

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
С.БЕРЕЗИНА РЕЧКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»

---

Согласовано	УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УВР <i>Преобр</i> /Е.И.Преображенская/ «30» августа 2023 г.	Директор МАОУ «СОШ с.Березина Речка» <i>Преобр</i> /Е.В.Репрынцева/ Приказ № 8 от «30» августа 2023 г.



**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
естественнонаучной направленности  
«Азбука здоровья»  
начального общего образования  
для обучающихся 8-9 лет**

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
Шатохина Е.В,  
учитель биологии и экологии

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа предназначена на формирование у детей установки на жизнь как высшую ценность, обучение бережному отношению к себе и своему здоровью, стремлению творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

**Направленность ( профиль программы)** естественнонаучная

**Уровень программы:** ознакомительный

**Актуальность программы** определена тем, что учащиеся должны иметь мотивацию к формированию культуры здоровья, стремиться развивать свои знания по ведению здорового образа жизни.

**Новизна программы** заключается в том, что в нее включено большое количество заданий на формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что в нее включены условия для повышения мотивации к формированию культуры здоровья и стремления развивать знания по ведению здорового образа жизни обучающихся.

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что она разработана на основе программы факультативного курса «Азбука здоровья» Умнягина Е.Г. для младших школьников, программы курса валеологии «Расти здоровым» Борисовой У.С., образовательной программы по валеологии для начальной школы Мелентьевой М.С., Раицкого А.А., «Валеологическое образование в начальной школе» Басовой Е.Д., «Школа докторов Природы или 34 уроков здоровья» Л. А.Обуховой, Н. А. Лемяскиной для 1-4 классов.

Программа курса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

## **Цель и задачи программы**

Цель программы – формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

### **Задачи:**

#### **задачи в обучении:**

- осознанно выбирать модель поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- обучать правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- обучать элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения своего здоровья..

#### **задачи в развитии:**

Развивать коммуникативные умения младших школьников с применением коллективных форм организации занятий и использованием современных средств обучения;

#### **задачи в воспитании:**

Воспитывать потребность в здоровом образе жизни

Воспитывать навыки позитивного коммуникативного общения

**Данная ДООП опирается на общедидактические принципы образовательного процесса:**

- Принцип доступности
- Принцип индивидуальности
- Принцип развития
- Принцип системности во взаимодействии и взаимопроникновении базового и дополнительного образования.
- Принцип личностной значимости
- Принцип деятельностного подхода
- Принцип поддержки инициативности и активности
- Принцип открытости
- Принцип наглядности системы.
- Принцип оздоровительной направленности

- Принцип оздоровительной направленности
- Принцип формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей

**Программа предусматривает следующую организацию образовательного процесса:** групповые занятия, продолжительностью 1 час в неделю.

**Форма организации обучения:** очная

**Возраст:** программа рассчитана на детей 8-9 лет.

**Срок освоения:** 1 год.

**Объем программы и режим работы:** 34 часа, 1 раз в неделю.

**Категория учащихся по программе:** возраст учащихся 8-9 лет.

**Срок реализации программы:** 1 год.

Год обучения	Количество человек	Возраст	Режим занятий
1 год обучения	19 человек	8-10 лет	1 час в неделю, итого в год 34 часа.

### **Формы и режим занятий:**

#### **Форма обучения:**

– очная (сочетание аудиторных и выездных занятий) или очно-дистанционная (сочетание очных занятий и электронного обучения) или дистанционная (обучение с использованием дистанционных образовательных технологий).

