

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете школы
Протокол № 1
от «30» августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ СОШ № 562
Г.Н. Пальченкова
Приказ № 1-59 от «31» августа 2021г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Уроки Айболита»
Возраст 9-10 лет
(3 класс начальной школы)

**Программу составил:
Алиева Е.Ю.**

**Санкт-Петербург
2022 г.**

Оглавление

1. Титульный лист.....
2. Пояснительная записка.....
3. Учебно-тематический план.....
4. Содержание изучаемого курса.....
5. Организационно-педагогические условия.....
6. Оценочные материалы.
7. Методическое и дидактическое обеспечение.....
8. Материально-техническое обеспечение.....
9. Информационно-электронные ресурсы.....
10. Список литературы.....

Пояснительная записка

Пояснительная записка.

Основу проектирования дополнительной общеразвивающей программы составили следующие **нормативные документы**:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (принят Госдумой 21.12.2012, одобрен Советом Федерации 26.12.2012).

Государственная программа РФ «Развитие образования» (принята Правительством РФ 26.12.2017).

Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) на всех уровнях образования.

Указ Президента РФ от 01.04.1996 № 440 о Концепции перехода Российской Федерации к устойчивому развитию Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р.

Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Указ Президента РФ от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства» и Распоряжение Правительства РФ от 23.01.2021 г. № 122-р «План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».

Указ Президента РФ от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Реализация **внеурочной деятельности** по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т. д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений Россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формированию установок на ведение здорового

образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающемуся воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

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.

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 «Школа здоровья».

Цель и задачи программы

Цель: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться 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.

Особенности программы

Данная программа 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.

–Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Занятия носят научно-образовательный характер.

Основные виды деятельности учащихся:

–навыки дискуссионного общения;

–опыты;

–игра.

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;

Организация учебных занятий 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.

Участники программы:

В реализации программы участвуют обучающиеся 1-4 года обучения.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 4 года обучения, 3 часа в неделю.

Формы и режим занятий.

Занятия проводятся 3 раза в неделю. Наполняемость группы –человек.

- Занятия в классе и в природе.
- Уроки – путешествия.
- Уроки – КВН.
- Праздники.
- Игры.
- Викторины.
- Экскурсии.

Ожидаемые результаты

В результате усвоения программы учащиеся должны уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

Учащиеся должны знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты первого уровня (приобретение обучающимися социальных знаний, первичного понимания социальной реальности в повседневной жизни): приобретают знания об основных общечеловеческих ценностях и нормах поведения, об экологических проблемах человечества, ответственном отношении к судьбе своей малой родины, страны и планеты, о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения обучающегося к базовым ценностям нашего общества и социальной реальности в целом): развивают ценностное отношение к Земле, природе, науке и исследовательской деятельности, миру, человеку.

Результаты третьего уровня (приобретение обучающимися опыта самостоятельного социального действия): обучающиеся смогут приобрести опыт исследовательской деятельности, опыт организации совместной деятельности с другими детьми.

Личностные УУД

- установка на здоровый образ жизни;
- 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.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий при выполнении простейших упражнений для укрепления здоровья;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, уметь работать по предложенному учителем плану;
- осознавать ценность собственного здоровья и необходимость его сохранения;
- овладеть навыками самостоятельной организации безопасной деятельности;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса, группы.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

Коммуникативные УУД:

- выполнять правила общения с людьми;
- жить с друзьями в мире и согласии;
- выполнять свои обязанности в семье; заботиться о здоровье своей семьи;
- применять советы доктора Айболита в жизни; применять правила поведения в разных жизненных ситуациях;
- умение донести свою позицию до других;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика), советы;
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Требования к уровню подготовки учащихся.

В ходе реализации программы обучающиеся должны **знать**:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

Обучающиеся научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Обучающиеся получают возможность научиться: демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким, адекватно оценивать своё место в жизни.

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса	Количество занятий, в том числе		Формы организации и виды деятельности
	теория	практика	
1 класс (33 занятия) Настроение в школе. Дружи с водой. Советы доктора воды. Друзья Вода и Мыло. Забота о коже. Зачем человеку кожа. Надежная защита организма. Если кожа повреждена. Уход за руками и ногами. Уход за ушами. Чтобы уши слышали. Забота о глазах. Глаза – главные помощники человека. Уход за зубами. Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как	11	12	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительные минутки. • Беседы • Игры «Доскажи словечко», «Можно или нельзя», «Кто больше», «Юный кулинар» • Работа по таблице «Строение кожи», « Органы пищеварения!». Моделирование и схемы. • Практическая работа в парах «Как оказать первую помощь?» • Разыгрывание ситуации. • Проведение опытов. • Разгадывание загадок.

