

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №125 с углублённым изучением математики»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2017

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора МБОУ СОШ №125
от 30.08.2017 №188

ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Школа докторов природы»

Направленность: Естественнонаучная

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации программы: 4 года

Составитель:
Елисеева Светлана Дмитриевна,
педагог дополнительного образования,

Снежинск
2017 г.

Содержание

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Требования к уровню подготовки и предполагаемые результаты.....	6
3.	Учебно-тематическое планирование и содержание программы ПДО по годам обучения.....	10
4.	Методическое обеспечение.....	29
5.	Приложение.....	30

1. Пояснительная записка

Программа «Школа докторов природы» по содержанию является социально-педагогической; по функциональному предназначению — общекультурной; по форме организации — групповой; по времени реализации — 4 года.

Программа разработана на основе программы «Уроки докторов природы» методической разработки авторов: Г.И. Беркутова, Т.И. Пантелеева, Н.А. Однокозова, Е.Б. Ракитянская в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования; учебно-методического пособия Л.А. Обуховой, Н.А. Лемяскиной, О.Е. Жиренко «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы. 1-4 классы», «Мастерская учителя», 2009 г.

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проранжировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- отсутствие системной работы по формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

Многие педагоги считают, что сохранением и укреплением здоровья учащихся в школе должны заниматься администраторы и специально подготовленные профессионалы. Однако анализ школьных факторов риска показывает, что большинство проблем здоровья учащихся создается и решается в ходе ежедневной практической работы учителей, т.е. связано с их профессиональной деятельностью. Поэтому учителю необходимо найти резервы собственной деятельности в сохранении и укреплении здоровья учащихся.

Урок остается основной организационной формой образовательного процесса, которая непосредственно зависит от учителя. Выявление критериев здоровьесберегающего потенциала школьного урока и построение урока на здоровьесберегающей основе является важнейшим условием преодоления здоровьезатратного характера школьного образования.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а

обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается актуальность программы.

Педагогическая целесообразность программы строится на принципах:

- Научности; в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- Доступности; которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
- Системности; определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса. При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Новизна данной программы заключается в обеспечении мотивации: быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни. Занятия носят социальный и научно-образовательный характер.

Цель данного курса: обеспечение возможности сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремление творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;

формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;

- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Организация образовательного процесса

Программа предназначена для работы с учащимися 1 – 4 классов (7-11 лет). Срок реализации программы – 4 года. Режим занятий: 1 час в неделю для группы 15-28 человек.

Нормативный часовой объем программы представлен в следующей таблице.

Год обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Часов в неделю	Часов в год
1 год	1 час	1 раз	1 час	33 часа
2 год	1 час	1 раз	1 час	34 часа
3 год	1 час	1 раз	1 час	34 часа
4 год	1 час	1 раз	1 час	34 часа
Всего				135

Формы и методы работы с обучающимися

Изучение программного материала начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;

- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

Основные виды деятельности учащихся:

- навыки дискуссионного общения;
- опыты;
- игра.

Эффективным для социального развития детей является организация учебных занятий. Она предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности. Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здравотворчества».

2. Требования к уровню подготовки обучающихся, предполагаемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на уроке.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в словаре.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя книги, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

- Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы:

- Понимание и осознаний взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека;

- Осознание негативных факторов, пагубно влияющих на здоровье;

- Умение делать осознанный выбор поступков, поведения, образа жизни, позволяющих сохранить и укрепить здоровье;

- Способность выполнять правила личной гигиены и развивать готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье;

- Сформированное представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре;

- Сформированные представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

- Приобщение к разумной физической активности, сформированная потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

- Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- Социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Критерии результативности.

Первый уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, участие в организации выставок, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Второй уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности, участие в конкурсах, выставках, организации и проведении мероприятий.

Третий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно-исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

Все виды деятельности обучающихся на ступени начального общего образования строго ориентированы на воспитательные результаты.

Уровни воспитательных результатов программы

Первый уровень	Второй уровень	Третий уровень
Школьник знает и понимает общественную жизнь (1 класс)	Школьник ценит общественную жизнь (2-3 классы)	Школьник самостоятельно действует в общественной жизни (4 класс)
Приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), понимание социальной реальности и повседневной жизни.	Формирование позитивных отношений школьников к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знание, труд, культура).	Получение школьником опыта самостоятельного социального действия.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты:

- на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях;
- на втором уровне воспитание осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных нравственно ориентированных поступков;
- на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно ориентированной социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта нравственного поведения и жизни.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, это необходимо учитывать при организации воспитания социализации младших школьников.

