

Рассмотрена

на заседании школьного
методического объединения
учителей начальных
классов
Протокол от 31 августа 2015г № 1
Руководитель Белкина С.А.

Принята и рекомендована
к утверждению решением
научно-методического совета
МБОУ «Средняя общеобразовательная
школа №9»
Протокол от 31 августа 2015 г № 1
Председатель научно-методического
совета Киселёва Н.А.

Утверждена приказом

директора МБОУ
«Средняя
общеобразовательная
школа № 9» от 31.08.2015
№ 51
Болдырева С.Б.

**Образовательная программа
внеурочной деятельности
«Путешествие по стране Здоровья»
(для обучающихся 1-4 классов)**

Составитель:
Минакова И.П., учитель начальных классов

Мичуринск
2015

Пояснительная записка

Цели и задачи	<p>Цель программы: формирование культуры здоровья обучающихся начальной школы.</p> <p>Задачи:</p> <p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none">➤ формирование понятия о том, что забота о своём здоровье является долгом перед обществом;➤ формирование необходимых знаний в области гигиены, медицины, физической культуры, правильного питания;➤ научить детей учиться, самостоятельно добывать новые знания и умения. <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none">➤ организация режима дня учащихся;➤ воспитание потребности систематически заниматься физическими упражнениями; <p>воспитание у детей нравственных качеств.</p> <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none">➤ сохранить душевное здоровье и эмоциональное благополучие каждого ребёнка;➤ раскрыть свою индивидуальность;➤ развивать творческую активность.
Педагогическая идея программы	<p>Здоровье современных школьников – серьёзная национальная проблема. На состояние здоровья ребёнка влияют многие факторы. Это и малоподвижный образ жизни, несбалансированное питание, отсутствие здорового образа жизни, неблагоприятная экологическая ситуация, и организация учебного процесса.</p> <p>Актуальность данной проблемы возрастает в связи с тем, что первый скачок в увеличении числа детей, страдающих хроническими заболеваниями, по наблюдениям учёных, происходит в возрасте 7-11 лет. В этом возрасте ученики чаще подвержены болезням органов дыхания, расстройства обмена веществ, нарушению осанки. Поэтому учитель должен строить процесс обучения и воспитания с учётом возраста, пола, специфики развития организма, физиологических и психических процессов, использовать информацию по сохранению и укреплению здоровья в своей педагогической деятельности.</p> <p>В младшем школьном возрасте должны закладываться основные навыки по формированию здорового образа жизни. Если ребёнок физически здоров, то он может успешно учиться в школе и справляться со всеми делами дома. Если ребёнок душевно здоров, то он обычно нравится самому себе таким, каков он есть, он</p>

	<p>удовлетворён своими достижениями и может делать выводы из своих ошибок. Социально здоровый человек может устанавливать и поддерживать здоровые отношения с другими людьми, он уважает их права, умеет оказывать помощь людям и способен сам принять её, умеет выразить свои нужды и потребности так, чтобы они стали понятны окружающим. Только здоровый человек способен активно жить, успешно преодолевать трудности в учении. Большую помощь в этом окажут уроки здоровья.</p> <p>Они направлены на формирование основ культуры здоровья детей, обеспечивают двигательную активность учащихся, знакомят их с рациональным питанием, помогают сплотить классный коллектив, приводят к улучшению психо-эмоционального состояния школьников, к изменению отношения к себе и собственному здоровью, воспитывают гигиеническую культуру, привычку к занятиям физкультурой и спортом.</p> <p>Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников на основе культурологического и личностно-ориентированного подходов</p>
Продолжительность занятий	Продолжительность образовательного процесса 4 года Режим занятий 1 раз в неделю
Возраст	Программа составлена с учётом возрастных особенностей, рассчитана на 4 года обучения для детей 7-11 лет
Место проведения занятий	Для проведения уроков здоровья необходимы: помещение (это может быть классная комната), спортивный зал, спортивная площадка, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям. На уроках используется наглядность, для ряда занятий разработана видеопрезентация. Время использования компьютера и проектора не превышает допустимые санитарные нормы.
Виды деятельности	Для успешного проведения занятий используются разнообразные виды работ: игровые элементы, игры, дидактический и раздаточный материал, пословицы и поговорки, физкультминутки, ребусы, кроссворды, сказки, творческие проекты
Психолого-педагогические принципы	<p><i>Программа «Путешествие по стране Здоровья» основывается на общедидактических принципах обучения младших школьников.</i></p> <p>1. <i>Принцип систематичности</i> и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и,</p>

