

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №23**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Поколение ЗОЖ»

**для 6 класса с использованием оборудования
центра «Точка роста»**



**Авторы составители:
Козина Надежда Викторовна,
Мишина Наталья Николаевна,
учителя русского языка
и литературы**

2022 – 2023 учебный год

п.Красногорняцкий

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности для обучающихся 6 классов составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер — 64101) (далее — ФГОС ООО), а также Примерной программы воспитания, с учётом Концепции преподавания русского языка и литературы в Российской Федерации (утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 9 апреля 2016 г. № 637-р).

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОКОЛЕНИЕ ЗОЖ»

В настоящее время современное образование предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у школьников мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по направлению «Поколение ЗОЖ» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, и способствует познавательному, эмоциональному развитию школьника.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЛИТЕРАТУРА»

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно ориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья. Программа внеурочной деятельности по данному направлению носит образовательно- воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

1. Формирование:

- представлений о факторах, оказывающих влияние на здоровье;
 - а) правильное (здоровое) питание и его режим;
 - б) рациональная организация режима дня, учёба и отдых; двигательная активность;
 - в) причины возникновения зависимости от табака, алкоголя, других психоактивных веществ и их пагубное влияние на здоровье;
 - г) основные компоненты культуры здоровья и здорового образа жизни; влияния эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения.

2. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЛИТЕРАТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа внеурочной деятельности по данному направлению носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литература, история, биология, изобразительное искусство, физическая культура.

Предназначена для обучающихся 6 классов и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 34 часа в год.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Здоровое питание

Сбалансированное питание. История потребления овощей. Значение овощей и фруктов для здоровья человека. Роль витаминов в обмене веществ. Здоровая пища, вредные продукты. Состав сбалансированного меню. Питание - условие жизни. – 7 часов

Раздел 2. Здоровый образ жизни

Режим дня. Комплексы ежедневной зарядки. Инфекционные заболевания, профилактика, меры борьбы. Роль личной гигиены в борьбе с инфекциями. Вредные привычки и их пагубное влияние. Зрение, меры профилактики снижения остроты зрения. Уход за зубами. Красивая улыбка. Сон, его значение в повседневной жизни. Закаливание организма. Обтирание и обливание как способы закаливания. Прививки от болезней. Что нужно знать о лекарствах? Как избежать отравлений? Правила безопасного поведения в доме, на улице, транспорте.

Раздел 3. Нравственное здоровье

Добро и зло, зависть и жадность. Терпение и сдержанность. Уроки этикета. Вежливость. Хорошие манеры. Правила поведения за столом. Правила поведения в гостях. Правила поведения в общественных местах. Культура общения по телефону. Помощь больным и беспомощным. «Нехорошие слова». Недобрые шутки. Занятия вне школы. Дружба и настоящие друзья. Вредные привычки и меры борьбы с ними. Прогулки на свежем воздухе, участие в акциях, конкурсах, днях здоровья. Конференция «Мы за здоровое поколение»

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Изучение программы по внеурочной деятельности направлено на достижение обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения рабочей программы по внеурочной деятельности достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, отражёнными в произведениях русской литературы, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты освоения рабочей программы по внеурочной деятельности должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных

ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

Гражданского воспитания:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в сопоставлении с ситуациями, отражёнными в литературных произведениях;
- неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;
- понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;
- представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе, в том числе с опорой на примеры из литературы;
- представление о способах противодействия коррупции;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, в том числе с опорой на примеры из литературы;
- активное участие в школьном самоуправлении;
- готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство; помощь людям, нуждающимся в ней).

Патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России в контексте изучения произведений русской и зарубежной литературы, а также литератур народов РФ;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, в том числе отражённым в художественных произведениях;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Духовно-нравственного воспитания:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора с оценкой поведения и поступков персонажей литературных произведений;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Эстетического воспитания:

- восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства, в том числе изучаемых литературных произведений;
- осознание важности художественной литературы и культуры как средства коммуникации и самовыражения;

- понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный и читательский опыт;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного литературного образования;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, опираясь на примеры из литературных произведений;
- уметь управлять собственным эмоциональным состоянием.