В первом классе дети особенно восприимчивы к новому социальному знанию, стремятся понять новую для них школьную реальность. Задача педагога поддерживать эту тенденцию, способствовать используемыми им воспитательными формами достижению ребенком первого уровня результатов.

Во втором и третьем классе, как правило, набирает силу процесс развития детского коллектива, резко активизируется межличностное взаимодействие младших школьников друг с другом, что создает благоприятную ситуацию для достижения второго уровня воспитательных результатов. К четвертому классу у младшего школьника появляется реальная возможность выхода в пространство общественного действия, то есть достижение третьего уровня воспитательных результатов.

Достижение всех трех уровней результатов будет свидетельствовать об эффективности работы по вопросам воспитания.

Формы подведения итогов

Подведение итогов освоения программы «Школа докторов Здоровья» необходимы для оценки социальной эффективности.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы будет в форме группового проекта по темам программы. В процессе просмотра проектов происходит обсуждение оригинальности замысла и его воплощения автором, сравнение различных особенностей проектов. В конце года готовится большая выставка творческих работ, в которой участвуют 1-4 классы.

3. Учебно-тематическое планирование и содержание программы по годам обучения

Учебно-тематический план первого года обучения - 33 часа

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1	Советы доктора Воды.	1	1	-
2	Друзья Вода и Мыло.	1	0,5	0,5
3	Глаза – главные помощники человека.	1	0,5	0,5
4	Подвижные игры	1	-	1
5	Чтобы уши слышали.	1	0,5	0,5
6	Почему болят зубы.	1	0,5	0,5
7	Чтобы зубы были здоровыми.	1	0,5	0,5
8	Как сохранить улыбку красивой.	1	0,5	0,5
9	Подвижные игры	1	-	1
10	«Рабочие инструменты» человека.	1	0,5	0,5
11	Зачем человеку кожа	1	0,5	0,5
12	Надёжная защита организма	1	0,5	0,5
13	Если кожа повреждена	1	0,5	0,5
14	Подвижные игры	1	-	1
15	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	0,5	0,5
16	Здоровая пища для всей семьи	1	0,5	0,5
17	Сон – лучшее лекарство	1	0,5	0,5
18	Какое настроение?	1	0,5	0,5
19	Я пришёл из школы	1	1	-
20	Подвижные игры	1	-	1
21-22	Я - ученик	2	1	1
23-24	Вредные привычки	2	1	1
25	Подвижные игры	1	-	1
26	Скелет – наша опора	1	0,5	0,5
27	Осанка – стройная спина	1	0,5	0,5
28	Если хочешь быть здоров	1	0,5	0,5
29	Правила безопасности на воде	1	0,5	0,5
30-31	Подвижные игры	2	-	2
32-33	Обобщающие уроки «Доктора природы»	2	1	1
	ВСЕГО	33 ч	14 ч	19 ч

Содержание программы -1 класс

№ п/п	Тема	Теория (понятия, теоретические сведения)	Практика
1	Советы доктора Воды.	Вступительное слово учителя. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Заучивание слов. Беседа по стихотворению «Мойдодыр». Оздоровительная минутка. Советы доктора Воды. Игра «Доскажи словечко».	
2	Друзья Вода и Мыло.	Повторение правил доктора Воды. Сказка о микробах. Заучивание слов.	Оздоровительная минутка. Игра «Наоборот». Творческая работа.
3	Глаза – главные помощники человека.	Беседа об органах зрения. Заучивание слов. Правила бережного отношения к зрению.	Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Игра «Полезно – вредно».
4	Подвижные игры		Знакомство с доктором Свежий Воздух. Игры на свежем воздухе. «Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два, три-беги!»
5	Чтобы уши слышали.	Разыгрывание ситуации. Правила сохранения слуха.	Проведение опытов. Оздоровительная минутка.
6	Почему болят зубы.	Игра «Угадай-ка!» Рассказ учителя. Анализ ситуации. Знакомство с доктором Здоровые Зубы.	Упражнение «Держи осанку». Творческое рисование.
7	Чтобы зубы были здоровыми.	Беседа. Знакомство с доктором Здоровая Пища. Разучивание стихотворение. Тест.	Упражнение «Спрятанный сахар». Оздоровительная минутка. Зачем человеку зубная щётка? Практическая работа.
8	Как сохранить улыбку красивой.	Психологический тренинг «Сотвори солнце в себе». Встреча с доктором Здоровые Зубы.	Практические занятия. Оздоровительная минутка. Памятка «Как сохранить зубы». Творческая работа.
9	Подвижные игры		Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».
10	«Рабочие инструменты» человека.	Разгадывание загадок. Работа с пословицами и поговорками.	Оздоровительная минутка. Игросоревнование «Кто больше?» Памятка «Это полезно знать». Практическая