	<p>опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. <i>Принцип сознательности</i> - нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности. 3. <i>Принцип повторения знаний</i>, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. 4. <i>Принцип постепенности</i>. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка. 5. <i>Принцип сотрудничества</i>. Работа строится на отношениях партнёрства, уважения, доверия. 6. <i>Принцип наглядности</i> – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением. 7. <i>Принцип активности</i> – предполагает в учащих высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества. 8. <i>Принцип цикличности</i> способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения. 9. <i>Личностно – ориентированный подход</i>. Уважение личности ребёнка, его индивидуальности, бережное отношение к его мыслям, чувствам, ожиданиям
<p>Методы деятельности</p>	<p>Методы обучения, используемые при проведении теоретических занятий: беседа, демонстрация видеопрезентаций, игры, викторины. Методами проведения практических занятий являются: экскурсии, творческие конкурсы, спортивные соревнования, путешествия, тренинги, заочные путешествия, проектная деятельность.</p>
<p>Ожидаемый результат</p>	<p>В процессе обучения по программе «Путешествие по стране Здоровья» у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия. У обучающихся будут сформированы личностные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ различать основные нравственно-этические понятия;

- ✓ применять правила культурного поведения в обществе;
- ✓ соотносить поступок с моральной нормой (в школе, дома, в социуме);
- ✓ оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);
- ✓ применять навыки культурного поведения за столом;
- ✓ применять навыки личной гигиены;
- ✓ бережное и разумное отношение к своему здоровью;
- ✓ анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учётом;
- ✓ сопереживать чувствам других людей;
- ✓ выражать положительное отношение к процессу познания о здоровом образе жизни;
- ✓ проявлять терпение и доброжелательность в споре, доверие к собеседнику.

У обучающихся будут сформированы **регулятивные** УУД:

- ✓ определять и формулировать цель деятельности;
- ✓ контролировать своё поведение в школе, дома, в гостях;
- ✓ планировать решение учебной задачи: выстраивать последовательность необходимых операций;
- ✓ организовывать подвижные игры со сверстниками;
- ✓ следить за чистотой и аккуратностью в одежде;
- ✓ использовать способы повышения работоспособности;
- ✓ корректировать деятельность: вносить изменения в процесс с учётом возникших трудностей и ошибок;
- ✓ проводить комплексы утренней зарядки, физминуток;
- ✓ определять последовательность действий при составлении режима дня;
- ✓ проявлять заботу о своём здоровье, ухаживать за своим организмом;
- ✓ правильно распределять время на работу и отдых;
- ✓ снимать утомление;

- ✓ оценивать результаты деятельности (чужой, своей).

У обучающихся будут сформированы **познавательные** УУД:

- ✓ выявлять особенности (качества, признаки) различных объектов в процессе их рассматривания(наблюдения);
- ✓ анализировать результаты элементарных исследований, фиксировать их результаты;
- ✓ определять значимость здорового образа жизни, двигательной активности;
- ✓ иметь представление о том, как работают органы человека и зачем они нужны;
- ✓ определять факторы окружающей среды, влияющих на здоровье;
- ✓ воспроизводить по памяти информацию, необходимую для решения поставленной задачи;
- ✓ знать негативное влияние вредных привычек на организм человека;
- ✓ выполнять упражнения для развития физических навыков;
- ✓ различать «полезные» и «вредные» продукты;
- ✓ проверять информацию о здоровье, находить дополнительную информацию, используя справочную литературу;
- ✓ определять назначение физических упражнений;
- ✓ отличать подвижные игры от спортивных;
- ✓ презентовать подготовленную информацию о здоровье в наглядном и вербальном виде;
- ✓ знать, как и для чего необходимо питаться;
- ✓ определять признаки рационального питания;
- ✓ применять таблицы, схемы, модели для получения информации;
- ✓ сравнивать различные объекты;
- ✓ приводить доказательно примеры здорового образа жизни;
- ✓ устанавливать причинно-следственные связи между объектами;
- ✓ определять последовательность упражнений при составлении комплекса утренней зарядки;
- ✓ выбирать решение из нескольких предложенных, кратко обосновывать свой выбор.

