

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Экологическая культура и здоровье
человека»**

Направленность: естественнонаучная

Срок освоения программы: 1 год.

Возраст обучающихся: 14-16 лет.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Экологическая культура и здоровье человека» направлена на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся. На занятиях будут рассмотрены вопросы влияния среды обитания, питания, физических нагрузок, вредных привычек, стрессов на жизнь и здоровье человека. Обучающиеся научатся правилам здорового образа жизни, методам самоконтроля своего здоровья, а также уяснят для себя, почему здоровье - физическое и духовное, является главным богатством человека.

Чередование теоретических и практических занятий будет способствовать как усвоению материала, так и умению применять полученные знания на практике. Подростки получат возможность проводить несложные измерения физиологических процессов человека, используя, в том числе, и возможности цифровой лаборатории; составлять памятки, буклеты, а также научатся на практике оказывать первую (доврачебную) помощь.