#### **Режим занятий:**

занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (время занятий включает 60 мин. учебного времени и обязательный 15-минутный перерыв);

### **Планируемые результаты реализации программы результаты освоения**

#### **ДООП «Азбука здоровья»**

#### **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.

**Уметь:**

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

**В результате обучения ребёнок будет Знать:**

- как заботиться об органах чувств,
- правильно ухаживать за зубами, руками и ногами
- правильному питанию
- как сон сделать полезным
- знакомятся с правилами поведения в школе

**Уметь:**

- понимать и выполнять несложные обобщения и использовать их для получения новых знаний;
- применять полученные знания в измененных условиях;

**В результате обучения ребёнок будет**

**Знать:**

- правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, на воде;
- правила обращения с огнём;
- как уберечься от поражения электрическим током;
- как уберечься от порезов, ушибов, переломов.
- правилам оказания первой медицинской помощи

**Уметь:**

- взаимодействовать между собой на уровне класса
- применять практическое подтверждение приобретённых гигиенических знаний, участвуя в различных мероприятиях

**В результате обучения у ребёнка будет**

**Развита:**

- необходимость знаний безопасного поведения

**Воспитана:**

- коммуникативная способность детей;
- культура здорового и безопасного образа жизни .

**Планируемые результаты реализации программы:****Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):**

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях

**Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):**

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания.

**Предметные результаты****Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):**

- основных вопросов гигиены
- основы рационального питания способы сохранения и укрепление здоровья
- заботиться о своем здоровье

**Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его
- заботиться о своем здоровье
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания.

**Личностные результаты:****Программные требования к уровню воспитанности:**

воспитание чувства справедливости, ответственности.

**Программные требования к уровню развития:**

- развитие самостоятельности суждений
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;

## **Метапредметные результаты:**

- формирование основных вопросов гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушнокапельным 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 укрепление 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.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- 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;
- 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;

### **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:**

**В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:**

- входной контроль (сентябрь; викторина);
- текущий контроль (в течение всего учебного года; творческие работы, тесты);
- промежуточный контроль (январь; тест);
- итоговый контроль (май, защита проекта).

### **Критерии оценки учебных результатов программы:**

- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- широта кругозора;
- свобода восприятия теоретической информации;
- развитость практических навыков работы со специальной литературой;
- осмысленность и свобода использования специальной терминологии;
- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;
- качество выполнения практического задания;
- культура организации своей практической деятельности;
- культура поведения;
- творческое отношение к выполнению практического задания.

### **Способы фиксации учебных результатов программы:**

педагогическое наблюдение, мониторинг, анализ результатов.

### **Методы выявления результатов воспитания:**

наблюдение;

беседа;

освоение терминологии, которая пригодится в дальнейшей работе;

### **Методы выявления результатов развития:**

беседа;

проектная деятельность;

самостоятельная работа;



работа в парах, в группах;  
творческие работы;  
дидактические игры.

### **Формы подведения итогов реализации программы:**

оценка результатов каждого учащегося производится по уровню активности и заинтересованности на занятиях. Проводится статистика посещаемости занятий, сохранение контингента учеников, наблюдение, анализ итоговых мероприятий, анализ продуктов деятельности педагога и учащегося.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.**

### **УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН**

#### **2 класс**

1 час в неделю (34 часа в год)

1 четверть – 9 часов;      2 четверть – 9 часов;

3 четверть – 8 часов;      4 четверть – 8 часов.

№ урока	Наименование разделов и тем	Количество часов		Формы контроля
		теория	практика	
<b>I Введение «Вот мы и в школе».</b>				
1.1	Что мы знаем о ЗОЖ.	0.5	0.5	Конкурс загадок
1.2	По стране Здоровейке.	0.5	0.5	Игра-путешествие
1.3	В гостях у Мойдодыра.	0.5	0.5	инсценирование
1.4	Я хозяин своего здоровья	0.5	0.5	Конкурс загадок
<b>II Питание и здоровье.</b>				
2.1	Правильное питание – залог здоровья. Меню из трех блюд на всю жизнь.	0.5	0.5	Конкурс рисунков
2.2	Культура питания. Этикет	0.5	0.5	Конкурс рисунков
2.3	Спектакль «Я выбираю кашу».	0.5	0.5	Просмотр спектакля
2.4	«Что даёт нам море».	0.5	0.5	Конкурс рисунков
2.5	Светофор здорового питания.	0.5	0.5	Игра путешествие
<b>III Моё здоровье в моих руках.</b>				
3.1	Сон и его значение для здоровья человека.	0.5	0.5	Деловая игра

