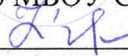


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №46» г. Белгорода**

Обсуждена на заседании методического объединения учителей  _____ Протокол № 1 от « <u>31</u> » августа 2022 г.	Принята педагогическим советом Протокол № 1 от « <u>31</u> » августа 2022г.	Утверждена Директор МБОУ СОШ №46  Крытченко О.Ф. от « <u>31</u> » августа 2022 г. <i>Приказ № 451</i>
---	--	--

**Приложение к основной образовательной программе основного  
общего образования**

**Рабочая программа по курсу внеурочной  
деятельности**

**«Я в мире спорта и здоровья»**

5 класс

Срок освоения 1 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена в соответствии с:

Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ № 1897 от 17.12.2010 г.) с изменениями (приказ Минобрнауки РФ № 1644 от 29.12.2014 г.);

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1598 от 19 декабря 2014 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1599 от 19 декабря 2014 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Приказом от 04.10.2010 № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;

Письмом Минобрнауки России от 11.08.2016 № ВК-1789/07 «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

Письмом Министерства образования и науки РФ от 11.03.2016 г. № ВК – 452/07 «Методические рекомендации по вопросам введения ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

Данная программа внеурочной деятельности разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа внеурочной деятельности по спортивно оздоровительному направлению «Я в мире спорта и здоровья» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья умственно отсталых младших школьников, в основу которой положены культурологический, деятельностный и личностно-ориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования



социальных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья обучающихся.

Основным принципом реализации спортивно-оздоровительной работы является **коррекционная направленность**, основанная на индивидуальном подходе к обучающимся и использовании средств физической культуры. Как показывает практика, любому ребенку с ОВЗ в ОО можно обеспечить хотя бы минимальный уровень физической активности. При этом, конечно, нужно учитывать состояние его двигательных функций и координационных способностей, уровень его физической подготовки, способности и отношение к обучению, интересы, а также рекомендации врача. Всем детям с ОВЗ нужно подбирать посильные задания и создавать условия для их выполнения, применять методы поощрения и одобрения, оказывать помощь и поддержку, создавать атмосферу безопасности и комфорт.

#### **Цель:**

- создание условий для формирования, сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), создание воспитывающей среды, обеспечивающей осознанное стремление и практические навыки здорового и безопасного образа жизни в свободное время.

#### **Задачи:**

- формирование интереса к собственному здоровью путем соблюдения правил ЗОЖ и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование установок на использование здорового питания;
- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья здорового образа жизни;
- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья.

### **Содержание учебного курса**

Курс «Я в мире спорта и здоровья» состоит из 5 разделов, каждый из которых решает свои задачи. Для более эффективной организации деятельности в спортивно-оздоровительном направлении обучающихся с умственной отсталостью, необходимо использовать вариативные формы организации работы: игры (интерактивные познавательные, подвижные, народные, подвижные с элементами спортивных), беседы, коллективные творческие дела, видео-занятия, решение ситуационных задач, тематические встречи, участие в общешкольных мероприятиях, выпуск газет, листовок, спортивные мероприятия и т.п.), акциях.

#### *Раздел 1. «Первые шаги к здоровью»*

##### Тема 1. Личная гигиена.

Правила личной гигиены. Гигиенические требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью. Формирование потребности в личной гигиене.

##### Тема 2. Физическое развитие младшего школьника.

Физическое развитие детей младшего школьного возраста. Определение понятия «здоровый образ жизни». Рост и вес – главные показатели физического развития. Соответствие роста и веса возрастным нормам. Факторы влияющие на рост и вес человека. Личная гигиена и здоровье.

Тема 3. Правильная осанка.

Осанка при стоянии, ходьбе, сидении. Зависимость осанки от изгибов позвоночника и развития мышц туловища. Разучивание упражнений, способствующих формированию правильной осанки.

Тема 4. Охрана здоровья.

Определение понятия «здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни. Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха.

*Раздел 2. «Путешествие по тропе здоровья»*

Тема 1. Моё здоровье в моих руках.

Режим дня. Значение соблюдения режима дня. Индивидуальность построения режима дня. Значение режима дня для сохранения здоровья второклассника и успешной работы в школе. Примерный режим дня для учащихся 5 класса.

Составление и запись своего режима дня.

Тема 2. Питание и здоровье.

Правила здорового питания.

Правильное сбалансированное питание. Составление меню на неделю. Ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими. Развитие у обучающихся бережного отношения к своему здоровью, через формирование основных принципов здорового образа жизни.

Тема 3. Здоровье в порядке – спасибо зарядке!

Утренняя гимнастика. Положительное влияние гимнастики на организм человека. Правила составления и проведения утренней гимнастики. Разработка комплекса утренней зарядки.

Тема 4. Спорт это здорово!

Значения физкультуры и спорта для здоровья человека. Физические занятия и спорт, и их значение для укрепления здоровья, развития силы, выносливости, ловкости, быстроты, воспитания воли и характера, для бодрости и хорошего настроения.

