****

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**  **1.1. Пояснительная записка ………………………………………………............3**  **1.2. Цель и задачи программы ………………………………………………….. 6**  **1.3. Содержание программы ……………………………………………………. 7**  **1.3.1. Учебно-тематический план ………………………………………………..7**  **1.3.2. Содержание учебно-тематического плана ……………………………….8**  **1.4. Планируемые результаты ………………………………………………... 11**  **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**  **2.1. Календарный учебный график …………………………………………… 11**  **2.2. Условия реализации программы ………………………………………… 12**  **2.3. Формы аттестации / контроля ……………………………………………..13**  **2.4. Оценочные материалы ……………………………………………………. 14**  **2.5. Методические материалы ………………………………………………… 14**  **2.6. Список литературы ………………………………………………………….17** |  |

**Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

**1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек и его здоровье» имеет естественнонаучную направленность и реализуется в рамках модели «Диалог наук» мероприятия по созданию новых мест в МОБУ «Журавлевская ООШ» для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030г. и плана мероприятий по ее реализации от 31 марта 2022г. N 678-р;

-Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020г. N 28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил  СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям  воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015Г. №09-3242;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом  Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019г. № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;

- Распоряжением Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019г. №212 «О внедрении системы персонифицированного  дополнительного образования на  территории Кемеровской области»;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);

- [Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;](http://docs.cntd.ru/document/557309575)

- Уставом МОБУ «Журавлевская ООШ»

- Учебным планом МОБУ «Журавлевская ООШ»

- Календарным графиком МОБУ «Журавлевская ООШ»

**Актуальность** данной программы состоит в том, что многочисленные исследования учёных доказали негативное влияние существующей системы обучения на здоровье и развитие подрастающего поколения и данная проблема стала, по сути, ключевой в отечественном образовании.

**Новизна программы** включает в себя изучение психических, эмоционально-волевых особенностей человека. Формы, методы обучения способствуют повышению информационной компетенции, развитию познавательных интересов, а, возможно и формированию профессиональной направленности.

**Педагогическая целесообразность**

Программа целесообразна, современна, так как ориентирована на решение задач по формированию, сохранению и укреплению здоровья детей и семьи. К сожалению, здоровье не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если научим детей с раннего возраста ценить, беречь, укреплять своё здоровье, если родители личным примером будут демонстрировать навыки здорового образа жизни, то можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты личностно, интеллектуально, духовно и физически.

Образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью учащихся. Сегодняшняя жизнь с её негативными тенденциями, ещё более обострившимися в связи с ситуацией с новой коронавирусной инфекцией COVID-19, требует серьёзного подхода к проблемам сохранения и укрепления здоровья, воспитания привычек к здоровому образу жизни.

Известно, что основы формирования здорового образа жизни закладываются в период детства, поэтому очень важно именно в школьные годы воспитать у детей такой образ жизни, такой тип поведения в жизненных ситуациях, который способствовал бы сохранению и укреплению здоровья и в последующие периоды жизни.

**Отличительные особенности** программы заключаются в том, что особое внимание уделяется познавательной активности учащихся, самостоятельной учебной работе. На практических занятиях учащиеся самостоятельно анализируют состояние своего организма. Программа дает представление о строении собственного организма, понимание им особенностей работы органов и тканей, знакомство с природой и механизмами развития различных заболеваний. Предоставляется возможность учащимся обратить внимание на проблемы здоровья современного человека, недопустимость самолечения, необходимость активного образа жизни. При работе используются разнообразные иллюстративные материалы, видеофильмы, компьютерные программы.

Большое внимание уделяется самостоятельной проектной деятельности учащихся. Соответственно, программа предусматривает расширение, совершенствование знаний в области биологии, валеологии, физиологии, видеть проблемы, формировать задачи, искать средства их решения приобретение новых практических умений и навыков.

**Адресат программы:** учащиеся в возрасте 7-17 лет. Оптимальная наполняемость в группе 12-15человек.

**Объём программы.** Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет **34.**

**Срок освоения программы** определяется содержанием программы и рассчитан на1год обучения (34 недели).

**Режим занятий**: занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Обучение начинается с 01 сентября и заканчивается 31 мая.

**1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование у учащихся правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма, ценностях здорового и безопасного образа жизни.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- научить учащихся знаниям из различных областей науки о человеке: анатомии, физиологии, гигиене;

- научить учащихся ради здоровья противостоять вредным привычкам, представлению о здоровой и вредной пище;

- сформировать основные правила безопасного поведения дома, в школе, на улице;

-научить учащихся правилам здорового питания, культурой приёма пищи, с мерами профилактики заболеваний органов зрения, слуха, заболеваний опорно – двигательного аппарата, с основными терминами и правилами ЗОЖ.

