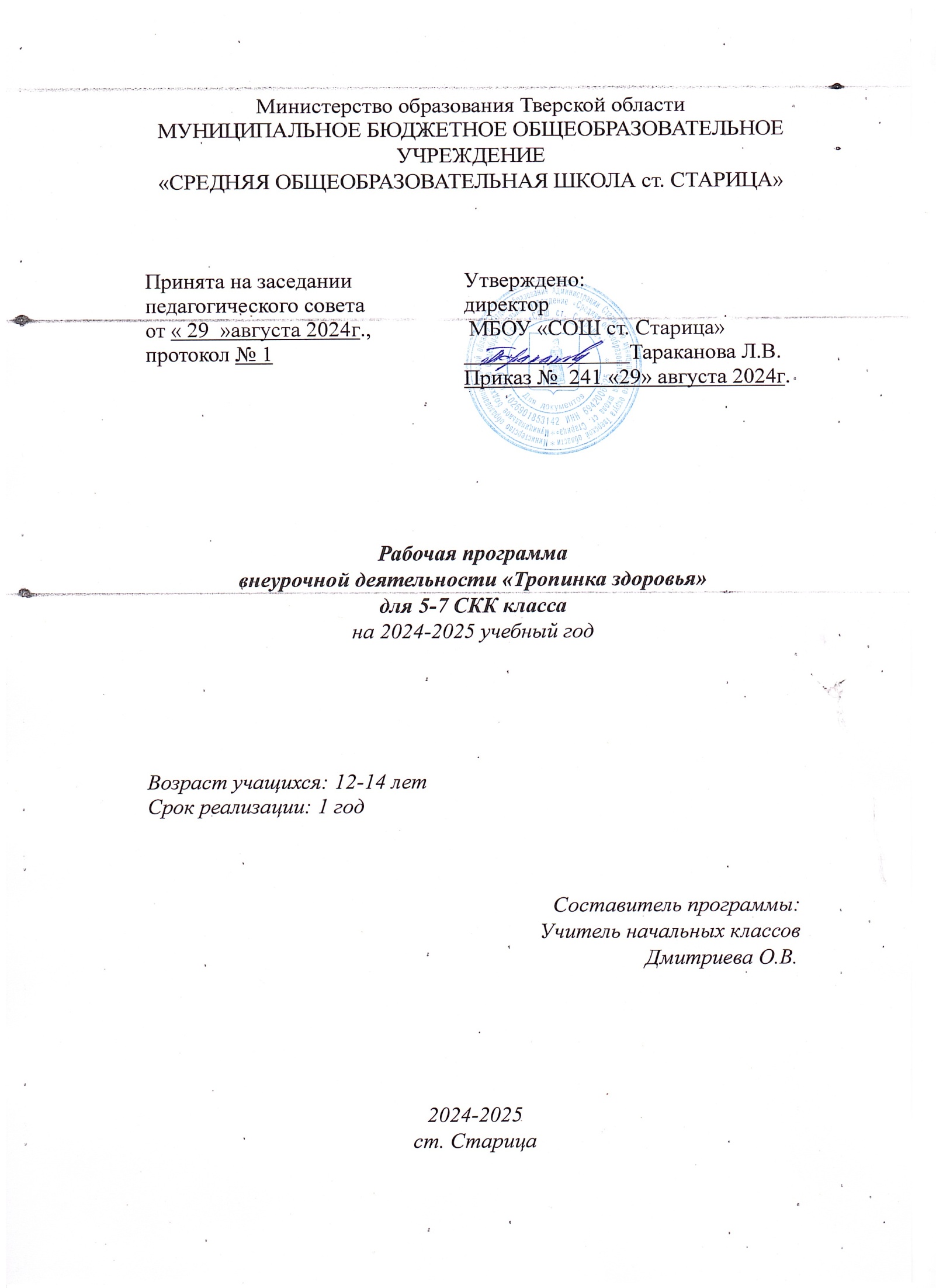
****

**Пояснительная записка**

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся 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 спортивно-оздоровительному направлению «Тропинки здоровья » 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, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной [образовательной программы](http://pandia.ru/text/category/obrazovatelmznie_programmi/).

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Тропинки здоровья» направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация учащихся. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

**Цели и задачи:**

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

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Тропинки здоровья» 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:***

Ø  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;

Ø  навыков конструктивного общения;

Ø  потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

***2.  Обучение:***

Ø  осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;

Ø  правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

Ø  элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

Ø  упражнениям сохранения зрения, играм.

**Сведения о программе:** Целью реализации основной образовательной программы среднего общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению шестиклассниками целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка среднего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья. Выстраивая предполагаемый образ выпускника школы, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием. А значит, образ выпускника - это не конечный результат, не итог в развитии личности, а тот базовый уровень, развитию и становлению которого должна максимально способствовать школа.

