

Краткосрочные курсы здоровьесберегающей направленности на 2015-2016 учебный год

1. Подвижные игры народов Прикамья

Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легко доступны людям самого разного возраста. Доказано. Что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого являются традиционным средством педагогики, способствуют установлению прочных связей с коренным народом, обогащают духовные и социальные качества детей. Курс «Подвижные игры народов Прикамья» реализует спортивно-оздоровительное и гражданско - патриотическое направления во внеурочной деятельности в 5 классе в рамках введения федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Цель курса: содействие укреплению здоровья, приобщению детей к культуре народов Прикамья в процессе активного их участия в народных играх и состязаниях.

Задачи:

- познакомить учащихся с разнообразием подвижных игр и забав народов Прикамья;
- содействовать привитию интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом, как одному из условий здорового образа жизни;
- обучить правилам поведения в процессе коллективных действий;
- развивать двигательную активность в народных играх и состязаниях.
- воспитывать бережное отношение к окружающей среде, к народным традициям.

Основные формы проведения занятий в данном курсе: игры на свежем воздухе и в спортзале, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- расширение кругозора о подвижных играх и забавах народов Прикамья;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
- самостоятельная организация и проведение подвижных игр в малых группах сверстников;

Игры, в которые мы играли (презентации учащихся). Праздник – соревнование.

2. Кулинарный калейдоскоп

Питание обеспечивает основные жизненные функции организма. Выполнение основных законов правильного питания - основа здоровья.

Особое значение это имеет в детском возрасте – когда происходит формирование основных жизнеобеспечивающих систем организма.

Молоко относится к наиболее ценным продуктам детского питания, являясь не только источником белка и жира, но и легкоусвояемого кальция, необходимого для формирования костной ткани. В молоке содержится также витамин В2, играющий важную роль в обеспечении нормального зрения и участвующий в процессе кроветворения.

Очень важно, чтобы в реализации программы принимали участие родители. Эффективность формирования основ культуры питания в очень большой степени будет определяться тем, насколько определяемые курсом нормы и ценности находят отклик в семьях учащихся.

Цель курса: формирование у учащихся основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни

Задачи:

- расширение знаний учащихся о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила.
Основные формы проведения занятий: экскурсия в продуктовый магазин, практические занятия, проектная деятельность.

Ожидаемые результаты:

- расширение знаний учащихся в области питания;
- учащихся смогут оценить свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учетом границ личностной активности;
- полученные знания позволят учащимся ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные.

Мини-проект «Мы не дружим с сухомяткой!». Приготовление и презентация коктейля «Здоровье»

3. Затяни узлы

В повседневной жизни без узлов нам не обойтись. Каждый день мы завязываем разные узлы, сами того не замечая: это шнурки кроссовок, шарфы, галстуки, пояса... А порой просто нужно соединить концы веревок, чтобы связать стопку книг, сделать веревочную лестницу, привязать лодку или собаку или просто завязать красивый узел на подарке.

Вязать узлы - дело нетрудное. Гораздо сложнее научиться вязать узлы правильно и быстро, используя подходящий для того или иного случая узел. Поэтому люди придумали много хороших узлов, но чаще мы знаем не больше двух, да и то не самых надежных.

Восполним этот пробел поможет курс, на котором мы с вами познакомимся с разновидностью узлов и техникой их вязания.

Цель курса: формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании занятий туризмом в организации здорового образа жизни. В рамках реализации этой общей цели курс ориентируется на решение следующих задач:

Задачи:

- создать условия для разностороннего развития личности через воспитание патриотизма и гражданской ответственности, воспитание навыков здорового образа жизни;
- приобретение учащимися компетентности в туризме и ориентировании на местности, обучение навыкам выживания в экстремальных условиях.

Форма занятий - лекции, практические занятия в спортзале и на местности (в зависимости и от сезона года) экскурсии, походы.

Ожидаемые результаты:

- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- расширение кругозора о различных способах крепления узлов;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в туристических походах и занятий спортом.