У обучающихся будут сформированы **коммуникативные** УУД:

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ оформлять диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета; ✓ слушать и понимать речь других; ✓ стремиться к взаимопониманию между людьми; ✓ применять навыки делового сотрудничества, работая в паре, группе; ✓ работать в команде; ✓ распределять роли в игре, в спектакле, инсценировке; ✓ составлять устные небольшие монологические высказывания.
Форма подведения итогов работы	<p>Контроль и оценка результатов освоения программы зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.</p> <p>Оценка планируемых результатов освоения программы проводится во время проведения тренингов, практических занятий, игр-соревнований, викторин; использования тестовых материалов: «Оцени себя сам», «Оцени уровень своего физического развития», «Твоё здоровье», «Умешь ли ты готовить уроки?», «Правильно ли вы питаетесь?» и др. Итоговые занятия по окончании каждого года обучения проводятся в форме праздников, представления выполненных обучающимися проектов, спортивных путешествий и эстафет</p>

Учебно – тематический план для обучающихся 1-го класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		теория	практика
	Уроки Мойдодыра-4ч		
1	Здравствуй, Здравячок!	1	
2	Мы в Чистюлькине		1
3-4	Умывание и купание	1	1
	Как живёт наш организм-5ч		
5	Наши органы	1	
6-7	Каким образом мы видим	1	1
8-9	Как нужно заботиться о глазах	1	1
	Правильное питание-залог здоровья-4ч		
10-11	Зачем человек питается	1	1
12-13	В гостях у Витаминов	1	1
	Растём здоровыми-9ч		
14-15	В здоровом теле - здоровый дух	1	1
16	Когда мы плачем	1	
17-18	Щедрость и жадность	1	1

19	Почему мы говорим неправду	1	
20	Вредные привычки	1	
21	Почему дети грызут ногти	1	
22	Сон – лучшее лекарство	1	
	Сам себе я помогу и здоровье себерегу-7ч		
23-25	Как правильно вести себя с незнакомыми людьми	1	2
26	Что нужно делать, если что-то болит	1	
27	Что нужно знать о лекарствах	1	
28-29	Смотрим телевизор	1	1
	Движение – это жизнь-4ч		
30	Комплекс утренней гимнастики		1
31	Со спортом дружить - здоровым быть		1
32	Успей занять своё место		1
33	Мы – спортивные ребята		1

Учебно – тематический план для обучающихся 2-го класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		теория	практика
	Уроки Мойдодыра-6ч		
1-2	Как ухаживать за руками	1	1
3-4	Как ухаживать за ногами	1	1
5-6	Забота о коже	1	1
	Как живёт наш организм-8ч		
7-8	Как нос чувствует запахи	1	1
9-10	Как мы говорим	1	1
11	Почему болят зубы	1	
12	Как ухаживать за зубами		1
13-14	Надёжная опора нашего организма	1	1
	Правильное питание-залог здоровья-4ч		
15-16	Режим питания. Правила поведения за столом	1	1
17	Здоровая пища для всей семьи	1	
18	Здоровье – овощи, ягоды, фрукты	1	
	Растём здоровыми-8ч		
19-20	Невыдержанность	1	1
21	Источники загрязнения воды и воздуха	1	
22-23	Лесная аптека	1	1
24	Как научиться соблюдать режим дня	1	
25-26	Твоё здоровье в твоих руках	1	1
	Сам себе я помогу и здоровье себерегу-5ч		
27	Курить - здоровью вредить	1	
28-29	Посеешь привычку - пожнёшь характер	1	1
30-31	Как заботиться о безопасности	1	1

	Движение – это жизнь-3ч		
32	Прыгающие воробышки		1
33-34	Путешествие по стране Здоровья		2

Учебно – тематический план для обучающихся 3-го класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		теория	практика
	Уроки Мойдодыра-3ч		
1	В гостях у Гигиены	1	
2-3	Где чистота, там здоровье!	1	1
	Как живёт наш организм-5ч		
4	Скелет – наша опора	1	
5-6	Ослепительная улыбка	1	1
7-8	Как мы слышим	1	1
	Правильное питание-залог здоровья-5ч		
9	Быть может еда, прибавляет года	1	
10-11	Самые полезные продукты	1	1
12-13	Стоит ли верить рекламе?	1	1
	Растём здоровыми-7ч		
14-15	Как сохранить и укрепить своё здоровье	1	1
16-17	Сезонные изменения в природе и их влияние на здоровье		2
18-19	Труд и отдых	1	1
20	Здоровье – богатство на все времена	1	
	Сам себе я помогу и здоровье себерегу-9ч		
21-22	Как организм защищает себя	1	1
23-25	Первая помощь при травмах	1	2
26	Опасность в нашем доме	1	
27-29	Правила безопасного поведения на улице, в транспорте	1	2
	Движение – это жизнь-5ч		
30	Спорт любить – здоровым быть		1
31	Народные игры		1
32-33	Быстрее, выше, сильнее		2
34	Эстафета Здоровячков		1