			работа.
11	Зачем человеку кожа	Рассказ учителя. Оздоровительная минутка «Солнышко». Правила ухода за кожей.	Игра «Угадайка». Встреча с доктором Здоровая Кожа. Проведение опытов.
12	Надёжная защита организма	Беседа об органах чувств. Рассказ учителя. Тест.	Практическая работа. Оздоровительная минутка. Работа по таблице «Строение кожи». Моделирование схемы.
13	Если кожа повреждена	Рассказ учителя о повреждениях кожи.	Игра «Можно или нельзя». Оздоровительная минутка «Этюд души». Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?»
14	Подвижные игры		Разучивание игр «Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета», «Поезд».
15	Питание – необходимое условие для жизни человека	Повторение правил здоровья. Заучивание слов. Встреча с доктором Здоровая Пища. Работа по таблице «Органы пищеварения».	Игра «Продолжи сказку».
16	Здоровая пища для всей семьи	Советы доктора Здоровая Пища. Анализ ситуации. Золотые правила питания.	Игра «Угадайка». Проведение опыта. Оздоровительная минутка. Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет?».
17	Сон – лучшее лекарство	Повторение правил здоровья Анализ ситуации.	Игры «Можно - нельзя», «Юный кулинар». Оздоровительная минутка «Хождение по камушкам», Игра по гигиене сна «Плохо – хорошо».
18	Какое настроение?	Встреча с доктором Любовь. Тест.	Оздоровительная минутка. Упражнение «Азбука волшебных слов».
19	Я пришёл из школы	Беседа. Анализ и разыгрывание ситуации. Упражнение «Любишь – не любишь», Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ».	
20	Подвижные игры		Разучивание игр «Два Мороза», «Локомотив», «Укротитель змей».

21-22	Я - ученик	Анализ ситуаций. Чтение и работа по содержанию рассказов М.Кунина «Федя на перемене», «В гардеробе», «В столовой».	Оздоровительная минутка «Упражнения животных». Игра «Знаешь ли ты правила?» Творческая работа «Придумай правила».
23-24	Вредные привычки	Беседа «Это красивый человек». Игра «Да - нет». Оздоровительная минутка «Деревце». Анализ ситуации. Слово учителя. Заучивание слов. Это нужно запомнить!	Практическая работа в парах
25	Подвижные игры		Разучивание игр «Золотое зёрнышко», «Не зевай!», «Западня».
26	Скелет – наша опора	Рассказ учителя. Это интересно. Правила первой помощи	Практическая работа. Оздоровительная минутка «Самомассаж ушей».
27	Осанка – стройная спина	Встреча с доктором Стройная Осанка. Это интересно! Оздоровительная минутка. Работа по таблице. Правила для поддержания правильной осанки. Практические упражнения.	Упражнение для осанки «Гора».
28	Если хочешь быть здоров	Сказка о микробах. Правила закаливания. Оздоровительная минутка.	Практическая работа. Творческая работа. Это интересно! Тест «Здоровый человек – это...»
29	Правила безопасности на воде	Рассказ учителя. Знакомство с правилами поведения на воде. Работа по таблицам «Учись плавать».	Имитация движений пловца.
30-31	Подвижные игры на воздухе.		Разучивание игр: «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи».
32-33	Обобщающие уроки «Доктора природы»	Встреча с докторами здоровья. Повторение правил здоровья. Памятка Здоровичков. Анализ ситуаций.	Игра-рассуждение «Здоровый человек-это...», Оздоровительная минутка. Игра «Хорошо-плохо».

Учебно-тематический план второго года обучения - 34 часа

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1	Причина болезни	1	1	-
2	Признаки болезни	1	0,5	0,5
3	Как здоровье?	1	0,5	0,5
4	Как организм помогает себе сам	1	0,5	0,5
5	Здоровый образ жизни	1	1	-
6	Какие врачи нас лечат	1	1	-
7	Инфекционные болезни	1	1	-
8	Прививки от болезней	1	0,5	0,5
9	Какие лекарства мы выбираем	1	0,5	0,5
10	Домашняя аптека	1	0,5	0,5
11	Отравление лекарствами	1	0,5	0,5
12	Пищевые отравления	1	1	-
13	Если солнечно и жарко	1	0,5	0,5
14	Если на улице дождь и гроза	1	0,5	0,5
15	Опасность в нашем доме	1	1	-
16	Как вести себя на улице	1	1	-
17	Вода - наш друг	1	1	-
18	Как уберечься от мороза	1	0,5	0,5
19	Чтобы огонь не причинил вреда	1	0,5	0,5
20	Чем опасен электрический ток	1	1	-
21	Травмы	1	0,5	0,5
22	Укусы насекомых	1	1	-
23	Что мы знаем про собак и кошек	1	0,5	0,5
24	Отравление ядовитыми веществами	1	0,5	0,5
25	Отравление угарным газом	1	0,5	0,5