Следовательно, школьникв свете современного образовательного учреждения должен иметь устойчивый интерес к учению, наблюдательность, осведомленность, применять знания на практике, быть исполнительным, уверенным, инициативным, добросовестным, заботливым, аккуратным, правдимым, креативным, чувствовать доброту, иметь привычку к режиму, навыки гигиены, уметь согласовывать личное и общественное, иметь навыки самоорганизации, открытый внешнему миру.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья с учетом возрастных особенностей и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья школьников 11-13 лет.

**Обоснование выбора программы**: В нашей школе за последние годы накоплен опыт реализации здоровьесберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растет заболеваемость обучающихся, начиная с начальных классов. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение.

**Место программы в учебном плане:**Программа рассчитана на 34 часа, практических занятий 23 часа, теория 11 часов.

**Формы контроля:**Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих [работ](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni) 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, игры.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 или игры.

**Планируемые результаты реализации программы.**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровьяу обучающихся, формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения 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 (познавательные, регулятивные и 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.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному  направлению «Путешествие по тропе здоровья»  является формирование следующих умений:

* ***Определять*** и ***высказывать*** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, ***делать выбор,*** при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Мое здоровье» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. ***1. Регулятивные УУД:***

* ***Определять*** *и* ***формулировать*** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
* ***Проговаривать*** последовательность действий на уроке.
* Учить ***высказывать***своё предположение (версию) на основе [работы](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)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 класса на уроке.
* Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

***2. Познавательные УУД:***

* Делать предварительный отбор источников информации: ***ориентироваться*** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
* Добывать новые знания: ***находить ответы*** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
* Перерабатывать полученную информацию: ***делать*** выводы в результате совместной [работы](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni) всего класса.
* 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).
* Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

***3. 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](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

* осознание  обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром через игру и сотрудничество.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**Учебно- тематический план программы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов/ модулей, тем | Количество часов | | Характеристика деятельности обучающихся |
| 1 | 2 |
| Теория | Практика |
| 1 | Введение  «Вот мы и в школе». | 1 | 3 | Изучение правил поведения в школе, в школьной столовой. |
| 2 | Питание и здоровье | 3 | 2 | Изучение правил питания. |
| 3 | Моё здоровье в моих руках | 2 | 5 | Береги здоровье смолоду, как правильно отдыхать. |
| 4 | Я в школе и дома | 2 | 4 | Мой класс – моя комната, как дружить в школе? |
| 5 | Чтоб забыть про докторов | 1 | 3 | Правильное питание, соблюдаем свой режим. |
| 6. | Я и моё ближайшее окружение | 1 | 3 | От чего зависит мое настроение, сделай мир лучше. |
| 7. | «Вот и стали мы на год  взрослей» | 1 | 3 | Я и мое здоровье, флаг здоровья. |
|  | Итого 34 | 11 | 23 |  |

**Содержание программы.**

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

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

Тема 1.   «Здоровье и здоровый образ жизни» (1ч.).

*Тема 2.* Правила личной гигиены(1ч)

*Тема 3.* Физическая активность и здоровье(1ч*)*

*Тема 4.* Как познать себя (Текущий контроль знаний – За круглым [столом](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)).

***Раздел 2.   Питание и здоровье (5*** [*часов*](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)***.)***

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.

*Тема 1.* Питание необходимое условие для жизни человека

*Тема 2.* Здоровая пища для всей семьи

*Тема 3.* Как питались в стародавние времена  и питание нашего времени

*Тема 4.* Секреты здорового питания. Рацион питания

*Тема 5.* «Богатырская силушка» (Текущий контроль знаний – веселые старты).

***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.

*Тема 1.* Домашняя аптечка

*Тема 2.* «Мы за здоровый образ жизни»

*Тема 3.* Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»

*Тема 4.* «Береги зрение смолоду».

*Тема 5.* Как избежать искривления позвоночника

*Тема 6.* Отдых для здоровья

*Тема 7.* Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний – викторина.

***Раздел 4. Я в школе и дома (6  часов)***

Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена [одежды](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni), правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

*Тема 1.* «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»

*Тема 2.* «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»

*Тема 3.* Командная игра

*Тема 4.* Что такое дружба? Как дружить в школе?

*Тема 5.* Мода и школьные будни

*Тема 6.* Делу время, потехе [час](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni). (Текущий контроль знаний -  игра викторина).

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

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

*Тема 1.* Чтоб болезней не бояться, надо [спортом](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)заниматься

*Тема 2.* День здоровья  «За здоровый образ жизни».

*Тема 3.* Командная игра

*Тема 4.* «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»).

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

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.

*Тема 1.* Размышление о жизненном опыте

*Тема 2.* Вредные привычки и их профилактика

*Тема 3.* Школа и моё настроение

*Тема 4.* В мире интересного. (Текущий контроль знаний - итоговая диагностика).

***Раздел 7. «Вот и стали мы на год взрослей» (4 часа.)***

Первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода.

*Тема 1.* Я и опасность.

*Тема 2.* Игра «Мой горизонт»

*Тема 3.* Гордо реет флаг здоровья

*Тема 4.* «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни». (Итоговый контроль знаний - Диагностика.Составление книги  здоровья).

