

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Бурятия**

**МКУ Иволгинское районное управления образования**

**МОУ "Красноярская основная общеобразовательная школа "**

**РАССМОТРЕНО**


на педагогическом совете

Протокол №1

от «25» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора по  
УВР

 Акулова В.В.

«25» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

 Алсаева Д.П.

Приказ №1

от «01» сентября 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Здоровячок»**

**для 1 и 3 классов на 2023-2004 учебный год**

Составитель: Соловьева Екатерина Александровна

2023 год

с.Красноярово

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального компонента государственного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29.12.2012 №273ФЗ;
2. Закона Российской Федерации «Об образовании»;
3. Учебного плана МОУ «Красноярская ООШ» на 2023-2024 учебный год;
4. СанПиНа 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированным в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993);
5. Примерной программы по внеурочной учебной деятельности;
6. Основной общеобразовательной программы начального общего образования МОУ «Красноярская ООШ».

Здоровье современных школьников – серьёзная национальная проблема. На состояние здоровья ребёнка влияют многие факторы. Это и малоподвижный образ жизни, несбалансированное питание, отсутствие здорового образа жизни, неблагоприятная экологическая ситуация, и организация учебного процесса.

Актуальность данной проблемы возрастает в связи с тем, что первый скачок в увеличении числа детей, страдающих хроническими заболеваниями, по наблюдениям учёных, происходит в возрасте 7-10 лет. В этом возрасте ученики чаще подвержены болезням органов дыхания, расстройства обмена веществ, нарушению осанки. Поэтому учитель должен строить процесс обучения и воспитания с учётом возраста, пола, специфики развития организма, физиологических и психических процессов, использовать информацию по сохранению и укреплению здоровья в своей педагогической деятельности.

В младшем школьном возрасте должны закладываться основные навыки по формированию здорового образа жизни. Если ребёнок физически здоров, то он может успешно учиться в школе и справляться со всеми делами дома. Если ребёнок душевно здоров, то он обычно нравится самому себе таким, каков он есть, он удовлетворён своими достижениями и может делать

выводы из своих ошибок. Социально здоровый человек может устанавливать и поддерживать здоровые отношения с другими людьми, он уважает их права, умеет оказывать помощь людям и способен сам принять её, умеет выразить свои нужды и потребности так, чтобы они стали понятны окружающим. Только здоровый человек способен активно жить, успешно преодолевать трудности в учении. Большую помощь в этом окажут уроки здоровья.

Они направлены на формирование основ культуры здоровья детей, обеспечивают двигательную активность учащихся, знакомят их с рациональным питанием, помогают сплотить классный коллектив, приводят к улучшению психо-эмоционального состояния школьников, к изменению отношения к себе и собственному здоровью, воспитывают гигиеническую культуру, привычку к занятиям физкультурой и спо

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников на основе культурологического и личностно-ориентированного подходов.

**Цель данной программы** – формирование культуры здоровья обучающихся начальной школы.

Для достижения данной цели решаются следующие **задачи**:

- познакомить обучающихся с основными составляющими здорового образа жизни;
- обучить способам сохранения здоровья;
- способствовать формированию привычки выполнения физических упражнений, укрепляющих здоровье;
- развивать культуру двигательной активности;
- воспитывать нравственную культуру учащихся.

Цель и задачи программы уроков здоровья «Здоровячок!» по общекультурному направлению соответствуют требованиям ФГОС, а также целям и задачам основной образовательной программы школы № 44.

Целью реализации основной общеобразовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными

потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Уроки здоровья проводятся по следующей структуре:

1. Приветствие, разминка.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.
4. Рефлексия.

Программа «Здоровячок!» тесно связана с такими учебными дисциплинами как окружающий мир, литературное чтение, физическая культура, технология, изобразительное искусство. Уроки здоровья не являются обособленным (изолированным) звеном в системе формирования навыков здорового образа жизни, а дополняют и расширяют знания, приобретённые детьми на уроках окружающего мира, и развивают двигательные навыки, полученные на уроках физической культуры.