26	Как помочь себе при тепловом ударе	1	1	-
27	Растяжение связок и вывих костей	1	0,5	0,5
28	Переломы	1	0,5	0,5
29	Если ты ушибся или порезался	1	0,5	0,5
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	0,5	0,5
31	Укус змеи	1	0,5	0,5
32	Расти здоровым	1	1	-
33	Воспитавай себя	1	1	-
34	Я выбираю движение	1	-	1
	Всего	34 ч	23 ч	11 ч

Содержание программы - 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Теория (понятия, теоретические сведения)	Практика
1	Причина болезни	Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов.	
2	Признаки болезни	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?».	Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?»
3	Как здоровье?	Игра - соревнование «Кто больше знает?». Тест «Твоё здоровье», Оздоровительная минутка.	Практическая работа «Помоги себе сам».
4	Как организм помогает себе сам	Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?».	Составление памятки «Как правильно готовить уроки».
5	Здоровый образ жизни	Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Оздоровительная минутка. Мудрые слова доктора Свежий Воздух.	
6	Какие врачи нас лечат	Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ	

		ситуации. Самоанализ здоровья.	
7	Инфекционные болезни	Слово учителя. Словарная работа. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»	
8	Прививки от болезней	Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении С.Михалкова «Прививка».	Оздоровительная минутка. Игра «Полезно – вредно».
9	Какие лекарства мы выбираем	Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова.	Игра «Кто больше знает?»
10	Домашняя аптека	Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Оздоровительная минутка. Это полезно знать!	Игра «Светофор здоровья».
11	Отравление лекарствами	Беседа по теме. Игра – соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помогите себе сам!	Практическая работа.
12	Пищевые отравления	Повторение признаков лекарственного отравления. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.	
13	Если солнечно и жарко	Повторение правил поведения при пищевом отравлении. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка. Признаки солнечного ожога	Практическая работа «Помогите себе сам!»
14	Если на улице дождь и гроза	Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы». Правила поведения при грозе. Оздоровительная минутка.	Практическая работа «Помогите себе сам!»
15	Опасность в нашем доме	Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...» Правила безопасного поведения в доме. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	
16	Как вести себя на улице	Рассказ учителя. Правила перехода улицы в местах, где	

		нет светофора. Игра «Светофор здоровья». Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Заучивание слов. Правила безопасности поведения в транспорте.	
17	Вода - наш друг	Встреча с доктором Вода. Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.	
18	Как уберечься от мороза	Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Оздоровительная минутка.	Составление правил. Игра «Полезно – вредно».
19	Чтобы огонь не причинил вреда	Повторение правил поведения на воде. Беседа «Чем опасен огонь?» Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка. Правила поведения при пожаре в доме.	Игра «Светофор здоровья». Практическая работа «План эвакуации при пожаре».
20	Чем опасен электрический ток	Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя. Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».	
21	Травмы	Виды травм. Оздоровительная минутка. Заучивание слов.	Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах).
22	Укусы насекомых	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой – то страшный зверь...» Признаки аллергии. Помогите себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.	
23	Что мы знаем про собак и кошек	Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Оздоровительная минутка.	Составление правил обращения с животными.
24	Отравление ядовитыми веществами	Виды отравлений. Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях.	Игра – соревнование «Кто больше знает?»
25	Отравление угарным газом	Беседа по теме. Заучивание слов. Оздоровительная минутка. Признаки отравления угарным газом.	Помогите себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

26	Как помочь себе при тепловом ударе	Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья».	
27	Растяжение связок и вывих костей	Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка.	Практическая работа в группах.
28	Переломы	Виды переломов. Знакомство с правилами. Оздоровительная минутка.	Практическая работа в парах.
29	Если ты ушибся или порезался	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола...» Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Словарная работа.	Практическая работа в парах.
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо.	Отгадывание кроссворда «Органы».
31	Укус змеи	Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укусы змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи.	Отгадывание кроссворда.
32	Расти здоровым	Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач.	
33	Воспитавай себя	Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Оздоровительная минутка.	
34	Я выбираю движение		Урок – праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