Учебно – тематический план для обучающихся 4-го класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		теория	практика
	Уроки Мойдодыра-3ч		
1	Советы доктора Воды	1	
2-3	Гигиена одежды	1	1
	Как живёт наш организм-8ч		
4-5	Заседание клуба Здоровячков	1	1

6-7	Что? Где? Когда?	1	1
8-9	Как сохранить и укрепить своё здоровье	1	1
10-11	Соблюдаешь режим - бережёшь здоровье	1	1
	Правильное питание-залог здоровья-8ч		
12-13	Секреты здорового питания	2	
14-15	Как и что мы едим	1	1
16-17	Витамины – наши друзья и помощники	1	1
18	Кто такие микробы	1	
19	Здоровое питание – отличное настроение	1	
	Растём здоровыми-8ч		
20-21	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1	1
22-23	Полезные и вредные привычки	1	1
24-25	Моя жизнь - радуга	1	1
26-27	Крепок телом – богат и делом	1	1
	Сам себе я помогу и здоровье себерегу-5ч		
28-29	Оказание первой помощи	1	1
30-31	Что такое переутомление и как его избежать	1	1
32	Как защитит себя от болезни	1	
	Движение – это жизнь-2ч		
33	Через кочки и пенёчки		1
34	Спортивное путешествие		1

Содержание программы 1-го класса

1. Уроки Мойдодыра

«Здравствуй, Здоровячок!»(знакомство со Здоровячком). «Мы в чистюлькине»(агра-путешествие в город Чистюлькин). Правило мытья рук. Как купаются птицы и животные. Особенности роста волос и уход за ними. Как следить за школьной одеждой. Правило чистки зубов. Инсценировка произведения К.И. Чуковского «Мойдодыр».

2. Как живёт наш организм

Беседы «Наши органы», «Каким образом мы видим». Практическое занятие «Как нужно заботиться о глазах». Викторина «Как беречь зрение».

3. Правильное питание-залог здоровья

Викторина «Зачем человек питается». «В гостях у Витаминов» (экскурсия в медкабинет или в аптеку).

4. Растём здоровыми

«В здоровом теле - здоровый дух» (комплекс упражнений утренней гимнастики). Конкурс пословиц и поговорок о щедрости и жадности. Беседы по темам: «Кого можно назвать лжецом», «Почему дети говорят неправду», «Вредные и полезные привычки, причины их возникновения», «Почему люди плачут». Викторина «Почему сон – лучшее лекарство».

5. Сам себе я помогу и здоровье себерегу

Тренинг безопасного поведения «Как правильно вести себя с незнакомыми людьми. Игра-соревнование «Я в безопасности». «Что

нужно делать, если что-то болит» (экскурсия в медкабинет). «Смотрим телевизор» (игра «Полезно-вредно»). «Домашняя аптечка» (практическое занятие).

б. Движение – это жизнь

Выполнение комплекса утренней гимнастики. Спортивно-развлекательные игры «Со спортом дружить - здоровым быть», «Успей занять своё место». Праздник «Мы – спортивные ребята».

Содержание программы 2-го класса

1. Уроки Мойдодыра

«Как ухаживать за руками», «Как ухаживать за ногами» (игра-практикум), «Кто больше» (игра-соревнование). Видеопрезентация «Кожа - надёжная защита организма». «Забота о коже» (практическое занятие).

2. Как живёт наш организм

Беседа «Как нос чувствует запахи», «Как мы говорим». «Почему болят зубы» (игра «Угадай-ка»). Практикум «Как ухаживать за зубами». Конкурс рисунков на асфальте «Ослепительная улыбка». «Надёжная опора нашего организма» (соревнование «Стройная спина», упражнения «За водой», «Препятствие»).

3. Правильное питание-залог здоровья

«Режим питания. Правила поведения за столом» (практическое занятие в школьной столовой). «Здоровая пища для всей семьи» (сказка о правильном питании, игра «Угадай-ка»). «Здоровье – овощи, ягоды, фрукты» (игра «Полезные или вредные продукты», выставка продуктов, содержащих витамины)

4. Растём здоровыми

«Невыдержанность» (тренинг «Умей сдерживаться»). «Источники загрязнения воды и воздуха» (видеофильм о воде). «Лесная аптека» (экскурсия в парк). «Как научиться соблюдать режим дня» (практикум «Мой режим»). «Твоё здоровье в твоих руках» (спортивная игра на спортплощадке).