*Развивающие:*

- развивать у учащихся мыслительную и творческую деятельность, расширить кругозор;

- развивать у учащихся деловые качества, таких как самостоятельность, активность, ответственность, аккуратность;

*Воспитательные:*

- воспитывать у учащихся систему доступных по возрасту валеологических знаний; - воспитывать у учащихся мотивации к ведению безопасного здорового образа жизни.

**1.3. Содержание программы**

**1.3.1.Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Название темы, разделы** | **Количество часов** | | | **Формы аттестации/контроля** |
| **Количество часов** | **Теория** | **Практика** |
|  | Введение | 1 | 0,5 | 0,5 | Беседа, рассказ, работа в группах |
| 1. | Наше здоровье | 14 | 6 | 8 |  |
| 1.1 | Что такое здоровье. | 3 | 0,5 | 2,5 | Опрос. Анкетирование. Наблюдение. Ответы на вопросы таблицы. |
| 1.2 | Режим и гигиенические правила. | 4 | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. Работа в группах. |
| 1.3 | Органы человека | 7 | 3,5 | 3,5 | Опрос. Анализ ситуаций. Просмотр видеоматериалов. Закрепление навыков ухода за органами. |
| 2. | Способы сохранения здоровья. | 19 | 4 | 15 | Опрос. Просмотр видеоматериалов Коллективное составление памяток |
| 2.1 | Питание, болезни, иммунитет. | 4 | 0,5 | 3,5 | Анкетирование, опрос, работа в группах. |
| 2.2 | Внимание, память, мышление. Эмоции и чувства. | 4 | 0,5 | 3,5 | Правила для выработки внимательности, анкетирование, опрос, работа в группах. |
| 2.3 | Личные особенности детей. | 4 | 1 | 3 | Опрос, анкетирование, работа в группах. Анализ конфликтных ситуаций и моделирование правил выхода из них. Работа в парах. |
| 2.4 | Полезные и вредные привычки. | 4 | 1 | 3 | Опрос, викторина, работа в парах, защита групповых проектов. |
| 2.5 | Поведение и здоровье. | 2 | 1 | 1 | Опрос, анкета, тест. |
| 2.6 | Праздник здоровья. | 1 |  | 1 | Итоговое открытое занятие для всех желающих. |
| Всего | | 34 | 10,5 | 23,5 |  |

**1.3.2. Содержание учебно – тематического плана.**

**Раздел 1. Наше здоровье(14ч)**

**Тема 1.1. Что такое здоровье (3ч)**

**Теория**: Что я знаю о своём здоровье. Что делает наша семья, чтобы быть здоровыми. Экспресс – диагностика ценностных представлений детей о здоровье и анкеты для родителей «Здоровье вашего ребёнка» и «Умеете ли вы воспитывать детей».

**Практика:**

П./р.№1:Разработка и проведение социологического опроса учащихся о здоровье.

**Форма контроля**: педагогический анализ выполнения учащимися заданий.

**Тема 1.2. Режим и гигиенические правила(4ч)**

**Теория:** Режим в моей жизни. Моё утро. Правила обработки рук в период пандемии. Делу время, потехе час. Зачем человеку сон.

**Практика:**

П./р. № 1: Разработка правил режима дня.

П./р.№ 2: Изучение правил обработки рук в период пандемии, составление памятки.

**Форма контроля:** оформление фотоотчетов.

**Тема 1.3. Органы человека (7ч.)**

**Теория:** Глаза – главные помощники человека. Уши – орган слуха. Уход за зубами. Рабочие инструменты человека (мышцы, кости, суставы; уход за руками и ногами).Осанка и стройная спина. Забота о коже. Органы дыхания.

**Практика:**

П./р. № 1: Разработка правил ухода за глазами, составление памятки.

П./р.№ 2: Изучение правил ухода за ушами, составление памятки.

П./р.№ 3:Составление памятки правильного ухода за полостью рта.

П./р.№ 4. Анализ видеоматериалов о сохранении осанки.

**Форма контроля:** педагогический анализ выполнения учащимися заданий, оформление фотоотчетов.

**Раздел 2.Здоровье человека и способы его сохранения(19ч)**

**Тема 2.1. Питание, болезни, иммунитет (4ч)**

**Теория:** Как следует питаться. Откуда берутся болезни. Что ослабляет и укрепляет иммунитет. Закаливание и образ жизни. Как я познаю мир.