<p>сохранить улыбку здоровой. Как следует питаться. Питание – необходимое условие жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Как сделать сон полезным? Сон – лучшее лекарство. Настроение после школы. Как настроение? Я пришел из школы. Поведение в школе. Я – ученик. Вредные привычки. Мышцы, кости и суставы. Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина. Как закаляться. Обтирание и обливание. Как правильно вести себя на воде. Правила безопасности на воде. Чтобы душа была здорова. Делать добро спеши. Доброму всё здорово. Чем сердиться, лучше помириться. Какой Я, какие другие. Русская игра «Городки». Подвижные игры в помещении. Доктора природы. Обобщающий урок</p>			<ul style="list-style-type: none"> • Работа с пословицами. • Творческая работа (создание памяток) • Анкетирование, тесты
--	--	--	---

2 класс (34 занятия)

<p>Почему мы бодем. Причина болезни. Признаки болезни. Как здоровье? Кто и как предохраняет нас от болезней. Как организм помогает себе сам? Здоровый образ жизни. Инфекционные болезни.</p> <p>Кто нас лечит. Какие врачи нас лечат.</p> <p>Прививки от болезней . Что нужно знать о лекарствах. Какие лекарства мы выбираем. Отравление лекарствами. Как избежать отравлений. Пищевые отравления.</p> <p>Безопасность при любой погоде. Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза.</p> <p>Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице. Правила безопасного поведения на воде. Вода - наш друг. Правила общения с огнем. Чтобы огонь не причинил вреда. Как уберечься от поражения электрическим током. Чем опасен электрический ток. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. Травма. Как защититься от насекомых. Укусы насекомых.</p> <p>Предосторожности при обращении с животными. Что мы знаем про собак и кошек. Первая помощь</p>	16	18	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительные минутки. • Беседы • Игры «Полезно - вредно», «Можно или нельзя», «Кто больше знает?», «Светофор здоровья», «Вставь пропущенные слова». • Работа по таблице «Строение кожи», « Органы пищеварения!». Моделирование и схемы. • Практическая работа «Первая помощь при отравлениях», «Первая помощь пострадавшему», «План эвакуации при пожаре» • Разыгрывание ситуации. • Проведение опытов. • Разгадывание загадок. • Работа с пословицами. • Творческая работа (составление памяток) • Отгадывание кроссвордов. • Анкетирование, тесты
--	----	----	---

<p>при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Как помочь себе при тепловом ударе. Как уберечься от мороза. Первая помощь при травмах. Растяжки связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек. Укус змеи. Сегодняшние заботы медицины.</p>			
--	--	--	--

<p>3 класс (34 занятия) Тема: Чего не надо бояться. Как воспитывать уверенность и бесстрашие? Учимся думать. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным . Спешить делать добро. Почему мы говорим неправду. Поможет ли нам обман. «Неправда - ложь» в пословицах и поговорках. Почему мы не слушаемся родителей? Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга. Надо уметь сдерживать себя. Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность. Не грызи ногти, не ковыряй в носу. Как отучить себя от вредных привычек. Как относиться к подаркам. Я принимаю подарок. Я дарю подарки. Как следует относиться к наказаниям. Наказание. Как нужно одеваться. Одежда. Как вести себя с незнакомыми людьми. Ответственное поведение. Как вести себя, когда что-то болит. Боль. Как вести себя за столом. Сервировка стола. Правила поведения за столом. Как вести себя в гостях. Ты идёшь в гости. Как вести себя в общественных местах.</p>	<p>11</p>	<p>23</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительные минутки. • Беседы • Игры «Давайте разберёмся», «Продолжи сказку», «Продолжите рассказы», «Проверь себя», «Закончите предложение», «Подбери слова благодарности», «Комплимент», « Найди правильный ответ» • Разыгрывание ситуации. • Разгадывание загадок. • Работа с пословицами, заучивание. • Работа с толковым словарём. • Творческая работа (составление памяток) • Отгадывание кроссвордов. • Анкетирование, тесты
---	-----------	-----------	--

<p>называются вредными. Зависимость. Умей сказать нет. Как сказать нет. Почему вредной привычке ты скажешь нет. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения. Помоги себе сам. Волевое поведение. Злой волшебник алкоголь. Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор. Злой волшебник наркотик. Наркотик. Наркотик - тренинг безопасного поведения.</p> <p>Мы одна семья. Мальчишки и девчонки. Моя семья.</p> <p>Повторение. Дружба. «День здоровья». Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу. Чистота и здоровье Откуда берутся грязнули? (игра - путешествие) Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. Урок – КВН «Наше здоровье». «Я здоровье берегу – сам себе я помогу». Будьте здоровы</p>			
---	--	--	--

