**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом №\_\_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014г.

Директор МОУ Рогачевской средней

общеобразовательной школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.А.Курачева

Рабочая программа

внеурочной деятельности учащихся 2 класса

«Здоровей-ка»

на 2014-2015 учебный год

Составитель:

Швецова Лариса Валентиновна, учитель начальных классов

высшей квалификационной категории,

2014г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по спортивно-оздоровительному направлению

**«Здоровей-ка» 2 класс**

**Пояснительная записка**

**1.Нормативные документы**

Рабочая программа клубного часа «Здоровей-ка» составлена в соответствии с Федеральным законом N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г., Основной образовательной программой начального общего образования МОУ Рогачевской средней общеобразовательной школы (для 1-4 классов), календарного учебного графика, примерных программ по внеурочной деятельности Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / [В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.]; под ред. В.А. Горского. – М.: Просвещение, 2010), с использованием методического пособия Безруких М.М., Макеевой А.Г., Филипповой Т.А. «Разговор о здоровье и правильном питании» (Разговор о здоровье и правильном питании / Методическое пособие. - М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014. – 80с.).

**2**. **Общая характеристика программы «Здоровей-ка»**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

Программа 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.

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Подобное содержание отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивания взаимное влияние интеллектуальных способностей, коммуникативных умений, потребности в соблюдении личной гигиены, необходимости закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности, умения оказывать первую доврачебную помощь на пропедевтическом уровне на общее благополучие человека и его успешность в различного рода деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» состоит из четырёх частей:

* **1 класс** «Первые шаги к здоровью»: первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене, ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими.
* **2 класс** «Если хочешь быть здоров»: культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.
* **3 класс** «По дорожкам здоровья»: интеллектуальные способности, личная гигиена и здоровье, понятие о микробах, вредные привычки и их профилактика, применение лекарственных растений в профилактических целях.
* **4 класс** «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена школьной одежды, профилактика вредных привычек, культура эмоций и чувств.

Содержание программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» отражает социальную, психологическую и соматическую характеристику здоровья. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

**Основная идея программы** заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

**3. Учебно-методический комплект**

Для проведения занятий разработан **учебно-методический комплект**, состоящий из следующих учебных пособий:

* для учителя - Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Разговор о здоровье и правильном питании / Методическое пособие.-М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014. – 80с.
* для учеников - Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о здоровье и правильном питании / Рабочая тетрадь.-М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014г.

**4. Цель и задачи программы «Здоровей-ка»**

**Цель программы:** формирование основ культуры здорового образа жизни.

З**адачи:**

***Формирование:***

* представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
* навыков конструктивного общения;
* потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

***Обучение:***

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

**5. Ценностные ориентиры содержания обучения**

В основу изучения курса положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности курса «Здоровей-ка» первого года обучения ориентированы на первый уровень результатов.

**Первый уровень результатов** — приобретение школьниками знаний о правилах ведения ЗОЖ, об основных нормах гигиены, о принятых в обществе нормах поведения и общения, о технике безопасности на занятиях и правилах бесконфликтного поведения, о принятых в обществе нормах отношения к природе, к окружающим людям; об ответственности за слова, поступки и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Одним из результатов обучения риторике является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

**Ценность жизни** **и человека** – осознание ответственности за себя и других людей, своего и их душевного и физического здоровья; ответственность за сохранение природы как среды обитания.

**Ценность общения** – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.

**Ценность добра и истины** – осознание себя как части мира, в котором люди соединены бесчисленными связями, основывается на признании постулатов нравственной жизни, выраженных в заповедях мировых религий и некоторыми атеистами (например, *поступай так, как ты бы хотел, чтобы поступали с тобой; не говори неправды; будь милосерден и т.д.*).

**Ценность семьи –** понимание важности семьи в жизни человека, взаимопонимание и взаимопомощь своим родным; осознание своих корней; уважительное отношение к старшим, их опыту, нравственным идеалам.

**Ценность труда и творчества** – признание труда как необходимой составляющей жизни человека, творчества как вершины, которая доступна любому человеку в своей области.

**Ценность социальной солидарности –** обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности и патриотизма** – осознание себя как члена общества; желание служить Родине, своему народу; любовь к природе своего края и страны, восхищение культурным наследием предшествующих поколений.

**6. Место развивающего курса в учебном плане**

Клубный час «Здоровей-ка» введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления и реализуется в рамках внеурочной деятельности.

Авторская программа, включенная в данный курс, представляет систему занятий для учащихся 1-2 классов в размере 15 часов и может быть реализован как за один учебный год, так и за два года (1 класс – 7 часов, 2 класс – 8 часов).

Согласно учебному плану МОУ Рогачевской средней общеобразовательной школы на 2014-2015 учебный год на курс «Здоровей-ка» во 2 классе выделен 1 час в неделю, что составляет, согласно календарному графику МОУ Рогачевской средней общеобразовательной школы на 2014-2015 учебный год: во 2а классе – 32 часа, во 2б классе – 32 часа.

