

Муниципальное общеобразовательное
бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
«Агалатовский центр образования»

СОГЛАСОВАНО
на заседании педагогического совета
МОБУ «СОШ «Агалатовский ЦО»
протокол №1 от 29.08.2023 г

УТВЕРЖДЕНО
распоряжением по школе
от 31.08.2023 г. №207

Здоровым быть – это здорово!

Программа здоровьесбережения
на 2023-2028 учебные годы

Составители: коллектив МО учителей физической культуры

д. Агалатово, 2023

1. Паспорт программы

Основные разработчики	коллектив МО учителей физической культуры
Цели	• Сохранение и укрепление здоровья учащихся школы; • формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья, формирование навыков здорового образа жизни.
Задачи	• Вести разъяснительную и просветительскую работу обучающимися, родителями; • Формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; • Формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья • Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; • Осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения школьников, использовать технологии урока, берегающие здоровье учащихся.
Сроки реализации программы	2023-2028 учебный год
Ответственный за реализацию программы	Педагоги ШМО физической культуры, заместитель директора по УВР, по ВР педагоги – психологи медицинский работник
Ожидаемые результаты реализации программы	• Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения; • Повышение приоритета здорового образа жизни; • Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья; • Повышение мотивации к учебной деятельности; • Снижение заболеваемости учащихся школы; • Повышение уровня физической подготовки школьников

2. Пояснительная записка

Самое ценное, что есть у человека, — это жизнь, а самое ценное в его жизни — здоровье, за которое бороться всеми силами становится просто необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

Одной из приоритетных целей модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья всех участников учебного процесса в школе.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы программы здоровьесбережения определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, — это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учебе в учреждении профессионального образования, к занятиям любимым делом. Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей мере ослаблены у учащегося. Навыки, приобретенные на занятиях, дают возможность занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения. Программы по оздоровлению объединяют и согласовывают работу педагогических коллективов по формированию здорового образа жизни учащихся, их родителей и учителей, что выходит за рамки только физического воспитания. Они охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга. Значительную роль в реализации оздоровительных программ играет семья ребенка, его родители, находящиеся в тесном контакте со школой.

И сегодня роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Ежедневная утренняя гимнастика, процедуры закаливания, соблюдение двигательного режима дня, игры на воздухе, прогулки, станут для

детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером показывающие ценность здоровья и значимость здорового образа жизни.

В укреплении здоровья детей и подростков первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии (недостаточности двигательной активности) и на этой основе — формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, появлению плоскостопия и других отклонений в состоянии здоровья.

Как и по другим общеобразовательным предметам, учащиеся должны получать домашние задания по физической культуре, выполнение которых — неотъемлемая черта здорового образа жизни. А родители, хорошо зная исходное состояние здоровья ребенка, путем контроля выполнения домашнего задания могут способствовать его оздоровлению, физическому развитию, освоению двигательных навыков. Родители должны уделять достаточное внимание закаливанию детей. Целенаправленное использование воздуха, воды и солнца позволяет закалить организм, повысить его сопротивляемость к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Таким образом, программа «Здоровым быть-это здорово!», носящая комплексный характер, может и должна объединить усилия педагогов, администрации, школьной медицинской сестры, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей.

3. Цели и задачи программы

Цели

- формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно- гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Задачи

- вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
- формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;

- формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения школьников, использовать технологии урока, сберегающие здоровье учащихся.
- четкое отслеживание санитарно- гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;

4. Нормативно-правовая и документальная основа

- Конституция РФ.
- Конвенция о правах ребенка.
- Закон «Об образовании в РФ»
- ФГОС основного общего образования второго поколения.
- СанПин.
- ФООП

5. Функции различных категорий работников школы

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций, школьного спортивного клуба;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение их поддержки;
- организация работы психологической службы в школе;
- организация медицинского сопровождения обучающихся школы.

Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в

школе;

- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся.

Функции психолого-педагогической службы:

- Тренинги
- Тестирования
- Беседы
- Мероприятия по профилактике тревожности, стрессоустойчивости, буллина, суицидальных проявлений обучающихся и др.
- Диагностики
- Индивидуальные и групповые консультации обучающихся

Функции медицинской службы (по согласованию с медицинскими учреждениями):

- Беседы;
- Лекции,
- Наглядная информация (плакаты, стенды)
- Организация медосмотра учащихся школы, определение уровня физического здоровья (группы здоровья);
- Профилактика, сезонных, вирусных и инфекционных заболеваний

6. Участники программы:

- обучающиеся школы;
- педагогический коллектив;
- родители;
- социальные партнеры.

7. Этапы реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!»

Первый этап: Подготовительный (2023-2024 г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
2. Подготовка программно-методического обеспечения.
3. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.

4. Ознакомление родителей и учащихся с Программой «Здоровым быть-это здорово!»
5. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!»
6. Мониторинги показателей состояния здоровья обучающихся и сформированности ценностных ориентаций у обучающихся до реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!»

Второй этап: Практический (2024-2026 г.). Реализация Программы «Здоровым быть-это здорово!»

Третий этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2027-2028 г.).

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.
2. Мониторинги показателей состояния здоровья обучающихся и сформированности ценностных ориентаций у обучающихся после реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!»
3. Обсуждение итогов реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!» в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
4. Коррекция Программы «Здоровым быть-это здорово!» по итогам реализации.
5. Публикации, распространение опыта.