3.2	Закаливание в домашних условиях.	0.5	0.5	Час здоровья
3.3	День здоровья «Будьте здоровы».	0.5	0.5	День здоровья
3.4	Иммунитет.	0.5	0.5	Урок - практикум
3.5	Иммунитет.	0.5	0.5	тест
3.6	Беседа «Как сохранять и укреплять свое здоровье».	0.5	0.5	Круглый стол
3.7	Спорт в жизни ребёнка.	0.5	0.5	Час здоровья
3.8	Слагаемые здоровья.	0.5	0.5	круглый стол
3.9	Слагаемые здоровья.	0.5	0.5	Конкурс рисунков
<b>IV Я в школе и дома.</b>				
4.1	Я и мои одноклассники.	0.5	0.5	«Умники и умницы» КВН
4.2	Почему устают глаза?	0.5	0.5	Упражнения для глаз
4.3	Гигиена позвоночника. Сколиоз.	0.5	0.5	Упражнения для осанки
4.4	Шалости и травмы.	0.5	0.5	Игровые конкурсы
4.5	«Я сажусь за уроки». Переутомление и утомление.	0.5	0.5	Деловая игра
4.6	Умники и умницы.	0.5	0.5	Интеллектуальная игра
<b>V Чтоб забыть про докторов.</b>				
5.1	Кукольный спектакль С. Преображенский «Огородники».	0.5	0.5	Просмотр спектакля
5.2	Как защитить себя от болезни(Выставка рисунков).	0.5	0.5	Деловая игра Выставка рисунков
5.3	День здоровья. «Самый здоровый класс».	0.5	0.5	День здоровья
5.4	«Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусности.	0.5	0.5	Деловая игра

<b>VI Я и моё ближайшее окружение.</b>				
6.1	Мир эмоций и чувств.	0.5	0.5	Выставка рисунков
6.2	Вредные привычки.	0.5	0.5	Просмотр видеофильма и обсуждение
6.3	Игра «Веснянка».	0.5	0.5	Урок-игра
6.4	В мире интересного.	0.5	0.5	Урок-практикум
<b>VII «Вот и стали мы на год взрослей».</b>				
7.1	Я и опасность.	0.5	0.5	Деловая игра
7.2	Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы».	0.5	0.5	Урок-практикум
7.3	Первая помощь при отравлении.	0.5	0.5	Урок-практикум
7.4	Наши успехи и достижения.	0.5	0.5	Интеллектуальная игра
7.5	Наши успехи и достижения.	0.5	0.5	
	Итого	19	19	

## Содержание учебно-тематического плана

### 2 класс

#### 1 раздел. «Вот мы и в школе»

Тема 1.1. Что мы знаем о ЗОЖ

Теория: Беседа по теме.

Практика: Загадки, пословицы, поговорки, песни о здоровье.

Тема 1.2. По стране Здоровейке.

Теория: Беседа по теме

Практика: игра- путешествие

Тема 1.3. В гостях у Мойдодыра.

Теория: Беседа по теме

Практика: Разыгрывание сценок.

Тема 1.4. Я хозяин своего здоровья.

Теория: Беседа по теме

Практика: конкурс загадок

## **2 раздел. «Питание и здоровье»**

Тема 2.1. Правильное питание – залог здоровья. Меню из трех блюд на всю жизнь.

Теория: Беседа по теме

Практика: конкурс рисунков

Тема 2.2. Культура питания. Этикет.

Теория: Беседа по теме.

Практика: конкурс рисунков «Продукты для здоровья»

Тема 2.3. Спектакль «Я выбираю кашу».

Теория: Беседа по теме.

Практика: Просмотр и разыгрывание сценок.

Тема 2.4. «Что даёт нам море».

Теория: Беседа по теме.

Практика: конкурс рисунков.