4. Пирамида здорового питания

Питание обеспечивает основные жизненные функции организма. Выполнение основных законов правильного питания - основа здоровья. Особое значение это имеет в детском возрасте – когда происходит формирование основных жизнеобеспечивающих систем организма.

К основным законам питания относятся: качественная и количественная адекватность физиологическим потребностям организма, а также регулярность поступления пищи – соблюдение режима.

Для организации рационального питания важно учитывать многие факторы – образ жизни ребенка, национальные традиции питания, климатические, сезонные, экологические условия жизни.

Цель курса: формирование у школьников основ культуры питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

- расширение знаний учащихся о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирования готовности соблюдать эти правила;
- развития представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа.

Форма занятий - практические занятия, образовательное путешествие на хлебозавод, проектная деятельность

Ожидаемые результаты:

- учащиеся смогут оценить и контролировать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- учащиеся научатся самостоятельно оценивать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни;

проект «Не стесняйся - завтракать старайся!»).

Краткосрочные курсы технической направленности

5. Лего-конструирование

Дети рожают новые идеи, воплощая в реальность то, что могло бы быть на самом деле. И помогают им в этом разнообразные наборы ЛЕГО, которые создают питательную почву для игры, учебы, творчества, фантазии.

Курс «Лего-конструирование» реализует художественно-эстетическое и технологическое направление внеучебной деятельности в 5 классе в рамках введения федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Работа с конструкторами ЛЕГО позволяет младшим школьникам в форме познавательной игры узнать многие важные идеи и развить необходимые в дальнейшей жизни навыки. В процессе решения практических задач и поиска оптимальных решений дети осваивают понятия баланса конструкции, ее оптимальной формы, прочности, устойчивости, жесткости и подвижности.

Цель курса: развитие творческих способностей учащихся посредством конструкторской и проектной деятельности.

Задачи:

• развивать:

- ✓ образное, техническое мышление и умение выразить свой замысел;
- ✓ способности учащихся к моделированию и конструированию объектов реального мира;
- ✓ - умения творчески подходить к решению задач;
- ✓ - умения работать в коллективе, в группах;

• организовать проектную деятельность с использованием ЛЕГО-конструктора;

Фантастический мир Трансформеров. Игрушки и конструкции, механика, системы привода и управления. Идеи мира трансформеров в проектах транспорта и архитектуры будущего.

Ожидаемые результаты:

- учащиеся должны различать и называть детали конструктора;
- конструировать по условиям, заданным взрослым, по образцу, по чертежу, по заданной схеме и самостоятельно строить схему;
- самостоятельно и творчески реализовывать собственные замыслы; уметь работать в паре и в коллективе;
- уметь рассказывать о постройке.

Выставка работ. Конкурс моделей из ЛЕГО.

6. Юный конструктор мультфильмов

Мультипликация предоставляет большие возможности для развития творческих способностей, сочетая теоретические и практические занятия, результатом которых является реальный продукт самостоятельного творческого труда детей. В процессе создания мультипликационного фильма у учащихся развиваются сенсомоторные качества, связанные с действиями руки ребенка, обеспечивающие быстрое и точное усвоение технических

приемов в различных видах деятельности, восприятие пропорций, особенностей объемной и плоской формы, характера линий, пространственных отношений, цвета, ритма, движения. Творческие способности, направленные на создание нового, формируются только на нестандартном материале, который делает невозможным работу по существующему шаблону, анимация - искусство, разрушающее все стереотипы изображения, движения, создания образов, чьи «границы совпадают только с границами воображения».

Цели данного курса:

- освоение технологии создания мультфильмов;
- развитие базовых пользовательских навыков работы на компьютере и освоение средств информационных технологий.