5. Сам себе я помогу и здоровье сберегу

«Курить - здоровью вредить» (представление спектакля «Возвращение Гулливера» (сказка про курение). Игра-упражнение «Сорняки и розы»). «Посеешь привычку - пожнёшь характер» (практическое занятие «Роль рекламы на формирование вредных привычек», игра-кричалка «Разрешается-запрещается»). Тренинг безопасного поведения (на спортплощадке).

б. Движение – это жизнь

Подвижная игра «Прыгающие воробышки». «Путешествие по стране Здоровья» (путешествие по станциям здоровья, где учащиеся применяют теоретические знания и практические навыки по сохранению и укреплению здоровья).

Содержание программы 3-го класса

1. Уроки Мойдодыра

- Игра-путешествие «В гостях у Гигиены». «Где чистота, там здоровье!» (сценка «Волшебная щётка», конкурс загадок, игра «Полезно-вредно»).
2. *Как живёт наш организм*
«Скелет – наша опора» (кроссворд «Скелет», упражнения для формирования правильной осанки). «Ослепительная улыбка»(игра «Найди верный ответ», конкурс рисунков о продуктах, полезных для зубов). Видеопрезентация «Как мы слышим». Как беречь орган слуха (экскурсия в медкабинет).
 3. *Правильное питание-залог здоровья*
«Быть может еда, прибавляет года»(блиц-опрос учащихся 2-х,4-х классов). «Самые полезные продукты» (соревнование «Собери корзинку», конкурс загадок о продуктах). «Стоит ли верить рекламе?» (видеопрезентация «Что нам рекламируют», составление рекламы полезных продуктов по группам и её представление)
 4. *Растём здоровыми*
Тренинг «Как сохранить и укрепить своё здоровье». «Сезонные изменения в природе и их влияние на здоровье» (игра-соревнование «Кто больше покажет»). «Труд и отдых»(беседа «Почему человеку необходимо отдыхать», тренинг «Как я отдыхаю». «Здоровье – богатство на все времена»(инсценировка сказки «В трёх соснах заблудились»).
 5. *Сам себе я помогу и здоровье сберегу*
«Как организм защищает себя» (экскурсия в медкабинат). «Первая помощь при ушибах и порезах» (практическое занятие). «Опасность в нашем доме» (практическое занятие «Если кто-то постучался...»). «Правила безопасного поведения на улице, в транспорте» (викторина «Как вести себя на улице. В транспорте», экскурсия по городу).
 6. *Движение – это жизнь*
Спортивная эстафета «Спорт любить – здоровым быть». Народные игры на спортплощадке. Игра-эстафета «Быстрее, выше, сильнее». Спортивное соревнование «Эстафета Здоровячков» в спортзале.

Содержание программы 4-го класса

1. *Уроки Мойдодыра*
«Советы доктора Воды» (инсценировка стихотворения А. Барто из серии «Самовар»). «Гигиена одежды» (игра-соревнование «Я опрятен и аккуратен»).
2. *Как живёт наш организм*
«Заседание клуба Здоровячков» (в спортзале). Командная игра «Что? Где? Когда?». «Как сохранить и укрепит своё здоровье» (спортивная эстафета). «Соблюдаешь режим - бережёшь здоровье» (тренинг).
3. *Правильное питание-залог здоровья*
«Секреты здорового питания» (практическое занятие «Составление меню»). «Как и что мы едим» (игра «Мы идём в магазин»). «Витамины – наши друзья и помощники» (конкурсная программа). «Кто такие

микробы» (видеопрезентация «Микробы», игра «Угадай-ка»). «Здоровое питание – отличное настроение» (экскурсия в школьную столовую).

4. *Растём здоровыми*

«Здоровье в порядке – спасибо зарядке» (комплекс утренней гимнастики). «Полезные и вредные привычки» (игра «Давай поговорим», игра «Да-нет», «Комплемент»). «Моя жизнь – радуга» (соревнование «Выбери правильное решение»). «Крепок телом – богат и делом» (спортивная эстафета).

5. *Сам себе я помогу и здоровье сберегу*

«Оказание первой помощи» (кроссворд «Наши органы», практическая работа «Первая помощь при переломах»). Беседа «Что такое переутомление и как его избежать». «Как защитить себя от болезни» (практическое занятие на улице).