Учебно-тематический план третьего года обучения - 34 часа

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	1	0,5	0,5
2	Учимся думать.	1	1	-
3	Спешите делать добро.	1	1	-
4	Поможет ли нам обман.	1	0,5	0,5
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	1	1	-
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	1	0,5	0,5

7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	1	1	-
8	Все ли желания выполнимы.	1	1	-
9	Как воспитать в себе сдержанность.	1	0,5	0,5
10- 11	Как отучить себя от вредных привычек.	2	1	1
12	Я принимаю подарок.	1	0,5	0,5
13	Я дарю подарки.	1	0,5	0,5
14	Наказание.	1	0,5	0,5
15	Одежда.	1	1	-
16	Ответственное поведение.	1	0,5	0,5
17	Боль.	1	0,5	0,5
18	Сервировка стола.	1	0,5	0,5
19	Правила поведения за столом.	1	0,5	0,5
20	Ты идешь в гости.	1	0,5	0,5
21	Как вести себя в транспорте и на улице.	1	0,5	0,5
22	Как вести себя в театре , кино, школе.	1	1	-
23	Умеем ли мы вежливо обращаться.	1	1	-
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	1	0,5	0,5
25	Помоги себе сам.	1	1	-
26	Умей организовать свой досуг.	1	0,5	0,5
27	Что такое дружба.	1	1	-
28	Кто может считаться настоящим другом.	1	1	-
29	Как доставить родителям радость.	1	1	-
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	1	1	-
31	Спешите делать добро.	1	0,5	0,5
32	Огонек здоровья.	1	1	-
33	Путешествие в страну здоровья.	1	-	1
34	Культура здорового образа жизни.	1	1	-
	Всего	34 ч	24 ч	10 ч

Содержание программы - 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Теория (понятия, теоретические сведения)	Практика
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие.	Беседа по теме «Как воспитывать уверенность и бесстрашие». Работа по стихотворению Э. Успенского «Академик Иванов». Анализ ситуации по стихотворению И. Токмаковой «Не буду бояться».	Игра «Давайте разберемся». Практическая работа.
2	Учимся думать.	Беседа по теме занятия. Заучивание слов. Игра «Почему это произошло?». Беседа «Свое мнение».	
3	Спеши делать добро.	Игра «Продолжи сказку». Беседа по теме. Заучивание пословицы. Игра в пословицы. Беседа «Доброта, отзывчивость, скромность».	
4	Поможет ли нам обман.	Беседа «Что такое ложь?».	Игра «Продолжите рассказы». Творческая работа.
5	«Неправда – ложь» в пословицах и поговорках.	Чтение рассказа Л. Н. Толстого «Косточка». Беседа по прочитанному. Заучивание слов. Заучивание пословиц о правде и лжи.	
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей.	Беседа по теме. Анализ ситуаций на примере стихотворения С. Михалкова «Я ненавижу слово «спать». Пожелание себе. Чтение и обсуждение отрывка из рассказа Е. Чарушина «Курочка».	Творческая работа «Портрет родителей».
7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга.	Беседа по теме. Анализ рассказа М. Горького «Воробышек». Оздоровительная минутка. Игра «Почему нам запрещают?».	
8	Все ли желания выполнимы.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворениях «Две сестрички дружно жили» и А. Барто «Девочка - рёвушка. Толкование пословиц и крылатых выражений.	
9	Как воспитать в себе сдержанность.	Беседа «Что такое каприз?». Игра «Проверь себя». Оздоровительная минутка.	Работа с толковым словарем. Толкование пословиц.
10- 11	Как отучить себя от вредных привычек.	Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Пятерня! Пятерня!». Беседа по теме «Вредные привычки». Повторение основного девиза. Работа со	Составление памятки «Это полезно знать!».

