

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Гимназия «Авиатор»**

**«Рассмотрено»**

Методист

/И.В.Анисимова/

ФИО

от «26» августа 2022 г.

**«Согласовано»**

Заместитель директора по ВР

МОУ «Гимназия «Авиатор»

/А.С.Максимова/

«26» августа 2021г.

**«Утверждено»**

Директор МОУ «Гимназия «Авиатор»

/О.В.Иванова/

ФИО

Приказ №162 от «30» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

кружка «Мы – за ЗОЖ»

**Анисимовой Ирины Васильевны**

учителя начальных классов высшей квалификационной категории

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол №1

от «29» августа 2022г.

2022-2023 учебный год

г. Саратов

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мы за ЗОЖ» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе следующих оздоровительных программ: «Валеология» (В.М. Мельничук), «Разговор о правильном питании» (М.М. Безруких), «Полезные привычки» (Родикова И.А.) в соответствии с требованиями ФГОС.

### **Актуальность программы**

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов начального образования относится сохранение и укрепление здоровья детей. ФГОС второго поколения определяет этот вопрос одним из приоритетных.

Чем выше уровень здоровья детей в современной школе, тем выше процент усвоения всей суммы знаний. Однако показатели последних лет говорят о снижении этого уровня.

### **Проблема**

Выявлено: усилилась перегрузка учащихся; увеличились случаи простудных и инфекционных заболеваний, одним из самых опасных на данный период является КОВИД -19; низкий уровень сформированности у учащихся и родителей представлений о здоровом образе жизни.

### **Новизна**

Образовательная программа внеурочной деятельности «Мы – за ЗОЖ» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья. Программа построена на основе культурологического и личностно ориентированного подхода. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

**Цель программы** - создание условий для повышения всех уровней здоровья учащихся (физического, психологического, нравственного).

### **Задачи программы:**

- сохранить и укрепить здоровье учащихся;
- создавать межличностную атмосферу в классе;
- формировать у ребёнка необходимые УУД по здоровому образу жизни, учить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- привлекать родителей, учителей, медицинских работников и общественность к решению вопросов оздоровления детей.

**Срок реализации** программы 2021-2025 год. Программа рассчитана на 4 года (1 час в неделю) на детей 7-11 лет

### **Основные принципы реализации программы:**

- Комплексный междисциплинарный подход – основа программы. Формирование единой команды специалистов (учитель, врач, администрация, общественность), занимающихся проблемами сохранения здоровья младших школьников в начальной школе (команда единомышленников).

- Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся – все, что происходит в начальной школе – от разработки планов, программ до проверки их выполнения, включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности, работу с родителями и др. - должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся.

- Принцип триединого представления о здоровье – подход к категории в соответствие с определением Всемирной организации здравоохранения, т. е. как к единству физического, психологического, нравственного.

- Принцип доступности и индивидуализации. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ребёнка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима, приобщение к разным формам познавательной активности. Таким образом, исключаются негативные и вредные последствия для организма учащихся вследствие чрезмерных требований и заданий.

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

- Принцип активного привлечения родителей к работе по сохранению и укреплению здоровья через различные виды родительских собраний, лекций, консультаций со специалистами, анкетирование, участие в жизни класса и школы и т. д.

### ***Реализация программы***

Реализация программы предполагается в три этапа:

*I этап:* Информационно-подготовительный. Создание организационно-правовых условий для формирования безопасной среды и здоровьесберегающих условий обучения школьников.

*II этап:* Внедренческий (Основной).

Реализация Программы в целом. Расширение образовательного потенциала деятельности школы, в том числе через работу секций дополнительного образования детей на базе ОУ и социальных партнеров. Стабилизация здоровья учащихся посредством мониторингов и анкетирования с участием родительской общественности.

*III этап:* Итогово-обобщающий. Анализ результатов внедрения Программы. Определение перспективных путей дальнейшего развития Программы.

### ***Планируемые результаты***

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

*Личностными результатами* 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* является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности на занятие с помощью учителя;

- проговаривать последовательность действий на занятие;

- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса;

- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*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 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.

*Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);

- слушать и понимать речь других;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

### *Требования к знаниям и умениям учащихся в процессе реализации программы*

В ходе реализации образовательной программы внеурочной деятельности «Мы – за ЗОЖ» учащиеся должны *знать*:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным 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.

#### *Уметь:*

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- 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.

#### *Оздоровительные результаты программы:*

- снижение случаев простудных заболеваний;
- повышение уровня физического и психологического здоровья учащихся;
- повышение уровня воспитанности учащихся;

- повышение уровня адаптированности первоклассников;
- повышение качества обучения.

### **Содержание программы**

Образовательная программа «Мы – за ЗОЖ» реализуется во внеурочное время в спортивно-двигательном режиме через кружковые занятия и план мероприятий. Кружковые занятия делятся на теорию и практику. Теоретические занятия содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями необходимыми для развития навыков ребенка. Теоретические занятия проходят в форме бесед, лекций, устных журналов, диспутов, в которые включены вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, вопросы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье и т. д. В занятия включены не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Мало научить ребенка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо, чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. 70% содержания планирования направлено на практические занятия. Основная задача практических занятий - учить использовать полученные знания в повседневной жизни. Теоретические и практические занятия реализуются в основном через план мероприятий по программе «В здоровом теле – здоровый дух», здоровьесберегающие технологии, охватывающие все направления педагогической деятельности.

*Где и как используются здоровьесберегающие технологии*

*Технологии развивающего обучения (ТРО)*

Курс преподаётся интегрировано с УМК «Перспектива», направленностью классного коллектива «Юные спасатели».

*Технологии уровневой дифференциации обучения*

Теоретические и практические занятия выстраиваются дифференцированно с учетом индивидуальных возможностей и способностей учащихся. Появляется возможность эффективнее работать с различными категориями учащихся: «сильными» и «слабыми», одарёнными детьми, детьми, имеющими трудности в обучении и общении, «трудными», «опекаемыми» детьми и их семьями.

*Педагогика сотрудничества*

С целью быстрого включения в работу детей и их заинтересованности вначале каждого занятия проводится сидя на ковре первый компонент «Утреннего сбора» – Приветствие. Дети, передавая мяч по кругу, приветствуют друг друга и говорят комплементы.

Все учащиеся класса вовлечены во внеурочную деятельность.

Родители для проведения практических занятий приобрели - настольные и напольные игры; участвуют в организации выставок, презентаций, творческих и игровых проектах, спортивно-массовых мероприятиях, анкетировании на тему «Здоровье».

В рамках программы регулярно совместно с учителями начальных классов, физической культуры и предметниками проходят «Дни Здоровья»,

«Весёлые старты», акции «Бодрость духа», соревнования «К здоровью через движение», проекты «Влияние комнатных растений на здоровье школьников», уроки-здоровья с привлечением родителей.

Сотрудничество с «внешними факторами»: работа с медицинскими работниками, с библиотекой и СДК (беседы, конкурсы, спортивные праздники, весёлые старты и т. д.)

#### *Технология раскрепощённого развития детей*

Во время практических занятий проводятся физические и танцевальные упражнения, игры, упражнения по формированию осанки, укреплению зрения, кинезиологические упражнения, пальчиковая гимнастика, уроки творчества, смена деятельности и развития, коррекционные занятия и т.д.

В течение всех занятий определяется и фиксируется психологический климат, рационально распределяется время, проводится эмоциональная разрядка через игровые технологии (игры на расслабление).

#### **«Первые шаги к здоровью» (1-ый год обучения)**

##### **Тема 1: Первичное ознакомление с понятием «здоровый образ жизни»**

Теория: беседы, просмотр видеофильмов, устный журнал (6ч)

Практика: деловая игра, кукольный спектакль, конкурсы (12 ч)

##### **Тема 2: Личная гигиена**

Теория: лекторий, викторина, час общения (4 ч)

Практика: игровые программы (8ч)

##### **Тема 3: Ознакомление с витаминами и продуктами их содержащими**

Теория: беседа (1 ч)

Практика: диспут, игра (2 ч)