**Практика:**

П./р. № 1: Разработка правил правильного питания.

П./р. № 2:Разработка и проведение социологического опроса взрослых по проблеме исследование познавательной сферы детей.

**Форма контроля:** диагностика личностного роста, оформление фотоотчетов.

**Тема: 2.2. Внимание, память, мышление. Эмоции и чувства.(4ч)**

**Теория:** Развитие внимания и памяти детей. Развитие внимания, памяти и мышления детей. Эмоции человека и их внешнее проявление.

**Практика:**

П./р. № 1:Закрепление изученных приёмов мнемотехники.

**Форма контроля:** фотоотчет.

**Тема: 2.3.Личные особенности детей(4ч)**

**Теория**: Изучение личностных особенностей детей. Самовоспитание – это воспитание самого себя. Развитие эмоциональной сферы и навыков общения. Как снять дневное напряжение и утомление вашего ребёнка.

**Практика:**

П./р. № 1: Тест по изучению личностных особенностей учащихся.

П./р.№ 2 :Разработка правил по снятию напряжения и утомления.

**Форма контроля**: педагогический анализ выполнения учащимися заданий.

**Тема: 2.4. Полезные и вредные привычки( 4ч)**

**Теория:** Вредные привычки в жизни людей. Как создать полезные привычки. Я и моя безопасность. Безопасность.

**Практика:**

П./р. № 1: Анализ причин вредных привычек.

П./р.№ 2:Разработка памятки о полезных привычках.

**Форма контроля:** фотоотчет.

**Тема: 2.5. Поведения и здоровье(2 ч)**

**Теория**: Жить для себя и жить для других. Добро и зло в жизни людей. Правила поведения и здоровье.

**Практика:**

П./р №1: Анализ сказки С.Аксакова «Аленький цветочек».

П./р. № 2: Разработка плана действий по сохранению здоровья человека.

**Форма контроля:** диагностика личностного роста, оформление фотоотчетов.

**Тема: 2.6. Праздник здоровья (1 ч.)**

**Практика:**

Итоговое открытое занятие для всех желающих.

**1.4 Планируемые результаты**

По окончанию обучения учащиеся будут **знать:**

- значимость изучения различных областей науки о человеке: анатомии, физиологии, гигиены;

- алгоритм поведения противостоять вредным привычкам, иметь представление о здоровой и вредной пище;

- освоение правил здорового питания, культуры приёма пищи, меры профилактики заболеваний органов зрения, слуха, заболеваний опорно – двигательного аппарата, основные термины и правила ЗОЖ.

**уметь:**

- применять деловые качества, такие как самостоятельность, активность, ответственность, аккуратность

- использовать доступные по возрасту валеологические знания;

- использовать полученные знания для мотивации безопасного здорового образа жизни.

**РАЗДЕЛ 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

***2.1 Календарный учебный график.***

Продолжительность освоения программы: 34 недели. Занятия проводятся 1раз в неделю по 1академическому часу по расписанию, утвержденному директором. Продолжительность занятий 45 минут.

Более подробный календарный учебный график составляется ежегодно с учетом названия темы занятия, формы контроля, а также места проведения и формы проведения занятия.

**2.2. *Условия реализации программы***

***1. Материально-техническое обеспечение:***

Место проведения занятий: учебный кабинет начальных классов. В процессе занятий используется необходимые инструменты, наглядный и раздаточный материал.

Завершенные работы учащихся и инструменты хранятся в учебном кабинете в отдельных шкафах.

Оформление кабинета соответствует содержанию программы, постоянно обновляется учебным материалом и наглядными пособиями. Чистота, освещенность, проветриваемость помещения кабинета в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

В кабинете имеется:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование оборудования | Количество |
| 1. | Интерактивная панель | 1 |
| 2. | Ноутбук | 1 |
| 3. | Набор «Имитатор ранений и поражений» | 1 |
| 4. | Аптечка первой помощи | 1 |
| 5. | Микроскоп стереоскопический (бинокуляр) | 2 |
| 6. | Термометры | 2 |
| 7. | Модель носа в разрезе | 1 |

-массажные коврики для проведения различных упражнений и игр;

-экран для демонстрации учебных материалов;

- компьютерной техники для работы с электронными учебными пособиями, оформления и презентации результатов исследования; мультимедийный проектор, акустическая система, интерактивная доска;

- подборка иллюстраций и книг по тематике ЗОЖ;

- демонстрационные материалы по тематике занятий.

**2.*Информационное обеспечение программы:***

-Презентации по различным темам в формате PowerPoint, наглядное пособие, интернет источники.