6. *Движение – это жизнь*

Игры «Через кочки и пенёчки», «Горелки». Спортивное путешествие на спортплощадке.

Литература

1. Багрова, Н. Г. Губительная сигарета [Текст] : классный час / Н. Г. Багрова // ПедСовет. – 2006. - № 4. – С. 12-13.
2. Багрова, Н. Г. Режим дня [Текст] : классный час / Н. Г. Багрова // ПедСовет. – 2007. - № 4. – С. 3-5.
3. Дорофеева, Н. Путешествие в зелёную аптеку [Текст] : занятие по экологии / Н. Дорофеева // Воспитание школьников. – 2004. - № 5. – С. 67-71.
4. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья (1-5 классы) [Текст] / Н. И. Дереклеева. – М. : ВАКО, 2007. – 152 с.
5. Жук, Л. И. Ключи к здоровью [Текст] / Л. И. Жук. – Минск : Красико-Принт, 2007. – 128 с.
6. Капецкая, Г. А. Берегите здоровье! [Текст] / Г. А. Капецкая // Последний звонок. – 2007. - № 10. – С. 4-5.
7. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток (1-4 классы) [Текст] : практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников / В. И. Ковалько. – М. : ВАКО, 2005. – 208 с.
8. Криволап, Н.С. Здоровье на тарелке [Текст] / Н.С. Криволап, О.А. Хаткевич. – Минск : Красико-Принт, 2005. – 128 с.
9. Кривош, Е. Н. Игра – путешествие «Откуда берутся грязнули?» [Текст] / Е. Н. Кривош // ПедСовет. – 2006. - № 10. – С. 12-14.
10. Крылова, И. Н. Береги здоровье смолоду! [Текст] : устный журнал / И. Н. Крылова // Педсовет. – 2006. - № 10. – С. 8-10.
11. Кузьмина, М. В. Увлекательное путешествие в мир здорового образа жизни [Текст] : театрализованное представление для учащихся 2-4 классов / М. В. Кузьмина // ПедСовет. – 2007. - № 4. – С. 14-16.

12. Лисина, Н. В. Зубы и уход за ними [Текст] / Н. В. Лисина // Начальная школа. – 2004. - № 8. – С. 56-58.
13. Милейко, В. Ф. Игры и упражнения для укрепления здоровья детей [Текст] \ В. Ф. Милейко // ПедСовет. – 2006. - № 4. – С. 3-5.
14. Обухова, Л. А. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы) [Текст] / Л. А. Обухова, Н. А. Лемякина, О. Е. Жиренко. – М. : ВАКО, 2007. – 288 с.
15. Ожегов, С. И. Словарь русского языка [Текст] / С. И. Ожегов; под. общ. ред. Л. И. Скворцова. – 24-е изд., испр. – М. : Оникс 21 век, 2003. – 896 с.
16. Ротенберг, Р. Растить здоровым [Текст] : детская энциклопедия здоровья / Р. Ротенберг. – М. : Физкультура и спорт, 1992. – 592 с.
17. Сергеева, Т. В. Ослепительная улыбка на всю жизнь [Текст] : внеклассное занятие для учащихся 2 класса / Т. В. Сергеева // ПедСовет. – 2006. - № 4. – С. 14-15.
18. Ситник, И. А. Вредным привычкам – нет! [Текст] / И. А. Ситник // Последний звонок. – 2007. - № 10. – С. 14-15.
19. Стреньова, И. Я – человек, ты – человек [Текст] : научно-художественная литература / И. Стреньова. – М. : Детская литература, 1991. – 47 с.
20. Татабарина, Т. И. И учёба, и игра: природоведение [Текст] : популярное пособие для родителей и педагогов / Т. И. Татарбарина, Е. И. Соколова. – Ярославль : Академия развития, 2006. – 240 с.
21. Титов, С. В. День приветствий [Текст] / С. В. Титов // ПедСовет. – 2008. - № 2. – С. 3-7.
22. Федеральные государственные образовательные стандарты [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.edu.ru>.
23. Феоктистова, В. Ф. Образовательные здоровьесберегающие технологии [Текст] : опыт работы методического объединения учителей начальных классов / В. Ф. Феоктистова. – Волгоград : Учитель, 2008. – 121 с.
24. Яковлева, Е. Н. Дни здоровья [Текст] / Е. Н. Яковлева // Последний звонок. – 2007. - № 10. – С. 13.