Таблица

Связь содержания программы с учебными предметами

<b>Учебная деятельность (базовые предметы)</b>	<b>Внеурочная деятельность</b>
<p><b>Окружающий мир</b> (УМК «Начальная школа XXI века», автор Н.Ф. Виноградова).</p> <p>Что такое здоровье. Твои помощники – органы чувств. Правила гигиены. О режиме дня. Правила поведения. Здоровая пища. Почему нужно правильно питаться. Почему нужно быть осторожным. Можно ли изменить себя? Если хочешь быть здоров, закаляйся! Какое бывает настроение.</p>	<p>Мы в Чистюлькине. Умывание и купание. Наши органы. Как научиться соблюдать режим дня. Соблюдаешь режим – бережешь здоровье. Посеешь привычку – пожнешь характер. Зачем человек питается. В гостях у витаминов. Режим питания. Правила поведения за столом. Здоровое питание – отличное настроение. Как правильно вести себя с незнакомыми людьми. Почему мы говорим неправду. Полезные и вредные привычки. Опасность в нашем доме. Правила безопасного поведения на улице. В транспорте. Тренинг безопасного поведения.</p>
<p><b>Литературное чтение</b> (УМК «Начальная школа XXI века», автор-</p>	<p>Разыгрывание сценок, подбор пословиц и поговорок, подбор и</p>

составитель Л.А. Ефросинина). Народная мудрость (малые фольклорные жанры). Сказки народные и авторские.	сочинение загадок, сказок.
<b>Физическая культура</b> (программа А.П. Матвеева) Комплексы утренней гимнастики. Подвижные игры.	Здоровье в порядке – спасибо зарядке. Игры. Спортивные путешествия. Спортивные эстафеты. Весёлые старты. Со спортом дружить – здоровым быть. Мы – спортивные ребята.
<b>Технология</b> (УМК «Начальная школа XXI века», автор Е.А. Лутцева) Что выращивают в доме и возле дома. Технология выращивания растений. Технологические операции.	Здоровье – овощи, ягоды, фрукты. Здоровая пища для всей семьи. Лепка овощей, фруктов.
<b>Изобразительное искусство</b> Реальность и фантазия	Конкурсы рисунков.

Для проведения уроков здоровья необходимы: помещение (это может быть классная комната), спортивный зал, спортивная площадка, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям. На уроках используется наглядность, для ряда занятий разработана видеопрезентация. Время использования компьютера и проектора не превышает допустимые санитарные нормы.

Работая по программе внеурочной деятельности, педагог может внести изменения и реализовать свои творческие идеи. Для более эффективного проведения занятий учитель начальных классов может привлекать к этой работе школьного медицинского работника, педагога, психолога, родителей, имеющих медицинское образование.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, которые соответствуют возрастным возможностям младшего школьника.

Форма организации работы обучающихся по программе в основном – коллективная, а также используются групповая и индивидуальная формы работы. Методы обучения, используемые при проведении теоретических занятий: беседа, демонстрация видеопрезентаций, игры, викторины. Методами проведения практических занятий являются: экскурсии, творческие конкурсы, спортивные соревнования, путешествия, тренинги, заочные путешествия, проектная деятельность и т.п. 80 % занятий проходят в активной форме.

Программа внеурочной деятельности «Здоровячок!» предназначена для обучающихся 1 и 3 классов. Данная программа рассчитана на 67ч. (1 ч в неделю). Количество часов: 1 класс-33ч., 3 класс-34ч.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Здоровячок!» состоит из 6-ти разделов:

- «Уроки Мойдодыра». Обучающиеся знакомятся с правилами личной гигиены.
- «Как живёт наш организм». Обучающиеся изучают особенности строения организма человека и его органов.
- «Правильное питание – залог здоровья». Обучающиеся знакомятся с правилами здорового питания.
- «Растём здоровыми». Обучающиеся изучают влияние здорового образа жизни на организм человека.
- «Сам себе я помогу и здоровье сберегу». У обучающихся развиваются навыки безопасного поведения.
- «Движение-это жизнь». У обучающихся развивается двигательная активность, формируется осознанная мотивация к занятиям физической культурой.