#### **«Если хочешь быть здоров» (2-ой год обучения)**

##### **Тема 1: Культура питания**

Теория: беседы, устный журнал (2 ч)

Практика: тренинги, игры, диспуты (9 ч)

##### **Тема 2: Понятие об иммунитете**

Теория: беседы, лектории (7 ч)

Практика: заочное путешествие, КВН, спектакль (5 ч)

##### **Тема 3: Закаливающие процедуры**

Теория: информационный час (1 ч)

Практика: диспуты, игровые программы (5 ч)

##### **Тема 4: Ознакомление с лекарственными и ядовитыми растениями**

**нашего края**

Теория: лекторий, тренинги (3 ч)

Практика: выставка рисунков, игра-путешествие (2 ч)

#### **«По дорожкам здоровья» (3-ий год обучения)**

##### **Тема 1: Этикет**

Теория: беседы, лектории (7 ч)

Практика: экскурсия, спектакль (15ч)

##### **Тема 2: Личная гигиена и здоровье**

Теория: лектории (2 ч)

Практика: практикум, КВН (4 ч)

**Тема 3: Вредные привычки и их профилактика**

Теория: устный журнал (3 ч)

Практика: исследования, проект (3 ч)

**«Я, ты, он, она - мы здоровая семья» (4-ый год обучения)****Тема 1: Ответственность за свое здоровье**

Теория: беседа, диспут (2 ч)

Практика: кулинарный практикум, тренинг, практическая игра (8 ч)

**Тема 2: Мода и гигиена школьной одежды**

Теория: просмотр фильма, час общения (3 ч)

Практика: игра-путешествие, тренинг (2 ч)

**Тема 3: Профилактика вредных привычек**

Теория: беседа, встреча с доктором (3 ч)

Практика: кукольный театр, диспут, проект (9 ч)

**Тема 4: Культура эмоций и чувств**

Теория: беседы, встречи (3 ч)

Практика: КВН, подготовка и проведение праздника (4 ч)

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН****Календарно-тематическое планирование кружковых занятий  
по программе «Мы – за ЗОЖ»****1 класс «Первые шаги к здоровью»**

№ занятия	Тема	Форма проведения	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1	Советы доктора Вода	Беседа			1	
2	Друзья: Вода и Мыло	Практическая игра				1
3	Глаза – главные помощники человека	Просмотр видеофильма			1	
4	Чтобы уши слышали	Деловая игра				1
5	Почему болят зубы	Кукольный спектакль				1
6,7	Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой?	Устный журнал, КВН			1	1
8	«Рабочие инструменты человека» (руки и ноги)	Кукольный театр				1
9	Зачем человеку кожа?	Игровая программа				1
10	Надежная защита организма	Викторина				1



11	Если кожа повреждена	Викторина				1
12,13	Питание – необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи	Игры				2
14	Сон – лучшее лекарство	Игровая программа				1
15	Как настроение?	Конкурс				1
16	Я пришел из школы	Беседа			1	
17	Я - ученик	Лекция			1	
18	Я - ученик	Устный журнал			1	
19, 20	Вредные привычки	Беседа, игра-практикум			1	1
21, 22	Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина	Лекторий, деловая игра			1	1
23	Если хочешь быть здоров	Час общения			1	
24	Правила безопасности на воде	Акция				1
25	Режим дня	Диспут			1	
26	Правила гигиены	Игра				1
27	Виды и правила закаливания	Игра				1
28	Гимнастика для глаз	Игра				1
29	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!	Игра-расследование			1	
30	Проведение веселых стартов	Диспут				1
31, 32	Доктора природы (обобщение)	Повторение				2
33	Подвижные игры	Итог				1

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий  
по программе «Мы – за ЗОЖ»  
2 класс «Если хочешь быть здоров»**

№ занятия	Тема	Форма проведения	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
-----------	------	------------------	---------------	---------------	------------------------	--------------------------