		стихотворением Г. Остера «Нет приятнее занятия...». Заучивание слов. Игра «Давай поговорим». Чтение стихотворений на тему занятия.	
12	Я принимаю подарок.	Беседа по теме. Игра «Закончите предложение». Анализ ситуации в стихотворении Г Остера «Если ты пришел на елку...» и Н. Носова «Письмо Незнайки». Игра «Подбери слова благодарности».	Составление памятки «Это полезно помнить!».
13	Я дарю подарки.	Беседа по теме. Анализ ситуации из песни Э Успенского «У нашей мамы праздник» и стихотворении Г Остера «Если друг на день рожденья...». Ввод понятия «эмоция» и его происхождение. Игра «Выбери ответ».	Составление памятки «Это полезно знать!».
14	Наказание.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении «Мальчик нарядный в гости идет» и стихотворении Э. Мошковской «Я ушел в свою обиду».	Творческая работа.
15	Одежда.	Беседа по теме. Игра «Кто больше знает?». Игра «Закончи фразу». Толкование пословицы. Игра «Найди правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Смотрите, в каком я платье!». Обсуждение высказывания А. П. Чехова.	
16	Ответственное поведение.	Беседа по теме. Игра «Закончите высказывание». Чтение стихов «Азбука безопасности». Анализ ситуации по отрывку из рассказа А. Раскина «Как папа опаздывал».	Составление памятки «Правила поведения с незнакомыми людьми».
17	Боль.	Беседа по теме. Анализ ситуаций в стихотворении О. Дриза «Шип в мою ладонь впился...». Игра «Закончите фразу».	Разгадывание кроссворда
18	Сервировка стола.	Беседа по теме. Работа над правильным правописанием и произношением слова «аппетит». Беседа «Как правильно накрыть стол».	Разгадывание кроссворда. Практическая работа по этой теме. Беседа «Мы идем в кафе».
19	Правила поведения за столом.	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении З. Александровой «Ложкою мешая, сердится Танюшка...» Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «От знакомых уходя...»	Работа над правилами поведения за столом.

20	Ты идешь в гости.	Анализ ситуаций. Беседа по теме. Составление приглашений.	Составление памятки «В гости надо приходить...»
21	Как вести себя в транспорте и на улице.	Беседа по теме. Чтение стихотворений «Азбука поведения». Игра «Выбери правильный ответ».	Составление памятки «О правилах поведения в транспорте, на улице».
22	Как вести себя в театре , кино, школе.	Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении А. Барто «В театре». Игра «Найди правильный ответ». Беседа «Правила поведения в общественных местах, школе, в детском саду, на игровой площадке».	
23	Умеем ли мы вежливо обращаться.	Беседа по теме. Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Беседа «Умей правильно отказаться от предложения». Чтение стихотворений о «волшебных» словах.	
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону.	Беседа по теме. Игра «Телефон». Игра «Комплимент»	Составление памятки «Правила ведения телефонного разговора».
25	Помоги себе сам.	Анализ ситуации в стихотворении И. Токмаковой «Скоро в школу». Работа с мудрыми мыслями. Беседа по теме. Чтение и анализ стихотворения С. Маршака «Кот и лодыри». Анализ ситуации в стихотворении Г. Остера «Если друг твой самый лучший...» Игра «Закончи предложения».	
26	Умей организовать свой досуг.	Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в потешных сказках (по мотивам русского фольклора).	Стихотворный монтаж.
27	Что такое дружба.	Беседа по теме. Работа с пословицами. Игра «Закончи рассказ». Игра «Хочу быть». Чтение стихотворения П. Синявского «Ветерок с березкой шепчется». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Отец и сыновья».	
28	Кто может считаться настоящим другом.	Беседа по теме. Чтение и анализ отрывка из рассказа В. Осеевой «Долг». Игра «Продолжи предложение». Анализ ситуации в стихотворении А. Шалыгина «Настроение упало». Игра «Любит - не любит». Анализ выражения А. Экзюпери «Ты всегда в ответе за тех, кого приручил...»	

29	Как доставить родителям радость.	Чтение отрывков из стихотворений детских писателей. Беседа по теме. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Г. Ширковца «Не пойму я взрослых этих...» Игра «Комплимент».	
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь.	Беседа по теме. Игра «Выбери правильный ответ». Анализ ситуации в стихотворении Е. Благиной «Наш дедушка». Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в рассказе Л. Н. Толстого «Старый дед и внучек».	
31	Спешите делать добро.	Беседа по теме. Толкование пословиц. Игра «Кто больше знает?» Высказывания великих людей о доброте. Чтение стихотворений о доброте.	Инсценировка отрывка из произведения Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей».
32	Огонек здоровья.	Беседа по теме Театральная постановка «Доктор Айболит». Викторина «Будь здоров!» Работа над пословицами о здоровье.	
33	Путешествие в страну здоровья.		Игра- путешествие «В страну здоровья». Станция «Мойдодыр» (о личной гигиене). Станция «Неосторожность» (оказание первой помощи при несчастных случаях). Станция «Не болей» (профилактика инфекционных заболеваний). Станция «Опрятность» (уход за одеждой). Станция «Долой грязь» (гигиена жилища) и т. д.
34	Культура здорового образа жизни.	Урок - соревнование. Культура поведения. Человек и окружающий мир. Культура общения. Человек и его здоровье. Писатели детям.	

