

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа с. Сулак Краснопартизанского района
Саратовской области имени Героя Советского Союза Иванова Ивана
Сергеевича»

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

 Желтова Г.Ю.

«27» июня 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «СОШ с. Сулак»

 Агалакова Н.И.

Приказ №69 от 27.06.2023 г.



Центр образования
естественно-научной
и технологической направленности



ТОЧКА РОСТА

Программа внеурочной деятельности
«Культура здоровья»

Составил:
Григорьева Н.И.

с. Сулак, 2023 г.

Программа направлена на освоение новых знаний и практических навыков в области определения места человека в ряду живых существ. Его генетическая связь с животными предками позволяют осознать учащимся единство биологических законов. Понять взаимосвязь строения и функций органов и систем и убедиться в том, что выбор того или иного сценария поведения возможен лишь в определенных границах, за пределами которых теряется волевой контроль и процессы идут по биологическим законам, не зависящим от воли людей. Таким образом, выбор между здоровым образом жизни и тем, который ведет к болезни, возможен лишь на начальном этапе.

Актуальность программы. Программа на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем. Так же программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Отличительная особенность в том, что содержание рассматривает вопросы о строении и функциях человеческого тела, о факторах, благоприятствующих здоровью человека и нарушающих его. Методы самоконтроля, способность выявить возможные нарушения здоровья и вовремя обратиться к врачу, оказать при необходимости доврачебную помощь, отказ от вредных привычек — важный шаг к сохранению здоровья и высокой работоспособности.

Педагогическая целесообразность изучаемого курса заключается в том, что в процессе творческой деятельности нужно воспитать в учащихся качество необходимое в современном обществе: интеллектуальность, умение сотрудничать, инициативность, умение работать в коллективе взаимное обучение, коммуникативность, умение логически мыслить, умение решать проблемы, умение получать и использовать информацию, умение планировать, умение учиться.

Адресат программы. Программа предназначена для детей 12-16 лет.

Возрастные особенности обучающихся. Учебная деятельность, в 12-16 лет, стимулирует, прежде всего, отношение ребенка, к собственному здоровью, которое напрямую зависит от создания в его сознании данного понятия.

Средний школьный возраст – это период, когда формируется отношение к здоровью как к большой ценности в жизни (на доступном пониманию детей уровне) и становится базой формирования у детей нужды в здоровом образе жизни. В свою очередь, присутствие этой потребности помогает найти решение важнейшей психологической и социальной цели - выработывания у ребенка убеждения создателя в отношении собственного здоровья и здоровья окружающих.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 68 часов.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 часа в неделю.

Форма обучения – очная, занятия проводятся в аудиториях (классах).

Наполняемость учебной группы: 8-12 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы

Сохранение и укрепление здоровья детей через приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

Обучающие

- познакомить с понятием здоровья и здорового образа жизни;
- обучить способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- сконцентрировать внимание учащихся на ценностях здоровья и долголетия;
- работать над формированием устойчивых навыков здорового образа жизни, гигиены питания.

Воспитательные:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья;

- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни; □ воспитание бережного и заботливого отношения к своему здоровью. **Развивающие:**
- развитие у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;
- формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни; □ развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; □ развивать память, мышление, коммуникативные способности.

1.3. Планируемые результаты

Предметные:

- расширены знания о сохранении здоровья;
- имеют осознание необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения для сохранения здорового образа жизни.

Личностные:

- умеют нести ответственность за свои поступки;
- сформировано осознание необходимости бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
- умеют составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его.

Метапредметные:

- сформирован интерес к собственному здоровью
- сформировано понимание активной роли окружающего мира на здоровье человека; • умеют оценивать свою работу, корректировать деятельность с целью исправления недочетов.

1.4. Содержание программы

Тема 1. Средняя продолжительность жизни. Техника безопасности. (2 часа) Теория: Знакомство с образовательной программой. Правила поведения и техника безопасности.

Практика: Начальная диагностика.