Тема 5. Первая помощь

Что такое первая доврачебная помощь, её роль. Элементарные приемы оказания первой помощи. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, обморожении. Виды кровотечений и первая помощь при них.

### **Планируемые результаты учебного курса**

Программа по внеурочной деятельности отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем,



принятиесоответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

В результате освоения курса у обучающихся планируется формирование **базовых учебных действий**: личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных.

*Личностные базовые учебные действия:*

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

*Регулятивные базовые учебные действия:*

умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и спортом;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций, создании тематических коллажей и стенгазет;
- организовывать и проводить игры во время досуга (перемена, каникулы).

*Познавательные базовые учебные действия:*

умения:

- ориентироваться в понятии «здоровый образ жизни»;
- знать основные виды спорта;
- знать русские традиционные подвижные игры;
- выявлять связь занятий физическими упражнениями и спортом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха;
- знать режим дня школьника;
- ориентироваться в полезности продуктов питания;
- знать и применять основные упражнения по охране зрения, осанки, комплекса зарядки;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни.

*Коммуникативные базовые учебные действия:*

умения:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия одноклассников в играх;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

*Предметные результаты*

Учащиеся должны знать:

- как правильно надо мыть руки и лицо, как заботиться о глазах, как ухаживать за ушами, зубами, руками и ногами, знать правила ухода за кожей;
- как следует питаться;
- как рационально организовать режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- о вреде курения и других вредных привычках;
- о пользе физических упражнений и закаливания.

Учащиеся должны уметь:

- правильно мыть руки и лицо;
- делать гимнастику для глаз;
- содержать в чистоте и защищать уши, зубы, руки, ноги и кожу от повреждений;
- выбирать полезную для здоровья пищу;
- контролировать своё поведение в школе и дома;
- уметь противостоять вредным привычкам;
- выполнять физические упражнения для укрепления мышц тела;
- выполнять закаливающие процедуры;
- играть в подвижные игры.

### Тематическое планирование учебного курса

№	Тема	Форма проведения занятия	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
<b>Раздел 1. «Первые шаги к здоровью»</b>				
<b>Личная гигиена</b>				
1	Правила личной гигиены.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
2	Гигиенические требования к одежде и обуви.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
3	Правила ухода за одеждой и обувью.	Групповое обсуждение	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a>



				<a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
4	Формирование потребности в личной гигиене.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Физическое развитие школьника</b>				
5	Физическое развитие детей среднего школьного возраста.	Работа с видеоматериалами	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
6	Определение понятия «здоровый образ жизни».	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
7	Рост и вес – главные показатели физического развития.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
8	Соответствие роста и веса возрастным нормам.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
9	Факторы, влияющие на рост и вес человека.	Работа с видеоматериалами	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
10	Личная гигиена и здоровье.	Выпуск газеты	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Правильная осанка</b>				
11	Осанка при стоянии, ходьбе, сидении.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
12	Зависимость осанки от изгибов позвоночника и развития мышц туловища.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a>

				<a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
13	Разучивание упражнений, способствующих формированию правильной осанки	Практическая работа	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Охрана здоровья</b>				
14	Определение понятия «здоровый образ жизни.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
15	Правила здорового образа жизни.	Работа с видеоматериалами	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
16	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Раздел 2. «Путешествие по тропе здоровья»</b>				
<b>Моё здоровье в моих руках</b>				
17	Режим дня. Значение соблюдения режима дня.	Групповое обсуждение	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
18	Индивидуальность построения режима дня.	Беседа	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
19	Примерный режим дня для учащихся 5 класса.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Питание и здоровье</b>				
20	Правила здорового питания.	Выпуск газеты	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
21	Правильное сбалансированное питание.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a>



				<a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
22	Составление меню на неделю.	Практическая работа	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
23	Ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.	Работа с видеоматериалами	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Здоровье в порядке — спасибо зарядке!</b>				
24	Утренняя гимнастика. Положительное влияние гимнастики на организм человека.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
25	Правила составления и проведения утренней гимнастики.	Работа с видеоматериалами	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
26	Разработка комплекса утренней зарядки.	Практическая работа	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Спорт — это здорово!</b>				
27	Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.	Лекция	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
28	Физические занятия и спорт.	Групповое обсуждение	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
29	Воспитание воли и характера, для бодрости и хорошего настроения.	Работа с газетными и интернет-публикациями	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
30	Быстрее, выше, сильнее!	Участие в общешкольном мероприятии	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
<b>Первая помощь</b>				

31	Что такое первая доврачебная помощь, её роль.	Проблемная дискуссия	1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
32	Элементарные приемы оказания первой помощи.	Работа видеоматериалами	с 1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>
33	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, обморожении.	Работа видеоматериалами	с 1	<a href="http://www.za-partion.ru">www.za-partion.ru</a> <a href="http://www.znopr.ru">www.znopr.ru</a> <a href="http://www.zdd.lseptember.ru">www.zdd.lseptember.ru</a> <a href="http://www.minzdravsoc.ru">www.minzdravsoc.ru</a> <a href="http://www.takzdorovo.ru">www.takzdorovo.ru</a>