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности в 5 -7 СКК классах «Путешествие по тропе здоровья» 34 часа.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | дата | | Наименование разделов и дисциплин | Всего,  [час](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni). | В том числе | | | Форма  контроля |
| план | факт | лекции | выездные занятия, стажировки игры | практи-ческие  занятия |
| I |  |  | ***Введение  «Вот мы и в школе».*** | 4 | 1 |  | 3 |  |
| 1.1 |  |  | «Здоровье и здоровый образ жизни» | 1 |  |  | 1 |  |
| 1.2 |  |  | Правила личной гигиены | 1 |  |  | 1 |  |
| 1.3 |  |  | Физическая активность и здоровье | 1 | 1 |  |  |  |
| 1.4 |  |  | Как познать себя | 1 |  |  | 1 |  |
| II |  |  | ***Питание и здоровье*** | 5 | 3 |  | 2 |  |
| 2.1 |  |  | Питание необходимое условие для жизни человека | 1 | 1 |  |  |  |
| 2.2 |  |  | Здоровая пища для всей семьи | 1 |  |  | 1 |  |
| 2.3 |  |  | Как питались в стародавние времена  и питание нашего времени | 1 | 1 |  |  |  |
| 2.4 |  |  | Секреты здорового питания. Рацион питания |  | 1 |  |  |  |
| 2.5 |  |  | «Богатырская силушка» | 1 |  | 1 |  |  |
| III |  |  | ***Моё здоровье в моих руках*** | 7 | 4 |  | 3 |  |
| 3.1 |  |  | Домашняя аптечка | 1 | 1 |  |  |  |
| 3.2 |  |  | «Мы за здоровый образ жизни» | 1 | 1 |  |  |  |
| 3.3 |  |  | Марафон «Сколько стоит твоё здоровье» | 1 |  | 1 |  |  |
| 3.4 |  |  | «Береги зрение с молоду». | 1 |  |  | 1 |  |
| 3.5 |  |  | Как избежать искривления позвоночника | 1 |  |  | 1 |  |
| 3.6 |  |  | Отдых для здоровья | 1 | 1 |  |  |  |
| 3.7 |  |  | Умеем ли мы отвечать за своё здоровье | 1 |  |  | 1 | виктори  на |
| IV |  |  | ***Я в школе и дома*** | 6 | 3 |  | 3 |  |
| 4.1 |  |  | «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим» | 1 | 1 |  |  |  |
| 4.2 |  |  | «Класс не улица ребята  И запомнить это надо!» | 1 | 1 |  |  |  |
| 4.3 |  |  | Командная игра | 1 |  | 1 |  |  |
| 4.4 |  |  | Что такое дружба? Как дружить в школе? | 1 |  |  | 1 |  |
| 4.5 |  |  | Мода и школьные будни | 1 | 1 |  |  |  |
| 4.6 |  |  | Делу время , потехе [час](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni). | 1 |  | 1 |  | Игра |
| V |  |  | ***Чтоб забыть про докторов*** | 4 | 1 |  | 3 |  |
| 5.1 |  |  | Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься | 1 | 1 |  |  |  |
| 5.2 |  |  | День здоровья  «За здоровый образ жизни»С. | 1 |  | 1 |  |  |
| 5.3 |  |  | Командная игра | 1 |  | 1 |  |  |
| 5.4 |  |  | «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности | 1 |  |  | 1 | викторина |
| VI |  |  | ***Я и моё ближайшее окружение*** | 4 | 2 |  | 2 |  |
| 6.1 |  |  | Размышление о жизненном опыте | 1 | 1 |  |  |  |
| 6.2 |  |  | Вредные привычки и их профилактика | 1 | 1 |  |  |  |
| 6.3 |  |  | Школа и моё настроение | 1 |  | 1 |  | игра |
| 6.4 |  |  | В мире интересного. | 1 |  |  |  |  |
| VII |  |  | ***«Вот и стали мы на год  взрослей»*** | 4 | 2 |  | 2 |  |
| 7.1 |  |  | Я и опасность. | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.2 |  |  | Игра «Мой горизонт» | 1 |  | 1 |  |  |
| 7.3 |  |  | Гордо реет флаг здоровья | 1 | 1 |  |  |  |
| 7.4 |  |  | «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» | 1 |  |  | 1 |  |
|  |  |  | Итого: | 34 | 16 |  | 18 |  |

**Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

***1. Оборудование для  демонстрации мультимедийных презентаций:***[компьютер](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)

1. **. Список литературы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование объектов и средств материально - технического обеспечения | Количество |
| 1. | *Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)* | |
|  | Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М.  Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с. | 1 |
| Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6. | 1 |
| Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя. | 1 |
| Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с | 1 |
| Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78. | 1 |
| Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. :Вако, 2004. – 124 c. | 1 |
| Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя. | 1 |
| Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с. | 1 |
| Патрикеев, А.Ю.  Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха. | 1 |
| 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. | 1 |
| Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в [работе](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni) учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с | 1 |