В содержании программы все разделы повторяются на протяжении 4-х лет обучения в школе, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, применению знаний о здоровом образе жизни на практике.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения по программе «Здоровячок!» у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа МОУ «Красноярковская ООШ» предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия: личностные, познавательные, регулятивные, коммуникативные;

- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

У учащихся будут сформированы **личностные УУД**:

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

У обучающихся будут сформированы **регулятивные УУД**:

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

У обучающихся будут сформированы **познавательные УУД**:

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

У обучающихся будут сформированы **коммуникативные УУД**:

- оформлять диалогическое высказывание в соответствии с требованиями речевого этикета;
- слушать и понимать речь других;
- стремиться к взаимопониманию между людьми;
- применять навыки делового сотрудничества, работая в паре, группе;
- работать в команде;
- распределять роли в игре, в спектакле, инсценировке;
- составлять устные небольшие монологические высказывания.

Программа внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Здоровячок» 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.

Контроль и оценка результатов освоения программы зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Оценка планируемых результатов освоения программы проводится во время проведения тренингов, практических занятий, игр-соревнований, викторин; использования тестовых материалов: «Оцени себя сам», «Оцени уровень своего физического развития», «Твоё здоровье», «Умеешь ли ты готовить уроки?», «Правильно ли вы питаетесь?» и др. Информационные, творческие проекты о здоровье, достижения учащихся оформляются в Портфолио учащегося начальной школы.

Итоговые занятия по окончании каждого года обучения проводятся в форме праздников, представления выполненных обучающимися проектов, спортивных путешествий и эстафет.

#### Учебно-тематический план для обучающихся 1-го класса

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		теория	практика
	<b>Уроки Мойдодыра-4ч</b>		
1	Здравствуй, Здравячок!	1	
2	Мы в Чистюлькине		1
3-4	Умывание и купание	1	1
	<b>Как живёт наш организм-5ч</b>		
5	Наши органы	1	
6-7	Каким образом мы видим	1	1
8-9	Как нужно заботиться о глазах	1	1
	<b>Правильное питание-залог здоровья-4ч</b>		
10-11	Зачем человек питается	1	1
12-13	В гостях у Витаминов	1	1
	<b>Растём здоровыми-9ч</b>		
14-15	В здоровом теле - здоровый дух	1	1
16	Когда мы плачем	1	
17-18	Щедрость и жадность	1	1
19	Почему мы говорим неправду	1	
20	Вредные привычки	1	
21	Почему дети грызут ногти	1	
22	Сон – лучшее лекарство	1	
	<b>Сам себе я помогу и здоровье себерегу-7ч</b>		

23-25	Как правильно вести себя с незнакомыми людьми	1	2
26	Что нужно делать, если что-то болит	1	
27	Что нужно знать о лекарствах	1	
28-29	Смотрим телевизор	1	1
	<b>Движение – это жизнь-4ч</b>		
30	Комплекс утренней гимнастики		1
31	Со спортом дружить - здоровым быть		1
32	Успей занять своё место		1
33	Мы – спортивные ребята		1

#### Учебно-тематический план для обучающихся 3-го класса

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

30	Спорт любить – здоровым быть		1
31	Народные игры		1
32-33	Быстрее, выше, сильнее		2
34	Эстафета Здоровячков		1

### Содержание программы 1-го класса

#### 1. Уроки Мойдодыра

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

#### 2. Как живёт наш организм

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

#### 3. Правильное питание-залог здоровья

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

#### 4. Растём здоровыми

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

#### 5. Сам себе я помогу и здоровье сберегу

Тренинг безопасного поведения «Как правильно вести себя с незнакомыми людьми. Игра-соревнование «Я в безопасности». «Что нужно делать, если что-то болит» (экскурсия в медкабинет). «Смотрим

телевизор» (игра «Полезно-вредно»). «Домашняя аптечка» (практическое занятие).

#### *6. Движение – это жизнь*

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

### **Содержание программы 3-го класса**

#### *1. Уроки Мойдодыра*

Игра-путешествие «В гостях у Гигиены». «Где чистота, там здоровье!» (сценка «Волшебная щёточка», конкурс загадок, игра «Полезно-вредно»).