Трудового воспитания:

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания и знакомства с деятельностью героев на страницах литературных произведений;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности, в том числе при изучении произведений русского фольклора и литературы;
- осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологического воспитания:

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;
- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе сформированное при знакомстве с литературными произведениями, поднимающими экологические проблемы;
- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;
- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой с опорой на изученные и самостоятельно прочитанные литературные произведения;
- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности с учётом специфики школьного литературного образования;
- установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;
- изучение и оценка социальных ролей персонажей литературных произведений;
- потребность во взаимодействии в условиях неопределённости, открытость опыту и знаниям других;
- в действии в условиях неопределённости, повышение уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- в выявлении и связывании образов, необходимость в формировании новых знаний, в том числе формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие;
- умение оперировать основными понятиями, терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
- анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;
- оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный и читательский опыт;
- воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;
- оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;
- формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий .
- 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 учащихся.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в литературе(на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроках.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся .
- 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).

1. 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практика				
Раздел 1. Здоровое питание								
1.1.	Вводное занятие «Здоровому все здорово»	1				Отвечать на вопросы	Актуальный разговор	http://festival.1september.ru/articles/312400/
1.2.	«Эти сладкие чудо витамины». Значение фруктов для здоровья человека	1				Участвовать в беседе	Медиа - дегустация блюд из овощей	http://festival.1september.ru/articles/312400/
1.3.	Здоровая пища для всей семьи	1				Оформлять презентацию	Презентация семейного меню	http://festival.1september.ru/articles/312400/
1.4.	«Сбалансированное питание» Определяющая роль питания для формирования здорового образа жизни	1				Отвечать на вопросы	Устный вопрос	http://festival.1september.ru/articles/312400/
1.5.	«Вредные продукты» - за и против	1				Отвечать на вопросы	Беседа-дискуссия	http://festival.1september.ru/articles/312400/

1.6.	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	1			Готовить листовки	Конкурс-защита листовок о здоровом питании	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
Итого по разделу		6							
Раздел 2. Здоровый образ жизни									
2.1.	Режим дня – основа здорового образа жизни	1				Отвечать на вопросы	Беседа	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.2.	Составление индивидуального режима дня	1	1			Составлять режим дня	Практическое занятие	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.3.	На зарядку становись	1				Участвовать в игре	Игровая программа	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.4.	Инфекционные заболевания. Соблюдение правил личной гигиены - условие борьбы с инфекционными заболеваниями	1				Отвечать на вопросы	Беседа с элементами инструктажа. Встреча со школьной медсестрой	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.5.	«Происки колдуна инфекции»	1				Участвовать в подготовке инсценировки	Инсценировка	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.6.	«Береги платье снову, а здоровье смолоду». Вредные привычки и их пагубное влияние	1				Отвечать на вопросы	Круглый стол с элементами викторины	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.7.	Меняю сигарету на конфету	1				Создавать рисунки	Беседа-презентация. Конкурс рисунков «Мы против вредных привычек»	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.8.	Умей сказать нет. Тренинг безопасного поведения	1				Отвечать на вопросы	Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.9.	Глаза - главные помощники человека	1				Отвечать на вопросы	Беседа. Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.10.	Уход за зубами	1				Отвечать на вопросы	Час информации	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.11.	Сон – лучшее лекарство	1				Отвечать на вопросы	Урок здоровья	http://festival.1september.ru/articles/312400/	
2.12.	Как закаляться. Обтирание и обливание	1				Отвечать на вопросы	Презентация-беседа	http://festival.1september.ru/articles/312400/	

2.13	Прививки от болезней	1				Отвечать на вопросы	Беседа	http://festival.1september.ru/articles/312400/
2.14	Что нужно знать о лекарствах	1				Отвечать на вопросы	Виртуальная экскурсия в аптеку	http://festival.1september.ru/articles/312400/
2.15	Как избежать отравлений	1				Отвечать на вопросы	Беседа-предупреждение	http://festival.1september.ru/articles/312400/
2.16	Правила безопасного поведения в доме, на улице, транспорте	1				Читать, выделять основную информацию	Беседа. Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/
2.17	КВН «Наше здоровье»	1	1			Участвовать в игре	Игра	http://festival.1september.ru/articles/312400/
Итого по разделу		17						
Раздел 3. Нравственное здоровье								
3.1.	Умей себя вести. Уроки этикета	1				Использовать правила этикета	Практическое занятие	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.2.	«Если вы вежливы»	1	1			Участвовать в игре	Сюжетно-ролевая игра	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.3.	Как относиться к подаркам? Я принимаю подарок. Я дарю подарок	1				Отвечать на вопросы	Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.4.	Как вести себя в гостях	1				Отвечать на вопросы	Беседа. Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.5.	Как вести себя в общественных местах	1				Составлять памятки	Беседа. Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.6.	Умеем ли мы разговаривать по телефону	1				Составлять диалоги	Беседа. Тренинг	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.7.	Спешите делать добрые дела .	1				Выполнять задания, участвовать в беседе	Беседа с элементами сюжетно-ролевой игры	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.8.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	1				Оценивать ответы	Беседа	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.9.	Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом	1				Объяснять свой выбор	Диспут	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.10	Как отучить себя от вредных привычек	1				Составлять памятки	Интерактивная беседа	http://festival.1september.ru/articles/312400/
3.11	Проект «Мы за здоровый образ	1	1			Выполнять задание игры	Игровая программа	http://festival.1september.ru/articles/312400/

