



Московский Городской Педагогический Университет  
Факультет специальной педагогики и специальной психологии  
Кафедра олигофренопедагогики

Учебно-методический пакет  
«Если хочешь быть здоров!»

*Студентки 5 курса 507 группы*  
Жаркова Мария Александровна  
Литвинова Екатерина Александровна  
Матвеева Ольга Викторовна  
Сальникова Ирина Сергеевна  
*Тьютор: Суворова Ольга Игоревна*

intel®  
innovation in  
education



Москва 2006



# Аннотация

Наш проект направлен на то, чтобы показать, одну из составляющих долголетия – здоровый образ жизни.

В настоящее время с увеличением ритма жизни увеличивается и число заболеваний и вредных привычек, которые наносят непоправимый вред на жизнедеятельность всего организма.

Здоровье детей из года в год ухудшается, особенно это касается учащихся с нарушением интеллекта, и одной из причин такого положения является их низкая культура (да и взрослых) к самому себе, своему состоянию, другими словами, к своему здоровью.

Цель проекта: формирование представления о здоровом образе жизни.

intel®

innovation in  
education



Особенности данного проекта — его долгосрочность.

Задания выполняются постепенно. Проект можно использовать с 5 по 9 класс. Например, тему «Закаливание», которая изучается в специальной (коррекционной) школе VIII вида в 9 классе.

На данный момент мы приводим план проведения занятий в 9 классе.

Наш проект затрагивает следующие предметы: естествознание, социально бытовую ориентировку (СБО), информатику, литературу, русский язык, математику, физическую культуру.

В проекте задействованы учителя по этим дисциплинам.

intel®

innovation in  
education



# Вопросы

**Основополагающий вопрос:**

**Что такое здоровье?**

**Проблемные вопросы:**

- 1. Что значит быть здоровым человеком?**
- 2. Как здоровье зависит от питания?**
- 3. Как влияет курение на состояние организма?**
- 4. Какой вред организму наносит употребление спиртных напитков?**
- 5. Зачем необходимо закаливать организм?**
- 6. Почему каждый день надо выполнять физические упражнения?**

**intel**<sup>®</sup>

innovation in  
education



## План проведения занятий для 9 класса

Материал рекомендуется изучать на уроках биологии.

На изучение материала отводится 14 часов.

1. Установочная беседа по теме «Если хочешь быть здоров!» - 1 ч.
2. Урок по теме «Осанка и здоровье человека». – 1 ч.
3. Урок по теме «Значение физических упражнений для правильного формирования скелета и мышц». - 1 ч.
4. Урок по теме «Гигиена питания». – 1 ч.
5. Урок по теме «Нормы питания». – 1 ч.
6. Урок по теме «Витамины». – 1 ч.
7. Урок по теме «Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на сердце и кровеносные сосуды». – 1 ч.

intel®

innovation in  
education



8. Урок по теме «Болезни органов дыхания и их предупреждение». – 1 ч.
9. Урок по теме «Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на органы пищеварения» - 1 ч.
10. Урок по теме «Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на нервную систему» - 1 ч.
11. Урок по теме «Закаливание организма человека» - 1 ч.
12. Самостоятельная работа учащихся. Подготовка презентаций, публикаций. – 2 ч.
13. Подведение итогов. Оценивание работ учащихся по критериям оценки презентации, публикации. – 1 ч.

intel®

innovation in  
education



# Материалы учебно-методического пакета

- Описание УМП ([«визитка»](#)).
- [Web-сайт проекта](#)
- Образцы работ учеников:  
([презентация ученика](#)(презентация ученика, [публикация ученика](#)).
- Критерии оценки работ учеников  
([презентации](#)Критерии оценки работ учеников (презентации, [публикации](#)Критерии оценки работ учеников (презентации, публикации, [похвальная грамота](#)).
- Дидактические материалы для поддержки учебного процесса ([тест 1](#)Дидактические материалы для поддержки учебного процесса (тест 1, [тест 2](#)).
- Методические материалы учителя  
([презентация учителя](#)(презентация учителя, [публикация учителя](#)).
- Образцы организационных материалов  
([список ресурсов](#) (список ресурсов, [решение](#) [родителей](#)).



intel®

innovation in  
education



# Контактная информация

- **Авторы проекта:**  
Жаркова М.А.,  
Литвинова Е.А.,  
Матвеева О.В.,  
Сальникова И.С.
- **Контактные данные:** МГПУ, г. Москва,  
ул. Панферова д.8, к.2.
- Тел: 132-74-58 (доб.25)



intel®

innovation in  
education





Спасибо

за

внимание !



intel®

innovation in  
education