1	Причины болезни	Круглый стол			1	
2	Признаки болезни	Утренник				1
3	Как здоровье?	Диспут			1	
4	Как организм помогает себе сам	Беседа			1	
5	Здоровый образ жизни	Практикум			1	
6	Какие врачи нас лечат	Лекторий			1	
7	Инфекционные болезни	Подготовка к спектаклю				1
8	Инфекционные болезни	Спектакль				1
9	Прививки от болезней	Заочное путешествие				1
10	Какие лекарства мы выбираем	Подготовка к КВН				1
11	Какие лекарства мы выбираем	КВН				1
12	Домашняя аптечка	Игра-путешествие				1
13	Отравление лекарствами. Пищевые отравления	Тренинг, выставка рисунков			1	
14	Если солнечно и жарко	Игровая программа				1
15	Если на улице дождь и гроза	Беседа			1	
16	Опасность в нашем доме.	Игры				1
17	Вода – наш друг	Тренинг				1
18	Чтобы огонь не причинил вреда	Игра				1
19	Чем опасен электрический ток	Круглый стол			1	
20	Травмы	Конкурс				1
21	Что мы знаем про собак и кошек	Соревнование				1
22	Укусы насекомых	Практикум				1
23	Отравление ядовитыми веществами. Отравление угарным газом	Лекторий, выставка рисунков			1	
24	Как помочь себе	Беседа,			1	

	при тепловом ударе. Как уберечься от мороза	тренинг				
25	Растяжение связок и вывих костей	Диспут				1
26	Переломы	Игра				1
27	Если ты ушибся или порезался	Игровая программа				1
28	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	Кукольный спектакль				1
29	Укусы змей	Практикум				1
30	Расти здоровым	Беседа				1
31	Расти здоровым	КВН			1	
32	Воспитаю себя	Игровая программа				1
33	Я выбираю движение	Устный журнал			1	
34	Повторение...				1	

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий  
по программе «Мы – за ЗОЖ»  
3 класс «По дорожкам здоровья»**

№ занятия	Тема	Форма проведения	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практику
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие	Беседа			1	
2	Учимся думать	Викторина			1	
3	Спешу делать добро	КВН				1
4	Поможет ли нам обман	Игра - путешествие				1
5	Неправда, ложь в пословицах и поговорках	Игра				1
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей	Час общения			1	

7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга	Лекторий			1	
8	Все ли желания выполнимы	Практикум				1
9	Как воспитать в себе сдержанность	КТД				1
10	Как отучить себя от вредных привычек	Диспут			1	
11	Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)	Тренинг				1
12	Я принимаю подарок	Игровая программа				1
13, 14	Я дарю подарки. Наказание	Беседа, тренинг			1	1
15	Одежда	Экскурсия				1
16	Ответственное поведение	Исследование				1
17	Боль	Беседа			1	
18	Сервировка стола	Игра				1
19	Правила поведения за столом	Спектакль				1
20, 21	Ты идешь в гости. Как вести себя в транспорте и на улице	Практикум			1	1
22	Как вести себя в театре, кино, школе	Игровая программа				1
23	Умеем ли мы вежливо общаться	Акция				1
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону	Игровая программа				1
25, 26	Помоги себе сам. Умей организовать свой досуг	Тренинг, выставка рисунков			1	1
27	Что такое дружба	Устный журнал			1	
28, 29	Кто может считаться настоящим другом. Как доставить родителям радость	Проект			1	1
30	Если кому-нибудь	Кукольный				1

	нужна твоя помощь	театр				
31, 32	«Спешите делать добро». Огонек здоровья	Проект			1	1
33	Путешествие в страну Здоровья	Познавательная игра			1	1
34	Культура здорового образа жизни	Устный журнал			1	1

**Календарно-тематическое планирование кружковых занятий  
по программе «Мы – за ЗОЖ»  
4 класс «Я, ты, он, она - мы здоровая семья»**

№ занят ия	Тема	Форма проведения	Дата по плану	Дата по факту	Кол-во часов на теорию	Кол-во часов на практи ку
1	Что такое здоровье	Игра				1
2	Что такое эмоции	Диспут			1	
3	Чувства и поступки	Тренинг				1
4	Стресс	Практикум				1
5	Учимся думать и действовать	Беседа			1	
6	Учимся находить причину и последствия событий	Игра- путешествие				1
7	Умей выбирать	Кулинарный практикум				1
8, 9	Принимаю решение. Я отвечаю за свое решение	Проект			1	1
10	Что мы знаем о курении	Соревнование				1
11	Зависимость	Игровая программа				1
12	Умей сказать «нет»	Просмотр видеофильма			1	
13	Как сказать «нет»	Практическая игра				1
14	Почему вредной привычке ты	Спортивный марафон				1