**7. Планируемые результаты освоения программы**

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка»

**ученик научится**:

* составлять индивидуальный режим дня;
* выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
* различать “полезные” и “вредные” продукты;
* определять последствия влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
* основам рационального питания;
* правилам оказания первой помощи;
* способам сохранения и укрепление здоровья;
* соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях.

**Ученик получит возможность научиться:**

* соблюдать индивидуальный режим дня;
* 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.

Использование комплекта «Разговор о правильном пи­тании» направлено на достижение следующих результа­тов:

* полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
* дети смогут оценивать себя (рацион, режим питания, режим дня) с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
* дети смогут планировать свой режим дня, учитывая важность физической активности, соблюдения гигие­нических правил и норм.

**8. Технологии преподавания и формы организации занятий**

Содержание программы, а также формы и методы ее реа­лизации носят игровой характер, что наиболее соответствует возрастным особенностям детей, обеспечивает условия для активного включения их в процесс обучения и стимулирует активное усвоение предъявляемых ценностных нормативов и навыков. Задания, предлагаемые в рабочей тетради, также ориентированы на творческую работу ребенка — самостоя­тельную или в коллективе.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника, представленных в Таблице 1.

Таблица №1 .

|  |  |
| --- | --- |
| **формы проведения занятия**  **и виды деятельности** | **тематика** |
| игры | «Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим!»,“Я б в спасатели пошел”,«Остров здоровья», «Состояние экологии и её влияние на организм человека» |
| беседы | «Полезные и вредные продукты», «Гигиена правильной осанки», «Доброречие», «Мой внешний вид – залог здоровья», «Как питались в стародавние времена», «Мода и школьные будни», «Как защититься от простуды и гриппа» |
| тесты и анкетирование | Чему мы научились за год, «Правильно ли вы питаетесь?», «Что мы знаем о здоровье», «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни», «Мои отношения к одноклассникам» |
| круглые столы | «Как сохранять и укреплять свое здоровье», «Мир моих увлечений» |
| школьные конференции | «В мире интересного» |
| просмотр тематических видеофильмов | «Как сохранить и укрепить зрение»,«Быстрое развитие памяти»,  «Человек», «Мышление и мы», «Клещевой энцефалит»,«Вредные и полезные растения» |
| экскурсии | «Сезонные изменения и как их принимает человек», «Природа – источник здоровья», «У природы нет плохой погоды» |
| дни здоровья, спортивные мероприятия | «Дальше, быстрее, выше», «Хочу остаться здоровым», «За здоровый образ жизни» |
| конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок | «В здоровом теле здоровый дух», «Моё настроение»  Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка»,  «Продукты для здоровья», «Мы за здоровый образ жизни»  «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья» |
| решение ситуационных задач | Культура питания. Этикет.Лесная аптека на службе человека  Вредные привычки |
| театрализованные представления, кукольный театр | Кукольный театр. Стихотворение «Ручеёк»  Кукольный спектакль К. Чуковский «Мойдодыр»  Спектакль С. Преображенский «Капризка»  Спектакль «Спеши делать добро» |
| участие в городских конкурсах «Разговор о правильном питании» | «Разговор о правильном питании», «Вкусные и полезные вкусности», «Хлеб всему голова», «Что даёт нам море» |

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровей-ка» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

**9. Содержание программы**

**Учебно-тематический план 2 года обучения**

**«Если хочешь быть здоров»**

**Цель:** культура питания и этикет, понятие об иммунитете, закаливающие процедуры, ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов | Количество часов  во 2а классе | Количество часов  во 2б классе |
|  | Введение «Вот мы и в школе». | 4 | 4 |
|  | Питание и здоровье | 5 | 5 |
|  | Моё здоровье в моих руках | 7 | 7 |
|  | Я в школе и дома | 6 | 6 |
|  | Чтоб забыть про докторов | 4 | 4 |
|  | Я и моё ближайшее окружение | 4 | 4 |
|  | «Вот и стали мы на год взрослей» | 2 | 2 |
| Итого: | | 32 | 32 |

**Содержание программы**

**Раздел 1 Введение «Вот мы и в школе» (4ч.)**

Определение понятия «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

**Раздел 2. Питание и здоровье (5ч.)**

Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питании; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.

**Раздел 3. Моё здоровье в моих руках ( 7ч.)**

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.

**Раздел 4. Я в школе и дома (6ч.)**

Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

**Раздел 5. Чтоб забыть про докторов ( 4 ч.)**

Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".

**Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (4 ч.)**

Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.

**Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» ( 2ч.)**

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода. Итоговая диагностика.