I.
II. Учебно - тематический план

Наименование разделов и дисциплин	Всего часов	В том числе			Дата
		Теория	Практика	Форма контроля	
1. Как воспитывать уверенность и бесстрашие	1	1		Текущий	
2. Учимся думать	1		1	Текущий	
3. Спешит делать добро	1		1	Текущий	
4. Поможет ли нам обман	1	1		Текущий	
5. «Неправда-ложь» в пословицах и поговорках.	1		1	Текущий	
6. Надо ли прислушиваться к советам родителей	1		1	Текущий	
7. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга	1		1	Текущий	
8. Все ли желания выполнимы	1	1		Текущий	
9. Как воспитать в себе сдержанность	1	1		Текущий	
10. Как отучить себя от вредных привычек	1	1		Текущий	
11. Как отучить себя от вредных привычек	1		1	Текущий	
12. Я принимаю подарок	1	1		Промежуточный	
13. Я дарю подарки	1	1		Текущий	
14. Наказание	1	1		Текущий	
15. Одежда	1		1	Текущий	
16. Ответственное поведение	1	1		Текущий	
17. Боль	1	1		Текущий	
18. Сервировка стола	1		1	Текущий	
19. Правила поведения за столом	1		1	Промежуточный	
20. Ты идешь в гости	1		1	Текущий	
21. Как вести себя в транспорте и на улице	1	1		Текущий	
22. Как вести себя в театре, кино, школе	1	1		Текущий	
23. Умеем ли мы вежливо общаться	1	1		Текущий	
24. Умеем ли мы вежливо разговаривать по телефону	1	1		Текущий	
25. Помоги себе сам	1	1		Текущий	

26. Умей организовывать свой досуг	1		1	Текущий	
27. Что такое дружба	1	1		Текущий	
28. Кто может считаться настоящим другом	1	1		Промежуточный	
29. Как доставить родителям радость	1	1		Текущий	
30. Если кому-нибудь нужна твоя помощь	1	1		Текущий	
31. Спешите делать добро	1		1	Текущий	
32. Огонёк здоровья	1	1		Текущий	
33. Путешествие в страну здоровья	1		1	Текущий	
34. Культура здорового образа жизни	1	1		Текущий	
Всего: 34 часа					

Оценочные материалы:

В течение работы по данной программе проводится **текущий контроль** знаний и умений воспитанников в форме тематического опроса. **Промежуточный контроль** предполагает контроль знаний, умений и навыков, полученных воспитанником по определенному блоку занятий. Formой данного контроля будет выступать мероприятие, посвященное тематической дате, значимому празднику.

Formой итогового контроля может выступать выставка творческих работ воспитанников, оформление альбома, стенгазеты.

Методическое и дидактическое обеспечение:

Дидактическое обеспечение: карточки, плакаты, художественная литература, иллюстрации, художественные альбомы, материал и оборудование для детского творчества.

- сбор фотографий, материалов журналов и газет, рассказов и рисунков воспитанников для создания альбома «ЗОЖ», «Гигиена», фотовыставки «Здоровым быть здорово»;
- организация выставок детских работ, праздников и мероприятий;
- организация целевых прогулок по городу, экскурсий;
- участие в городских мероприятиях, посвященных памятным датам.

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный инвентарь;
- подборка видеофрагментов;
- подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет;
- компьютер, принтер, сканер, мультимедиапроектор; интерактивная доска

Информационно – электронные ресурсы:

[1.Разработки \(сценарии\) занятий на темы здорового образа ...](http://teacher.msu.ru)
<http://teacher.msu.ru> > 8-БальЛВ Методичка ЗОЖ

[2.Сценарий программы "Мы за здоровый образ жизни"](https://infourok.ru)
<https://infourok.ru>

[3. <https://videouroki.net> > razrabotki > stsienarii-prazdnik ВИДЕОУРОКИ](https://videouroki.net)

[4.<https://www.youtube.com> > watch](https://www.youtube.com)
Детям о спорте -мультфильмы

Список использованной литературы:

1. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.-2003.
2. Борисюк О.Л. Валеологическое образование.-2002.
3. Валеологизация образовательного процесса. Мет.пособие / Под ред. Н.И.Балакиревой.- Новокузнецк, 1999.
4. Герасименко Н. П. Помоги сам себе.-2001.
5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
6. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования. - М.: 2004.
7. Виноградова Н.Ф. Окружающий мир, 2 кл., 3 кл.- М., 1997.
8. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 1-4 кл. М., 1997.
9. Зайцев Г.К. Уроки Айболита.- СПб.,-1997., Уроки Мойдодыра.- СПб.,-1996., Твои первые уроки здоровья – СПб., 1995.
10. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
11. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе.- М., 2002.
12. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья.- СПб., 1995.
13. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. – СПб., 1997
14. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М.Безруких - СПб., 1999.
15. Николаева А.П., Колесов Д.В. Уроки профилактики наркомании в школе- М., 2003.
16. Сизанова А.И. и др. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися . Мн.: «Тесей», 1998.
17. Соковня-Семёнова Н.Н. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь- М.,1997
18. Татарникова Л.Г. , ЗахаревичН.Б., Калинина Т.Н. Валеология. Основы безопасности ребёнка – СПб., 1997
19. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: советы психолога родителям. - М., 1996.
20. Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 1986.
21. Энциклопедический словарь юного спортсмена /Сост. И.Ю, Сосновский, А.М. Чайковский – М., 1980
22. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.