	скажешь НЕТ					
15	Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения	Тренинг				1
16	Волевое поведение	Тренинг				1
17	Алкоголь	КВН				1
18	Алкоголь - ошибка	Практическая игра				1
19	Алкоголь – сделай выбор	Диспут			1	
20	Наркотик	Кукольный театр				1
21, 22	Наркотик – тренинг безопасного поведения. Мальчишки и девчонки	Проект			1	1
23	Моя семья	КВН				1
24	Дружба	Тренинг				1
25	День Здоровья	Игровая программа				1
26	Умеем ли мы правильно питаться	Кукольный спектакль				1
27	Я выбираю кашу	Диспут			1	
28, 29	Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули (игра-путешествие)	Проект			1	1
30	Чистота и порядок	Беседа			1	
31	Будем делать хорошо и не будем плохо	Дискуссия			1	
32	«Наше здоровье»	Беседа			1	
33	Я здоровье берегу – сам себе я помогу	Праздник				1
34	Будьте здоровы! Повторение...	Подведение итогов				1

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### Формы организации учебного процесса.

Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работу учащихся в группах, парах, индивидуальную работу, работу с привлечением родителей.

Творческая деятельность включает проведение игр, викторин, использование метода проектов, поиск необходимой информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в сети Интернет.

***Технологии:***

- технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на плодотворных идеях Л.С. Выготского и Н.Ф. Виноградовой;
- технологии уровневой дифференциации обучения, построенные профессором Н.Ф. Виноградовой;
- педагогика сотрудничества, построенная на идеях великого педагога Ш.А. Амонашвили;
- технология раскрепощённого развития детей, в основу взяты идеи кандидатов медицинских наук И.В. Абрамовой и биологических наук Т.И. Бочкаревой.

***Основные формы работы:***

- беседы;
- родительские собрания;
- родительские лектории;
- индивидуальные консультирования;
- совместные мероприятия;
- конкурсы;
- игровые программы и игры;
- мониторинги, анкетирования;
- семейные праздники;
- часы общения;
- тренинги;
- устные журналы;
- диспуты;
- викторины;
- заочные путешествия;
- экскурсии;
- презентации;
- проектная и исследовательская деятельность;
- утренники;
- динамические перемены;
- КТД, ключевые дела;
- посещение на дому.

***Методы работы:***

- педагогические («уроки здоровья», соревнования и т. д.);
- психологические (уроки развития и творчества);
- медицинские (профилактика отклонения со стороны органов зрения, работа с часто болеющими детьми и т. д.).

***Материально-техническая база***

***Учебные пособия:***

- 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: профилактика инфекционных заболеваний и др.;

- измерительные приборы: весы, часы и их модели.

*Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций:* компьютер, **мультимедийный** проектор, интерактивная доска.

***Дополнительная литература:***

1. Морозова Е. Е. Здоровьесберегающая деятельность в системах образования и здравоохранения / Е. Е. Морозова, В. И. Морозов; Саратов. нац. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. – Саратов: Издательство Саратовского университета, 2016 – 149, [3] с.: ил. – Библиограф. с. 123-127 (76 назв.). – ISBN 978-5-292-04381-2. – Текст: непосредственный.

2. Лутохина Е. Е. Воспитание ценностного отношения к здоровью и здоровому

образу жизни детей и подростков: учебное пособие / Е. Е. Лутовина. – Оренбург: [Б. и.], 2016 – 47 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/353112> (дата обращения: 23.03.2021). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст: электронный.

3. Запорожченко В.Г. К понятию здоровый образ жизни. - Москва: Центр, 2004;

4. Запорожченко В.Г. Образ жизни и вредные привычки. - Москва: Центр, 2004