	жизни»						les/312400/
Итого по разделу		11					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	2			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	6 «А»	6 «Б»	
1.	Вводное занятие « Здоровому все здорово»	1					Актуальный разговор
2.	«Эти сладкие чудо витамины». Значение фруктов для здоровья человека	1					Медиа - дегустация блюд из овощей
3.	Здоровая пища для всей семьи	1					Презентация семейного меню
4.	«Сбалансированное питание» Определяющая роль питания для формирования здорового образа жизни	1					Устный опрос
5.	«Вредные продукты» - за и против	1					Беседа-дискуссия
6.	Питание – необходимое условие для жизни человека	1	1				Конкурс-защита листовок о здоровом питании
7.	Режим дня – основа здорового образа жизни	1					Беседа
8.	Составление индивидуального режима дня	1		1			Практическое занятие
9.	На зарядку становись	1					Игровая программа
10.	Инфекционные заболевания. Соблюдение правил личной гигиены - условие борьбы с инфекционными заболеваниями	1					Беседа с элементами инструктажа. Встреча со школьной медсестрой
11.	«Происки колдуна инфекции»	1					Инсценировка
12.	«Береги платье снову, а здоровье смолоду». Вредные привычки и их пагубное влияние	1					Круглый стол с элементами викторины
13.	Меняю сигарету на конфету	1					Беседа-презентация. Конкурс рисунков «Мы против вредных привычек»
14.	Умей сказать нет. Тренинг безопасного	1					Тренинг

	поведения						
15.	Глаза - главные помощники человека	1					Беседа. Тренинг
16.	Уход за зубами	1					Час информации
17.	Сон – лучшее лекарство	1					Урок здоровья
18.	Как закаляться. Обтирание и обливание	1					Презентация-беседа
19.	Прививки от болезней	1					Беседа
20.	Что нужно знать о лекарствах	1					Виртуальная экскурсия в аптеку
21.	Как избежать отравлений	1					Беседа-предупреждение
22.	Правила безопасного поведения в доме, на улице, транспорте	1					Беседа. Тренинг
23.	КВН «Наше здоровье»	1	1				Игра
24.	Умей себя вести. Уроки этикета	1		1			Практическое занятие
25.	«Если вы вежливы»	1					Сюжетно-ролевая игра
26.	Как относиться к подаркам? Я принимаю подарок. Я дарю подарок	1					Тренинг
27.	Как вести себя в гостях	1					Беседа. Тренинг
28.	Как вести себя в общественных местах	1					Беседа. Тренинг
29.	Умеем ли мы разговаривать по телефону	1					Беседа. Тренинг
30.	Спешите делать добрые дела .	1					Беседа с элементами сюжетно-ролевой игры
31.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки	1					Беседа
32.	Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом	1					Диспут
33.	Как отучить себя от вредных привычек	1					Интерактивная беседа
34.	Проект «Мы за здоровый образ жизни»	1	1				Защита проекта
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	2			

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». - 205 с.
2. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – № 12 – С. 3–6.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, - / Мастерская учителя.
4. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
5. Захаров, А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
6. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – № 11. – С. 75–78.
7. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, – 124 с.
8. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, – / Мастерская учителя.
9. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, – 134 с.
10. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
11. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, – 112 с.
12. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, – 268 с.
13. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - с.57.
14. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – 120 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://festival.1september.ru/articles/312400/>

<http://festival.1september.ru/articles/519723/>