Тема 2.5. Светофор здорового питания.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игра-путешествие

## **3 раздел. Моё здоровье в моих руках.**

Тема 3.1. Сон и его значение для здоровья человека.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы доктора Айболита»

Тема 3.2. Закаливание в домашних условиях.

Теория: Беседа по теме.

Практика: час здоровья оздоровительные минуты

Тема 3.3. День здоровья «Будьте здоровы».

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья.

Тема 3.4 . Иммунитет.

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок- практикум «Сезонные изменения и как их принимает человек».

Тема 3.5 . Иммунитет.

Теория: Беседа по теме.

Практика: тест

Тема 3.6 . «Как сохранять и укреплять свое здоровье».

Теория: Беседа по теме.

Практика: круглый стол «Я хозяин своего здоровья»

Тема 3.7 . Спорт в жизни ребёнка.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Оздоровительные минутки.

Тема 3.8 . Слагаемые здоровья.

Теория: Беседа по теме.

Практика: круглый стол

Тема 3.9 . Слагаемые здоровья.

Теория: Беседа по теме.

Практика: конкурс рисунков

#### **4 раздел. Я в школе и дома.**

Тема 4.1. Я и мои одноклассники.

Теория: Беседа по теме.

Практика: КВН «Умники и умницы»

Тема 4.2. Почему устают глаза?

Теория: Беседа по теме

Практика: упражнения для глаз

Тема 4.3. Гигиена позвоночника. Сколиоз.

Теория: Беседа по теме.

Практика: упражнения для осанки

Тема 4.4. Шалости и травмы.

Теория: Беседа по теме.

Практика: игровые конкурсы

Тема 4.5. «Я сажусь за уроки». Переутомление и утомление.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита»

Тема 4.6. Умники и умницы.

Теория: Беседа по теме.

Практика: интеллектуальная игра

#### **5 раздел. Чтоб забыть про докторов.**

Тема 5.1. Кукольный спектакль С. Преображенский «Огородники».

Теория: Беседа по теме.

Практика: просмотр спектакля.

Тема 5.2. Как защитить себя от болезни.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита». Выставка рисунков.

Тема 5.3. «Самый здоровый класс».

Теория: Беседа по теме.

Практика: День здоровья (комплекс упражнений)

Тема 5.4. «Разговор о правильном питании». Вкусные и полезные вкусы.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Советы Доктора Айболита»

#### **6 раздел. Я и моё ближайшее окружение.**

Тема 6.1. Мир эмоций и чувств.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Выставка рисунков «Моё настроение».

Тема 6.2. Вредные привычки.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Вопросы и ответы»

Тема 6.3. Вредные привычки.

Теория: Беседа по теме.

Практика: тест

Тема 6.4. Игра «Веснянка».

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок – игра «Веснянка»

Тема 6.5. В мире интересного.

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок –практикум

**7 раздел. «Вот и стали мы на год взрослей».**

Тема 7.1. Я и опасность.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Деловая игра «Скорая помощь»

Тема 7.2. Чем и как можно отравиться. Кукольный спектакль А.Колобова «Красивые грибы».

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок - практикум

Тема 7.3. Первая помощь при отравлении.

Теория: Беседа по теме.

Практика: урок -практикум

Тема 7.4. Наши успехи и достижения.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Интеллектуальная игра «Вопросы и ответы»

Тема 7.5. Наши успехи и достижения.

Теория: Беседа по теме.

Практика: Диагностика. \_\_

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Занятия по Программе должны осуществляться в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14.

Требования к мебели: мебель (учебные столы и стулья) должны быть стандартными, комплектными и иметь маркировку, соответствующую ростовой группе.

Требования к оборудованию учебного процесса: для успешной реализации Программы необходимо материально-техническое обеспечение: персональный компьютер, принтер и мультимедийный проектор.

Требования к помещению учебного процесса: помещение для проведения занятий должно быть светлым. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения.