Задачи:

- развивать творческие способности детей средствами мультипликации
- познакомить с разными технологиями создания мультипликационных фильмов
- научить простейшим приёмам создания рисованных мультфильмов
- научить приёмам создания мультипликации при помощи компьютера (в среде «Конструктор мультфильмов»)
- формировать навыки конструирования и проектирования

Ожидаемые результаты:

Учащиеся должны иметь представление о:

- истории мультипликации;
- основных видах и технологиях анимации;
- правилах создания сценария;

Учащиеся должны уметь:

- нарисовать и анимировать нарисованного персонажа (блокнот)
- создавать мультфильмы в среде «Конструктор мультфильмов»

7.Образовательная робототехника

Существует множество важных проблем, на которые никто не хочет обращать внимания, до тех пор, пока ситуация не становится катастрофической. Одной из таких проблем в России являются: её недостаточная обеспеченность инженерными кадрами и низкий статус инженерного образования. Сейчас необходимо вести популяризацию профессии инженера. Интенсивное использование роботов в быту, на производстве и поле боя требует, чтобы пользователи обладали современными знаниями в области управления роботами, что позволит развивать новые, умные, безопасные и более продвинутые автоматизированные системы. Необходимо прививать интерес учащихся к области робототехники и автоматизированных систем.

Курс рекомендован учащимся 5 –го класса общеобразовательной школы.

Цели обучения робототехники на основе конструктора LEGO Mindstorms NXT:

- Ознакомление с робототехникой с помощью NXT
- Коллективная выработка идей, упорство при реализации некоторых из них.

- Программирование роботов с помощью программы Mindstorms.
- Создание робота, как по схеме, так и собственного.

Курс предполагает проведение 8 уроков. При изучении курса для обучающихся предусмотрены большие возможности для самостоятельной работы – 6 часов практических занятий, теоретических занятий – 2 часа. Режим проведения занятий: в первой четверти – 1 ч. в неделю. Место реализации программы: школа, кабинет информатики.

Материальная база: конструкторы Mindstorms NXT, ноутбуки, USB, инструкции по сборке.

Задачи:

- Стимулировать мотивацию учащихся к получению знаний, помогать формировать творческую личность ребенка.
- Способствовать развитию интереса к технике, конструированию, программированию, высоким технологиям, формировать навыки коллективного труда.
- Прививать навыки программирования через разработку программ в визуальной среде программирования, развивать алгоритмическое мышление.

Курс основан на использовании комплектов Lego Mindstorms NXT 2.0 и визуальной среды программирования для обучения робототехнике LEGO MINDSTORMS Education NXT.

Ожидаемые результаты:

Изучение робототехники, создание собственного робота, умение программировать с помощью LEGO Mindstorms, развитие памяти и мышления, возможность изучения робототехники в старшей школе.

8. Амперчики

В современную эпоху научно-технического прогресса и интенсивного развития информационных технологий в России востребованы специалисты с новым стилем инженерно – научного мышления. Моделирование и конструирование способствуют познанию мира техники и расширению технического кругозора, развивают конструкторские способности, техническое мышление, мотивацию к творческому поиску, технической деятельности.

Актуальность курса определяется потребностью в занятиях техническим творчеством у учащихся среднего школьного возраста.

При проведении занятий используются проектный и игровой методы, в ходе которых выполняются стендовые модели и проводятся испытания действующих моделей.

Использование проектного метода позволяет использовать большое число объектов моделирования, что помогает формировать более разнообразные технологические знания, умения и навыки.

Цель курса: развитие творческих и технических способностей детей посредством изготовления макетов и моделей несложных объектов.

Задачи:

- формировать графическую культуру на начальном уровне: умение читать простейшие чертежи, изготавливать по ним модели, навыки

работы с чертежно-измерительным и ручным инструментом при использовании различных материалов;

- обучать приемам и технологии изготовления простейших моделей технических объектов;

развивать интерес к технике, знаниям, устройству технических объектов.

Ожидаемые результаты: изучение простейших чертежей, работа с доступной технической литературой, умение создавать и анализировать свою модель, проявлять усидчивость в достижении результата.

Краткосрочные курсы прикладной направленности

9. Деревянные кружева

Программа содержит установку на познание многообразия живых существ на земле, свойства и строение дерева – самого распространенного природного материала, на раскрытие потребностей детей творить и осознавать свои возможности. Новизна данного курса заключается в объединении традиций русского народа в изготовлении декоративно-прикладных изделий из древесины и реализации творческой индивидуальности каждого обучающегося.