8. Предполагаемый результат

1. Полученные в школе знания о здоровом образе жизни позволяют ребятам понять, как и почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.
2. Учащиеся научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
3. Стабилизация состояния здоровья учащихся по основным показателям.
4. Повышение качества и уровня обучения школьников.
5. Повышение уровня воспитанности детей и подростков.
6. Учащиеся смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям ЗОЖ.

Конечный результат: выпускник МБОУ СОШ «Агалатовский ЦО» владеет знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, имеет внутреннюю потребность применять их в повседневной жизни.

Критериями эффективности реализации Программы являются:

- положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся МОБУ СОШ «Агалатовский ЦО»
- сформированность у всех категорий обучающихся ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями

обучения со стороны учащихся и их родителей;

- организация в школе здоровьесберегающего целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса.

Базовыми компонентами являются:

- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку;
- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма.

9. Методы контроля над реализацией программы

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляет руководитель ШМО учителей физической культуры:

- мониторинг состояния здоровья учащихся и психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни;
- проведение заседаний Методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

9. Основные направления деятельности программы

Медицинское направление предполагает:

- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- планомерная организация питания учащихся;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы в соответствии с СанПиНом;
- обязательное медицинское обследование.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании и др.;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании и др.;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные

акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности, форм и методов в организации учебной деятельности;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной, внеурочной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.
- проведение физкультминуток.

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга состояния здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- режим дня, бытовые условия;
- внешкольная занятость дополнительными занятиями;
- прохождение нормативов по физической культуре и спорту.

10. Здоровьесберегающие образовательные технологии

- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе.

11. План по реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!» на 2023-2028 уч.г.

1. План по реализации Программы «Здоровым быть-это здорово!»

на 2023-2028 уч.г.

1. Медицинское направление.

№	Мероприятия	Ответственн ые исполнители	Срок и	Планируемый результат и выполнение
1.1	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. формирование групп здоровья по показателям.			Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2	Проведение диспансеризации сотрудников и учащихся школы.			
1.3	Проведение медицинского осмотра учащихся 1-11 класса.			план медосмотров
1.4	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.			план медосмотров
1.5	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.			план прививок
1.6	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.			классные журналы
1.7	Анализ случаев травматизма в школе.			материалы отчетов
1.8	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.			материалы отчетов
1.9	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.			
1.1 0	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка			
1.1 1	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)			справка по оценке расписания

1.1 2	Постоянный контроль за школьной столовой.			Протокол административного совещания Протокол совещания при директоре
2.1	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).			График проведения лектория
2.2	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.			тематика лектория
2.3	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.			план работы
2.4	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.			план работы
2.5	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»			протокол педсовета
2.6	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).			план работы
2.7	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.			план работы
2.8	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры, обществознания			планы уроков
3.1	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.			план работы
3.2	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: -определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения.			Диагностические исследования
3.3	Организация психолого-медико-педагогической			
3.4	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»			материалы конференции
3.5	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»			материалы конференции

4. Спортивно-оздоровительное направление.

4.1	Организацию спортивных мероприятий.Проведение Дней здоровья.			план работы
4.2	Разработка системы кружковой,внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.			план работы кружков и секций
4.3	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.			план работы

5. Диагностическое направление

5.1	Мониторинг состояния здоровья детей.			результаты мониторинга
5.2	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».			материалы семинара

12. Календарный план реализации Программы «Здоровым быть – это здорово!» на 2023-2028 учебный год

Сентябрь

- Общие мероприятия
- Организация дежурства по школе и по классам.
- Проведение внутришкольных и участие в городских спортивно-массовых соревнованиях.
- Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью и сохранению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровью и сохранению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Октябрь

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
 - Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред».
- Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.
 - Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
 - Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
-
- Первенство школы по баскетболу.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я – спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Операция «Милосердие», операция «Память».
- Благоустройство школьной территории.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные Дню Победы.
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летнего пришкольного оздоровительного лагеря

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в средней школе

Класс	Название	Форма, содержание
5 класс	«Семейное воспитание и здоровьенаших детей»	Круглый стол, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка
6 класс	«Здоровая семья – здоровый образ жизни»	Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников
7 класс	Навыки сохранения здоровья	Беседа врача
8 класс	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании
9 класс	Причина пристрастий	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

Список литературы

1. Г. П. Попова «Классные часы 1-2 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2010 г.
2. Г. Т. Дьячкова, Е. В. Волкова «Родительские собрания в начальной школе». Разработки. Лекции. Беседы.
3. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
4. Т. А. Волжанина и др. «Родительские собрания в начальной школе». Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
5. О. В. Павлова «Родительские собрания 4 класс». На пути понимания

ребенка. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.

6. В. Н. Максимочкина «Родительские собрания 1 класс». Проверь сердцем. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.

7. Е.В. Менькова «Родительские собрания 1-2 класс». Издательско-торговый дом «Корифей». Волгоград 2005 г.

8. «Классные часы 4 класс» Москва «Вако» 2008 г.

9. И. В. Персидская и др. «Классные часы 1-4 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2009 г.

10. В. Н. Максимочкина «Родительские собрания 2 класс». Шаги к мудрости. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.

11. Е. В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.

12. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.