## **Методические особенности реализации программы**

### **Педагогическое обоснование содержания программы:**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» состоит из 7 разделов:

- «Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма;
- «Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
- «Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
- «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона;
- «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма;
- «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома;
- «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

Методики / технологии обучения: проблемное обучение, игровые методы, информационные технологии.

**Формы учебной работы:** групповые, индивидуальные, фронтальные, парные.

### **Воспитывающая деятельность**

Содержательные направления воспитательной работы:

Методы воспитания:

методы формирования сознания (методы убеждения);

методы организации деятельности и формирования опыта поведения;

методы стимулирования поведения и деятельности.

Методики / технологии воспитания:

Формы воспитательной работы: мероприятия, дела, конкурсы, игры.

Развивающая деятельность

Содержательные направления развивающей деятельности: познавательно-речевое, социально-личностное.

Методы развития: практикум, работа с информацией.

Методики / технологии развития: технология проблемного обучения, информационные технологии, тестовые.

### **Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

#### **Перечень методических материалов к программе**

Название учебного раздела (учебной темы)	Название и форма методического материала
Раздел 1. <b>«Вот мы и в школе».</b>	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.); учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)
Раздел 2. <b>Питание и здоровье.</b>	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.); учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию



	общего кругозора ребенка и т.д.)
<p>Раздел 3.</p> <p><b>Моё здоровье в моих руках.</b></p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы)</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал )</p>
<p>Раздел 4.</p> <p><b>Я в школе и дома.</b></p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал )</p>
<p>Раздел 5.</p> <p><b>Чтоб забыть про докторов.</b></p>	<p>картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);</p> <p>учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)</p> <p>дидактические пособия (карточки, раздаточный материал )</p>

	материал )
Раздел 6. <b>Я и моё ближайшее окружение.</b>	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);  учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)
Раздел 7. <b>«Вот и стали мы на год взрослей».</b>	картинные и картинно-динамические (компьютерные презентации, слайды); смешанные (видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);  учебники и учебные пособия (тематические подборки по истории предмета, по развитию общего кругозора ребенка и т.д.)

### **Организационно-педагогические условия реализации программы.**

Персональный компьютер.

Мультимедийный проектор.

Магнитная доска.

Натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, вода, аптечка, зубные щетки и т.д).

Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и т.д.

Аудиозаписи.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Для учителя:

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья./ Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2013.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Разговор о правильном питании./ Методическое пособие. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2012.
3. Зайцев Г., Зайцев А. Твоё здоровье. – С Пб., 2008.
4. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 классы. – М.: ВАКО, 2004.
5. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1 11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
6. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Школа докторов природы. М.: ВАКО, 2011.
7. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1 4 класса. М.: Вако, 2007. 176с. / Мозаика детского отдыха.
8. Педагогика здоровья. Программа и методическое пособие для учителей начальных классов/ Под ред. В. Н. Касаткина. – М.: Линка Пресс, 2000.
9. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
10. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 2003, с.57.
11. Шатохина Л.Ф. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса./ Под ред. Л.Ф. Шатохиной – М.: Полимед, – 2005.
12. Этикет и сервировка праздничного стола. М., 2002. 400 с.
13. Якиманская, И.С. Личностно ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.

### Для учащихся:

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А.. Разговор о правильном питании./ Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМАПРЕСС, 2012.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А.. Две недели в лагере здоровья. Рабочая тетрадь для школьников. – М.: ОЛМАПРЕСС Инвест, 2014.
3. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М.: АСТ, 2009.
4. Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 2010

**Интернет сайты:**

1. Борисова У.С. Программа курса валеологии «Расти здоровым». <http://festival.1september.ru/articles/312400/>
2. Басова Е.Д. Валеологическое образование в начальной школе//Управление начальной школой. № 2, 2010.
3. Мелентьева М.С., Раицкий А.А. Образовательная программа по валеологии (для начальной школы). <http://festival.1september.ru/articles/213370/>
4. Умнягина Е.Г. Программа курса «Азбука здоровья» для младших школьников. <http://festival.1september.ru/articles/519723/>