**10. Контроль уровня обученности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведение может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

**11. Календарно - тематическое планирование занятий курса «Здоровей-ка»**

**во 2 классе на 32 часа (1 недельный час по учебному плану)**

**на 2014-2015 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | № занятия | Наименование разделов и тем | Дата | | | | | |
| план | | | факт | | |
| 2а | 2б | | 2а | 2б | |
| **Введение «Вот мы и в школе» 4ч** | | | | | | | | |
| 1 | 1 | Что мы знаем о ЗОЖ | 01.09 | 01.09 | |  |  | |
| 2 | 2 | По стране Здоровейке | 08.09 | 08.09 | |  |  | |
| 3 | 3 | В гостях у Мойдодыра | 15.09 | 15.09 | |  |  | |
| 4 | 4 | Я хозяин своего здоровья | 22.09 | 22.09 | |  |  | |
| **Питание и здоровье 5ч** | | | | | | | | |
| 5 | 1 | *Время есть булочки* | 29.09 | 29.09 | |  |  | |
| 6 | 2 | Культура питания. Этикет. | 06.10 | 06.10 | |  |  | |
| 7 | 3 | Спектакль «Я выбираю кашу» | 13.10 | 13.10 | |  |  | |
| 8 | 4 | *Пора ужинать* | 20.10 | 20.10 | |  |  | |
| 9 | 5 | Светофор здорового питания | 27.10 | 27.10 | |  |  | |
| **Моё здоровье в моих руках 7ч** | | | | | | | | |
| 10 | 1 | *Весёлые старты* | 10.11 | | 10.11 |  | |  |
| 11 | 2 | Закаливание в домашних условиях | 17.11 | | 17.11 |  | |  |
| 12 | 3 | День здоровья «Будьте здоровы» | 24.11 | | 24.11 |  | |  |
| 13 | 4 | Иммунитет | 01.12 | | 01.12 |  | |  |
| 14 | 5 | *Как утолить жажду* | 08.12 | | 08.12 |  | |  |
| 15 | 6 | Спорт в жизни ребёнка. | 15.12 | | 15.12 |  | |  |
| 16 | 7 | Слагаемые здоровья | 22.12 | | 22.12 |  | |  |
| **Я в школе и дома 6ч** | | | | | | | | |
| 17 | 1 | *На вкус и цвет товарищей нет* | 29.12 | | 29.12 |  | |  |
| 18 | 2 | Почему устают глаза? | 12.01 | | 12.01 |  | |  |
| 19 | 3 | Гигиена позвоночника. Сколиоз | 19.01 | | 19.01 |  | |  |
| 20 | 4 | Шалости и травмы | 26.01 | | 26.01 |  | |  |
| 21 | 5 | *Что помогает быть сильным и ловким* | 02.02 | | 02.02 |  | |  |
| 22 | 6 | Умники и умницы | 09.02 | | 09.02 |  | |  |
| **Чтоб забыть про докторов 4ч** | | | | | | | | |
| 23 | 1 | *Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты* | 16.02 | | 16.02 |  | |  |
| 24 | 2 | Как защитить себя от болезни | 02.03 | | 02.03 |  | |  |
| 25 | 3 | День здоровья «Самый здоровый класс» | 23.03 | | 23.03 |  | |  |
| 26 | 4 | «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности | 30.03 | | 30.03 |  | |  |
| **Я и моё ближайшее окружение 4ч** | | | | | | | | |
| 27 | 1 | Мир эмоций и чувств. | 06.04 | | 06.04 |  | |  |
| 28 | 2 | Вредные привычки | 13.04 | | 13.04 |  | |  |
| 29 | 3 | Первая помощь при отравлении | 20.04 | | 20.04 |  | |  |
| 30 | 4 | В мире интересного | 27.04 | | 27.04 |  | |  |
| ***«Вот и стали мы на год взрослей» 2ч*** | | | | | | | | |
| 31 | 1 | Наши успехи и достижения | 18.05 | | 18.05 |  | |  |
| 32 | 2 | *Праздник здоровья* | 25.05 | | 25.05 |  | |  |
| Итого: | | | 32ч | | 32ч |  | |  |

**12. Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название пособия, автор, год издания** | **Вид пособия** |
| **Для учителя** | | |
| 1 | Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Разговор о здоровье и правильном питании / Методическое пособие.-М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014. – 80с. | Методическое пособие  (1-2 класс) |
| 2 | Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников [Текст]: методический конструктор: пособие для учителя / Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. – М.: Просвещение, 2010. – 223 с. – (Стандарты второго поколения) | Пособие для учителя |
| **Для учащихся** | | |
| 1 | Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о здоровье и правильном питании / Рабочая тетрадь.-М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014г. | Рабочая тетрадь для учеников 1-2 классов. |
| **Технические средства обучения** | | |
| 1 | DVD-плеер, (видеомагнитофон), телевизор | |
| 2 | цифровой фотоаппарат, цифровая камера (видеокамера) | |
| **Учебные пособия** | | |
| 1 | натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, строение глаза, виды грибы, зубные щетки, | |
| 2 | изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; | |
| 3 | 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» | |
| 4 | схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.; | |

**Литература**

1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
2. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
4. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
5. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
6. Безруких М.М. Две недели в лагере здоровья/ Методическое пособие для учителя. – М.:ОЛМА Медиа Групп, 2014.- 80 с.
7. Безруких М.М. Две недели в лагере здоровья: Рабочая тетрадь.- М.: ОЛМА Медиа Групп, 2014.- 74 с.
8. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
9. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 c.
10. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
11. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.

**СОГЛАСОВАНО:**

Протокол заседания школьного методического объединения учителей начальных классов от **28.08.2014г. № 01**

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В.Баранова

**29.08. 2014г.**

**СОГЛАСОВАНО:**

Протокол педагогического совета от **01.09.2014г. № 1**