Тема 2. Календарный и биологический возраст. (2 часа)

Теория: Ознакомление и обсуждение календарного и биологического возраста, в чем разница.

Практика: Самостоятельный поиск примеров на данную тему.

Тема 3. Стратегия жизни долгожителей. (2 часа)

Теория: Почему людей называют долгожителями?

Практика: Просмотр видео на данную тему

Тема 4. Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни. (2 часа) Теория: Андрогены и эстрогены - как влияют на жизнь человека Практика: Самостоятельная запись в тетрадь с приведением примеров.

Тема 5. Почему смена погоды влияет на самочувствие человека. (2 часа) Теория: Влияние погоды на самочувствие и здоровье человека. Практика: Просмотр документального видео.

Тема 6. Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека. (2 часа) Теория: Почему атмосферное давление и влажность влияют на здоровье и самочувствие человека. Практика: Тестирование на данную тему.

Тема 7. Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде. (2 часа) Теория: Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде. Практика: Зарисовать эскизы одежды по сезонам.

Тема 8. Составление индивидуальной схемы примеров одежды в зависимости от погодных условий. (2 часа)

Теория: Схемы одежды в зависимости от погоды.

Практика: Самостоятельное составление индивидуальной схемы примеров одежды в зависимости от погодных условий.

Тема 9. Влияние магнитных бурь на самочувствие человека. (2 часа)

Теория: Что такое магнитные бури и как они влияют на самочувствие человека. Практика: Привести примеры из жизни, как магнитные бури влияют на самочувствие.

Тема 10. Режим дня. (2 часа)

Теория: Что такое режим дня и для чего он необходим.

Практика: Подготовка мини-презентаций на данную тему.

Тема 11. Биологические ритмы. (2 часа)

Теория: Что такое биологические ритмы. Практика: Найти информацию и рассказать, чем важны биологические ритмы.

Тема 12. Роль сна в здоровье человека. (2 часа)

Теория: Как сон влияет на здоровье и жизнь человека.

Практика: Составление рассказа

Тема 13. Средняя продолжительность жизни. (2 часа)

Теория: Средняя продолжительность жизни в стране и мире.

Практика: Поиск информации о людях долгожителях.

Тема 14. Понятие отдыха. (2 часа)

Теория: Понятие отдыха. Почему важно отдыхать.

Практика: Рассказать какой отдых полезен, а какой вреден для здоровья человека.

Тема 15. Разработка собственного режима дня (мини-

проект). (2 часа) Теория: Собственный режим дня. Почему он важен. Практика: Составление собственного режима дня.

Тема 16. Мой режим дня. (2 часа)

Теория: Мой режим дня. Соблюдение режима.

Практика: Просмотр документального фильма.

Тема 17. Понятие о правильном питании. (2 часа)

Теория: Понятие о правильном питании. Необходимость правильного питания. Практика: Записать полезные и вредные продукты.

Тема 18. Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. (2 часа)

Теория: Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. Практика: Влияние состава пищи на здоровье человека.

Тема 19. Энергетическая ценность пищи. (2 часа)

Теория: Что такое энергетическая ценность пищи и как она влияет на здоровье. Практика: Найти и записать виды продуктов с высокой и низкой энергетической ценностью

Тема 20. Режим приёма пищи. (2 часа)

Теория: Почему важен режим приема пищи.

Практика: Просмотр научного фильма.

Тема 21. Составление индивидуального рациона питания.

(2 часа) Теория: Зачем необходим индивидуальный рацион питания. Практика: Составить таблицу с индивидуальным рационом питания.

Тема 22. Мой индивидуальный рацион питания. (2

часа) Теория: Польза и вред индивидуального рациона питания. Практика: Просмотр презентации.

Тема 23. Здоровье в системе «человек - абиотические факторы». (2 часа)

Теория: Система «человек - абиотические факторы»

Практика: Просмотр и обсуждение презентации.

Тема 24. Проблема загрязнения воздуха. (2 часа)

Теория: Проблема загрязнения воздуха.

Практика: Записать факторы, которые загрязняют воздух.