**3.*Кадровое обеспечение***

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса.

Педагог должен обладать компетенциями в области естественнонаучных дисциплин.

**2.3. Формы аттестации /контроля**

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются журнал посещаемости, собеседование с родителями, грамоты, дипломы за участие в конкурсах, информация на сайт учреждения.

Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов являются: определение показателя уровня овладения учащимся практических и теоретических навыков (низкий, средний, высокий) через открытое занятие, выставки, конкурсы, итоговое тестирование.

При поступлении дети проходят входную диагностику для определения начального уровня подготовки и формирования учебных групп, а также обучаться по индивидуальному учебному плану (ИУП). Промежуточная аттестация результатов обучения проводится после полугодия. Итоговая аттестация проводится по окончанию изучения программы.

***1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:***

Текущий контроль усвоения знаний детьми осуществляется через:

-опросы;

- игры;

- викторины;

- решение кроссвордов;

- практикумы;

- зачёты;

- творческие задания;

- конкурсы;

- защита проектов;

- выставки оформительских материалов для «Уголка здоровья».

***2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:***

Оценить достижение цели и задач Программы помогает сопоставительный анализ данных самодельного паспорта здоровья, оформляемого в начале занятий, на старте освоения программы, и в конце учебного года,а также мониторинг ценностных представлений детей о здоровье и тех личностных качеств, которые сформировались у обучающихся в процессе занятий.

Участие в школьной и муниципальной научно-практической конференции «Знание –сила!».

**2.4*.* Оценочные материалы**

Для диагностики используются методические рекомендации для педагогов дополнительного образования (авторы - составители: ЕреминаА.А., Кривошеева Л.Б., Чумакова И.М. ГБОУ ГМЦ ДОгМ). В основе метод структурированного наблюдения за поведением обучающихся в процессе учебно -практической деятельности и его оценивание по определенным параметрам в таблице мониторинга. Мониторинг проводится системно: в зависимости от срока обучения в начале, середине и в конце учебного года (Приложение 1).

**2.5.Методическое обеспечение**

Известно, что успешность любого обучения напрямую зависит от разнообразия методов и приёмов, применяемых педагогом.

Поэтому содержание данной программы предусматривает:

- словесные методы (объяснение, рассказ, беседа, диалог, чтение);

- метода наблюдения (запись наблюдений, зарисовки, рисунки, просмотр видеоматериалов);

- наглядных методов (картины, рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи):

- демонстрационные материалы, оформление «Уголка здоровья»;

- создание папки – передвижки для родителей детей по вопросам здоровьесбережения;

- практических методов обучения;

- репродуктивных;

-объяснительно – иллюстративных;

- методов формирования умений и навыков по применению знаний на практике;

- методов проверки и оценки знаний, умений и навыков, а также метод проблемного изложения учебного материала (эвристическая беседа, постановка проблемных вопросов, создание проблемных ситуаций);

-метод игры – один из эффективных видов деятельности для младших школьников (игры дидактические, развивающие, познавательные, подвижные, на развитие внимания, памяти, глазомера, ролевые и деловые игры).

Для детей этого возраста доступна работа над индивидуально – групповыми мини – проектами по тематике сохранения здоровья.

Учебный   процесс   по   данной   программе   строится   на   взаимосвязи

деятельности   педагога   и   ребенка.   Для   повышения   эффективности

образовательного  процесса  при  проведении   занятий  используются   такие

современные образовательные *педагогические технологии*, как:

- технология личностно-ориентированные обучения;

- технология обучения в сотрудничестве;

Успешная реализация программы невозможна без использования

информационных технологий. В ходе занятий наиболее часто используются

специальные технические информационные средства – презентации. К

наиболее эффективным формам представления материала по биологии,

следует отнести мультимедийные презентации. Данная форма позволяет

представить учебный материал как систему ярких опорных образов,

наполненных исчерпывающей структурированной информацией. В этом

случае задействуются различные каналы восприятия учащихся, что

позволяет заложить информацию не только в фактическом, но и в

ассоциативном виде в память учащихся.

Отработке учебных навыков способствуют тренинговые технологии,

которые в отличие от привычного повторения подразумевают

целенаправленные, систематические действия по отработке одного или

нескольких видов учебной деятельности.

**Алгоритм учебного занятия.**

Структура отдельного занятия может включать три составные части:

теоретическую, практическую часть, элементы воспитательной работы.

