- комментарии к заданиям позволяют сориентироваться, как достигнуть желаемой цели.



5–6 лет; 1–4 классы

Цель пособий:

- способствовать гармоничному умственному и физическому развитию детей;
- показать детям ценность общения с родными и близкими;
- сформировать положительное отношение к учёбе и роли ученика;
- воспитать в детях привычку вести здоровый образ жизни;
- дать начальные представления о месте человека в обществе.



5–9 классы

Цель пособий — помочь детям в решении актуальных вопросов физиологического, психологического и социального характера.

- Как преодолевать трудности переходного возраста?
- Для чего нужна уверенность в себе и на чём она основывается?
- Как выстраивать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми?
- Как подходить к выбору профессии и готовиться к ОГЭ?
- Каким должен быть рацион питания, чтобы организм получал максимум полезных веществ? Вредны ли школьные перекусы?
- Какие существуют возможности для занятий спортом?



10–11 классы

Цель пособия — развить и закрепить у юношей и девушек устойчивые навыки здорового образа жизни. Пособие поможет:

- правильно формулировать жизненные и профессиональные цели;
- освоить технологии самооценки, тайм-менеджмента, решения конфликтов и управления эмоциями;
- выработать личные принципы здорового питания (приводятся варианты меню для старшеклассников);
- спланировать физическую нагрузку для получения ежедневного заряда бодрости и оптимизма;
- развить умение преодолевать трудности, быть терпеливым и упорным в достижении поставленных целей.