Учебно-тематический план четвертого года обучения - 34 часа

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1	Что такое здоровье?	1	0,5	0,5
2	Что такое эмоции?	1	0,5	0,5
3	Чувства и поступки	1	0,5	0,5
4	Стресс	1	0,5	0,5
5	Учимся думать и действовать	1	1	-
6	Учимся находить причину и последствия событий	1	1	-
7	Умей выбирать	1	1	-
8	Принимаю решение	1	0,5	0,5
9	Я отвечаю за свои решения	1	1	-
10	Что мы знаем о курении	1	0,5	0,5
11	Зависимость	1	1	-
12	Умей сказать НЕТ	1	1	-
13	Как сказать НЕТ	1	0,5	0,5
14	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	1	0,5	0,5
15	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	1	0,5	0,5
16	Волевое поведение	1	0,5	0,5
17	Алкоголь	1	0,5	0,5
18	Алкоголь – ошибка	1	0,5	0,5
19	Алкоголь – сделай выбор	1	0,5	0,5
20	Наркотик	1	0,5	0,5
21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	1	0,5	0,5
22	Мальчишки и девчонки	1	0,5	0,5
23	Моя семья	1	0,5	0,5
24	Дружба	1	-	1
25	День здоровья	1	-	1
26	Умеем ли мы правильно питаться?	1	-	1
27	Я выбираю кашу	1	-	1
28	Чистота и здоровье	1	-	1
29	Откуда берутся грязнули?	1	1	-
30	Чистота и порядок	1	1	-
31	Будем делать хорошо и не будем плохо	1	1	-
32	КВН «Наше здоровье»	1	-	1

33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.	1	-	1
34	Будьте здоровы!	1	-	1
	Всего	34 ч	17,5 ч	16,5 ч

Содержание программы - 4 класс

№ п/п	Тема занятия	Теория (понятия, теоретические сведения)	Практика
1	Что такое здоровье?	Слово учителя. Встреча с медсестрой. Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим».	Практическая работа. Творческое задание «Здоровье – это...»
2	Что такое эмоции?	Игры «Кто больше знает?», «Продолжи предложение». Оздоровительная минутка. Игра «Твоё имя».	Практическая работа. Работа со словарём.
3	Чувства и поступки	Работа со стихотворением Дж. Родари. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?»	Творческая работа в тетради.
4	Стресс	Рассказ учителя. Словарная работа. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше знает?» Заучивание слов.	Практическая работа.
5	Учимся думать и действовать	Повторение. Чтение и анализ стихотворений. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Что? Зачем? Как?»	
6	Учимся находить причину и последствия событий	Игра «Почему это произошло?» Работа с пословицами. Оздоровительная минутка. Игры «Назови возможные последствия», «Что? Зачем? Как?»	
7	Умей выбирать	Анализ сказки. Оздоровительная минутка. Беседа по теме. Игра «Комплимент».	
8	Принимаю решение	Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворением Б. Заходера «Что красивей всего?»	Практическая работа по составлению правил. Психологический тренинг
9	Я отвечаю за свои решения	Практическая работа. Анализ ситуации. Оздоровительная минутка. Игры «Что я знаю о себе», «Продолжите предложение».	
10	Что мы знаем о курении	Игра «Волшебный стул». Встреча с медработником. Работа над пословицами. Беседа по сказке. Оздоровительная минутка.	Творческая работа. Это интересно!
11	Зависимость	Анализ ситуации в стихотворении Э. Мошковской «Странные вещи». Словарная работа. Оздоровительная минутка. Это полезно знать! Игра «Давай поговорим».	