Цель курса: сформировать устойчивую мотивацию к познанию окружающего мира природы с помощью обучения детей творческой, вдумчивой работе с деревом – одним из самых любимых, распространенных материалов для декоративно - прикладного творчества.

Задачи:

- освоить основы технологии и технику безопасности ручной обработки древесины;
- изучить технологию работы лобзиком и выжигателем;
- научить работать различными инструментами в процессе изготовления брелка.

Формы занятий: беседы, практические работы, творческие отчеты.

Ожидаемые результаты:

- учащиеся должны знать и понимать технологический процесс изготовления изделий и декорирование их выжиганием
- производить разметку заготовки по шаблону и чертежу;
- применять столярный инструмент по назначению. Производить его наладку;
- выполнять простейшие столярные операции;
- производить отделку столярных изделий с учётом дизайна;
- самостоятельно разрабатывать композиции для выжигания, резьбы и выполнять их.

10. Чудеса из фетра

Работа направлена на развитие творческих возможностей учащихся, расширение кругозора, обогащение представлений о распространенных в жизни человека материалах и их свойствах, уточнение знаний и умений учащихся по обработке материалов. На занятиях главным становится художественное творчество учащихся..

Программа курса основывается на принципах природосообразности, культуросообразности, коллективности, диалога культур, поддержки самоопределения учащегося. Кроме того, занятие рукоделием развивает мелкую моторику рук, пространственную ориентировку, внимание, сосредоточенность, аккуратность, а так же является средством эмоционально-эстетического воспитания и развития детей.

Фетр (от франц. feutre -войлок) -это материал, полученный валянием пуха (тонкого волоса) кролика, зайца, отходов меха пушных зверей ценных пород, а также овечьей шерсти. Это наилучший сорт плотного, тонкого войлока, идущий на изготовление шляп, обуви и т.п. А при создании игрушек и поделок своими руками фетр нужный материал, особенно, если фетр цветной. Его очень удобно применять при изготовлении мягких игрушек из помпонов, а именно ягод клубники.

Курс рекомендован учащимся 5 –го класса общеобразовательной школы.

Цель курса: формирование сознательного отношения к природе, умение видеть и воспринимать красоту окружающего мира.

Задачи:

Обучающие:

- дать основные сведения о материалах, инструментах и приспособлениях;
- научить детей видеть и понимать прекрасное,;
- создать благоприятные условия для развития способностей обучающихся;
- помочь формированию индивидуальных творческих способностей обучающихся;

Развивающие:

- развитие мотивации к познанию и творчеству;
- развивать творческое отношение к своей работе,
- формировать умение выразить свой замысел.

Ожидаемые результаты:

- умение самостоятельно выбирать виды и способы оформления изделий;
- отзывчивость, умение помогать друг другу в процессе работы;
- личная потребность в проявлении художественного вкуса;
- интерес к творческому познанию и самовыражению.

Краткосрочные курсы эстетической направленности

11. Стрит-данс

Танец - ритмичное движение под музыку - один из древнейших видов искусства.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе эмоциональную сторону искусства, приносит как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенность в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Данный курс направлен на воспитание и развитие у детей танцевальной техники. Она включает в себе возможности для всестороннего развития личности ребенка. И чем раньше ребенок войдет в «большой мир», тем быстрее он научится отличать добро от зла, красоту от безобразия, истинное от ложного и, главное обогатит свой духовный мир.

Цели курса:

- воспитание нравственно-эстетических чувств;
- раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства, трудолюбия обучающихся.

Задачи:

- обучить навыкам, знаниям, умениям танцевального искусства в рамках данного курса;
- познакомить с новыми направлениями современного танца: «Хип-Хоп» (Hip-Hop), «Дап-Степ» (Dap-Step), - привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы;

Программа построена на основе современного танцевального направления «Hip-Hop», которое является одним из самых популярных направлений.

Ожидаемые результаты:

- оценивается методом наблюдения. Составляется диагностическая карта развития каждого ученика;
- тесты на ОФП проводятся в начале, середине и в конце курса;
- улучшение настроения после занятий.