Модель учебного занятия любого типа можно представить в виде

последовательности следующих этапов: организационного, проверочного,

подготовительного, основного, контрольного, итогового, рефлексивного,

информационного. Основанием для выделения этапов может служить

процесс усвоения знаний, который строится как смена видов деятельности

учащихся: восприятие – осмысление – запоминание – применение –

обобщение - систематизация.

**Дидактические материалы:**

плакаты, схемы, рисунки, анатомические атласы, коллекции, муляжи, видео и аудиоматериалы, медицинские приборы и оборудование, ТСО, электронные образовательные ресурсы.

Темы занятий могут корректироваться с учетом пожеланий учащихся и

их родителей.

Примерная схема проведения занятия в малых группах (вариант):

Методы, приемы.

Организационный момент, мотивация.

«Мозговой штурм», «активизирующие задания», «открытые задания».

Изучение вопроса или проблемы.

Прием «ключевых слов», «загадки-интерпретации», выполнимое/ невыполнимое действие, «погружение в проблему», метод группового исследования, дизайн-анализ.

Решение проблемы, практическая деятельность на занятии.

Метод ролевого диалога, метод проектов, обучение в «командах достижений», поисковые методы, метод «мозаики», метод творческих проектов.

Подведение итогов, рефлексия.

«Мозговой штурм», межличностный диалог, метод «экрана впечатлений», защита и оценка проектов.

Технология проведения учебного занятия-игры состоит из следующих этапов:

- Этап подготовки (определение учебной цели, описание изучаемой проблемы, составление плана проведения и общее описание игры, разработка сценария, расстановка действующих лиц, договорённость об условиях и правилах, консультации).

- Этап проведения (непосредственно процесс игры: выступления групп, дискуссии, отстаивание результатов, экспертиза).

- Этап анализа и обсуждения результатов (анализ, рефлексия, оценка, самооценка, выводы, обобщения, рекомендации).

**2.6. Список литературы**

**Основная литература для педагога:**

1. Артюнина Г.П. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» Издательство: "Академический проект", 2019г.

2. Бубнов В.Г. и Бубнова Н.В. «Основы медицинских знаний». Издательство: Астрель, 2020г..

3. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Биология 8 класс М.: «Вентана – Граф» 2018г.

4. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Биология Рабочие тетради. М.: «Вентана – Граф» 2020г.

5. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Биология Человек Методическое пособие. М.: «Вентана – Граф» 2019г.

6. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Программы Природоведение. Биология. Экология: 5- 11 класс М.: «Вентана-Граф» 2019 г.

7. Зайцев Г.К. Школьнаявалеология. Санкт-Петербург. Издательство: «Акцидент», 2018г.

8. Зверев И. Д. Человек. Организм и здоровье.- М: Издательство: «ВентанаГраф», 2020.

9. Куинджи Н.Н.. Валеология. Москва: Издательство: Аспект-Пресс, 2019г.

10. Модно быть здоровым. (Из опыта проведения Всероссийского урока здоровья). Йошкар-Ола, 2020г.

11. Пепеляева О.А., И.В. Сунцова. Универсальные поурочные разработки по биологии (человека) М.: «Вако» 2019г.

12. Предметные недели в школе: биология, экология, ЗОЖ. Составители: В.В. Балабанова, Т.А. Маживцева. Волгоград: Издательство: Учитель, 2019г.

13. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология. Санкт-Петербург. Издательство: «Петрос», 2019г.

14. Татарникова Л.Г., М.В. Поздеева. Валеология подростка. Санкт -Петербург: Издательство: «Петрос», 2019г.

Электронные ресурсы

Валеология - наука о здоровье - <http://medbookaide.ru/books/fold9001/book2008/content.php>

Задачи по патофизиологии - <http://www.medbook.net.ru/010938.shtml>

Патофизиология - <http://medulka.ru/patofiziolo>

**Литература для учащихся:**

**1.Александрова, В.А. Здоровье вашего ребенка. Новейший справочник  /В.А. Александрова. - СПб.: Сова, 2020г.**

2.**Баль, Л. В. Букварь здоровья / Л.В. Баль, В.В. Ветрова. - М.: Сфера, 2000г.**

3.Баранов А. А., Матвеева Н. А. Здоровье школьников: пути его укрепления. - Красноярск: Изд-во Красноярск. ун-та, 2019г.

4.Лаптев А.П. Закаливайтесь на здоровье. - М.: Медицина, 2019г.

**5.Александрова, В.А. Здоровье вашего ребенка. Новейший справочник  /В.А. Александрова. - СПб.: Сова, 2019г.**

6.Будь здоров, малыш! Первая энциклопедия малыша. – М.: Росмэн, 2019г.