12	Умей сказать НЕТ	Анализ ситуации. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Игры «Давай поговорим», «Что? Зачем? Как?».	
13	Как сказать НЕТ	Игра «Зеркало и обезьяна». Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Продолжите предложение». Толкование пословиц.	Психологический тренинг.
14	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ?	Работа со стихотворением А. Костецкого «Я всё люблю, что есть на свете...» Игра «Комплимент». Оздоровительная минутка. Рассказ учителя	. Работа с плакатом «Дерево решений». Практическая работа.
15	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	Анализ ситуации. Игра «Выбери правильный ответ». Оздоровительная минутка.	Работа с деревом решений. Творческая работа.
16	Волевое поведение	Рассказ учителя. Игра «Давай поговорим». Оздоровительная минутка. Игра «Сокровища сердца».	Психологический тренинг.
17	Алкоголь	Встреча с медработником. Это интересно! Оздоровительная минутка. Игра «Беседа по кругу». Это полезно помнить!	Коллективное рисование.
18	Алкоголь – ошибка	Работа над стихотворением. Анализ ситуации в басне С.Михалкова «Непьющий воробей». Игра «Выбери ответ». Оздоровительная минутка. Это полезно помнить!.	Психологический тренинг
19	Алкоголь – сделай выбор	Беседа по теме. Игра «Список проблем». Оздоровительная минутка	. Творческая работа с деревом решений. Психологический тренинг.
20	Наркотик	Анализ ситуации. Рассказ учителя. Встреча с медработником. Оздоровительная минутка. Правила безопасности.	Творческая работа. Игра «Давай поговорим».
21	Наркотик – тренинг безопасного поведения	Игра «Пирамида». Повторение правил. Оздоровительная минутка.	Практическая работа. Игра «Давай поговорим». Психологический тренинг
22	Мальчишки и девчонки	Беседа по теме. Игра «Противоположности». Оздоровительная минутка. Игра «Давай поговорим». Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Если был бы я девчонкой...»	Творческая работа.
23	Моя семья	Анализ ситуации в рассказе К.Д.Ушинского «Сила не право». Оздоровительная минутка. Чтение и анализ	Защита рисунков.

		стихотворения. Игра «Продолжи предложение».	
24	Дружба		Игровое занятие с любимыми героями. Разыгрывание ситуаций.
25	День здоровья		Открытие праздника. Игры и соревнования.
26	Умеем ли мы правильно питаться?		Сюжетно - ролевая игра «Мы идём в магазин». Это интересно! Отгадывание загадок. Оздоровительная минутка «Вершки и корешки». Инсценировка «Спор овощей». Игра «Какие овощи выросли в огороде?» Встреча с Доктором Айболитом.
27	Я выбираю кашу		Игра «Пословицы запутались». Это интересно! Игры «Отгадай - ка», «Затейники». Оздоровительная минутка «Зёрнышко». Конкурс «Самая вкусная и полезная каша» Игра «Угадай сказку».
28	Чистота и здоровье		Праздник чистоты с Мойдодыром. Инсценировка. Игра «Три движения».
29	Откуда берутся грязнули?	Остановка на станции «Грязнулька». Анализ ситуаций в стихотворении Л.Яхнина «Жил на свете мальчик странный...», Э.Успенского «Очень страшная история». Это полезно помнить! Работа со стихотворением.	
30	Чистота и порядок	Работа с пословицами и поговорками. Игра «Угадай». Оздоровительная минутка. Работа со стихотворениями.	
31	Будем делать хорошо и не будем плохо	Беседа по теме. Работа с пословицами. Высказывания о доброте. Оздоровительная минутка. Игра «Кто больше	

		знает?» Это интересно! Чтение и анализ стихотворений.	
32	КВН «Наше здоровье»		КВН
33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу.		Групповой проект.
34	Будьте здоровы!		Посещение медицинского кабинета. Игра «Письма». Практическая работа «Выпуск стенной газеты».

4. Методическое обеспечение

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание учебного курса, предполагают наличие просторного кабинета, компьютера, принтера, сканера, мультимедиапроектора. Из дидактического обеспечения необходимо наличие подборка видеофрагментов; подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет; набор ЦОР по валеологии.

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы: компьютер, проектор, простой карандаш, шариковая ручка, тетрадь на каждого участника, фломастеры, маркер, гуашевые и акварельные краски, аудио- и видеозаписи, иллюстрации, музыкальные записи, спортивный инвентарь, плакаты, видеофильмы.

Список литературы:

1. Учебно-методического пособия Л.А. Обуховой, Н.А. Лемяскиной, О.Е. Жиренко «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы. 1-4 классы», «Мастерская учителя», 2009 г.
2. Бакунина «Основы здорового образа жизни» 1-4 классы. Учебное пособие, «Русское слово» - 2014г.
3. Замышляева Н. В. Проблема здоровьесбережения: пути её решения на уроке»// Начальная школа. 2010 . №6
4. Науменко Ю. В. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе», «Глобус» - 2010 г.
5. Андржеевская И. Н. «Физкультминутки. 50 упражнений для начальной школы», «Вита-Пресс» -2012 г.
6. Терентьева Н. «Правила дорожного движения для детей», «Стрекоза» - 2014 г.
7. Баранова С. «Стань свободным от вредных привычек», ЦПФС «Единение» - 2011 г.