#### *2. Как живёт наш организм*

«Скелет – наша опора» ( кроссворд «Скелет», упражнения для формирования правильной осанки). «Ослепительная улыбка»(игра «Найди верный ответ», конкурс рисунков о продуктах, полезных для зубов). Видеопрезентация «Как мы слышим». Как беречь орган слуха (экскурсия в медкабинет).

#### *3. Правильное питание-залог здоровья*

«Быть может еда, прибавляет года»(блиц-опрос учащихся 2-х,4-х классов). «Самые полезные продукты» (соревнование «Собери корзинку», конкурс загадок о продуктах). «Стоит ли верить рекламе?» (видеопрезентация «Что нам рекламируют», составление рекламы полезных продуктов по группам и её представление)

#### *4. Растём здоровыми*

Тренинг «Как сохранить и укрепить своё здоровье». «Сезонные изменения в природе и их влияние на здоровье» (игра-соревнование «Кто больше покажет»). «Труд и отдых»(беседа «Почему человеку необходимо отдыхать», тренинг «Как я отдыхаю». «Здоровье – богатство на все времена»(инсценировка сказки «В трёх соснах заблудились»).

#### *5. Сам себе я помогу и здоровье сберегу*

«Как организм защищает себя» (экскурсия в медкабинат). «Первая помощь при ушибах и порезах» (практическое занятие). «Опасность в нашем доме» (практическое занятие «Если кто-то постучался...»). «Правила безопасного поведения на улице, в транспорте» (викторина «Как вести себя на улице. В транспорте», экскурсия по городу).

#### *6. Движение – это жизнь*

Спортивная эстафета «Спорт любить – здоровым быть». Народные игры на спортивной площадке. Игра-эстафета «Быстрее, выше, сильнее». Спортивное соревнование «Эстафета Здоровячков» в спортзале.

### **Список литературы**

1. Багрова, Н. Г. Губительная сигарета [Текст] : классный час / Н. Г. Багрова // ПедСовет. – 2006. - № 4. – С. 12-13.
2. Багрова, Н. Г. Режим дня [Текст] : классный час / Н. Г. Багрова // ПедСовет. – 2007. - № 4. – С. 3-5.
3. Дорофеева, Н. Путешествие в зелёную аптеку [Текст] : занятие по экологии / Н. Дорофеева // Воспитание школьников. – 2004. - № 5. – С. 67-71.
4. Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья (1-5 классы) [Текст] / Н. И. Дереклеева. – М. : ВАКО, 2007. – 152 с.
5. Жук, Л. И. Ключи к здоровью [Текст] / Л. И. Жук. – Минск : Красико-Принт, 2007. – 128 с.
6. Капецкая, Г. А. Берегите здоровье! [Текст] / Г. А. Капецкая // Последний звонок. – 2007. - № 10. – С. 4-5.
7. Ковалько, В. И. Школа физкультминуток (1-4 классы) [Текст] : практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников / В. И. Ковалько. – М. : ВАКО, 2005. – 208 с.
8. Криволап, Н.С. Здоровье на тарелке [Текст] / Н.С. Криволап, О.А. Хаткевич. – Минск : Красико-Принт, 2005. – 128 с.
9. Кривош, Е. Н. Игра –путешествие «Откуда берутся грязнули?» [Текст] / Е. Н. Кривош // ПедСовет. – 2006. - № 10. – С. 12-14.
10. Крылова, И. Н. Береги здоровье смолоду! [Текст] : устный журнал / И. Н. Крылова // ПедСовет. – 2006. - № 10. – С. 8-10.
11. Кузьмина, М. В. Увлекательное путешествие в мир здорового образа жизни [Текст] : театрализованное представление для учащихся 2-4 классов / М. В. Кузьмина // ПедСовет. – 2007. - № 4. – С. 14-16.
12. Лисина, Н. В. Зубы и уход за ними [Текст] / Н. В. Лисина // Начальная школа. – 2004. - № 8. – С. 56-58.
13. Милейко, В. Ф. Игры и упражнения для укрепления здоровья детей [Текст] \ В. Ф. Милейко // ПедСовет. – 2006. - № 4. – С. 3-5.

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