Тема 25. Воздух жилых помещений. (2 часа)

Теория: Важность проветривания помещений. Влияние воздуха в помещении на самочувствие человека.

Практика: Как движется воздух в комнате (опыт). Почему под потолком всегда теплее, чем на полу (опыт).

Тема 26. Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуации. (2 часа) Теория: В чем разница воздуха города и деревни. Практика: Приведение примеров на данную тему.

Тема 27. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха. (2 часа)

Теория: Чем опасно загрязнение воздуха, какие заболевания возникают при загрязнении воздуха.

Практика: Составить схему заболеваний.

Тема 28. Необходимый объем жидкости. (2 часа) Теория: Необходимый объем жидкости. Практика: Просмотр научного фильма.

Тема 29. Питьевая вода – понятие. (2 часа) Теория: Какую воду называют питьевой и почему она важна для здоровья человека. Практика: Составление презентации.

Тема 30. Основные источники загрязнения питьевой воды. (2 часа) Теория: Какие источники загрязнения питьевой воды существуют. Практика: Какие источники загрязнения питьевой воды существуют в Саратовской области, и чем они опасны.

Тема 31. Способы очистки воды – фильтры. (2 часа) Теория: Способы очистки воды – фильтры. Практика: Просмотр научного фильма.

Тема 32. Основные загрязнители окружающей среды. (2 часа) Теория: Основные загрязнители окружающей среды. Практика: Просмотр презентации.

Тема 33. Понятие биоритма. (2 часа) Теория: Что такое биоритм и почему он у всех разный. Практика: По суточным ритмам физиологической активности человека относят (в той или иной мере) к одному из хронобиологических типов, условно называемых «сова», «жаворонок», «голубь» (смешанный тип).

Тема 34. Корректировка своего режима дня с позиции суточных режимов. (2 часа) Теория: Корректировка своего режима дня с позиции суточных режимов.

Практика: Составление кроссворда.

**Календарно – тематическое планирование
внеурочной деятельности
«Культура здоровья»**

№	Тема	Кол-во часов			Дата
		Всего часов	теория	практика	
1.	Средняя продолжительность жизни. Техника безопасности.	2	1	1	
2.	Календарный и биологический возраст.	2	1	1	
3.	Стратегия жизни долгожителей.	2	1	1	
4.	Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни.	2	1	1	
5.	Почему смена погоды влияет на самочувствие человека.	2	1	1	
6.	Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека.	2	1	1	
7.	Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде	2	1	1	
8.	Составление индивидуальной схемы примеров одежды в зависимости от погодных условий.	2	1	1	
9.	Влияние магнитных бурь на самочувствие человека	2	1	1	

10.	Режим дня.	2	1	1	
11.	Биологические ритмы.	2	1	1	
12.	Роль сна в здоровье человека.	2	1	1	
13.	Средняя продолжительность жизни.	2	1	1	
14.	Понятие отдыха.	2	1	1	
15.	Разработка собственного режима дня (мини-проект)	2	1	1	

16.	Мой режим дня	2	1	1	
17.	Понятие о правильном питании.	2	1	1	
18.	Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества.	2	1	1	
19.	Энергетическая ценность пищи.	2	1	1	
20.	Режим приёма пищи.	2	1	1	
21.	Составление индивидуального рациона питания	2	1	1	
22.	Мой индивидуальный рацион питания.	2	1	1	
23.	Здоровье в системе «человек - абиотические факторы»	2	1	1	
24.	Проблема загрязнения воздуха.	2	1	1	
25.	Воздух жилых помещений	2	1	1	

26.	Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуации	2	1	1	
27.	Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха	2	1	1	
28.	Необходимый объем жидкости	2	1	1	
29.	Питьевая вода – понятие	2	1	1	
30.	Основные источники загрязнения питьевой воды.	2	1	1	
31.	Способы очистки воды – фильтры.	2	1	1	
32.	Основные загрязнители окружающей среды	2	1	1	
33.	Понятие биоритма.	2	1	1	
34.	Корректировка своего режима дня с позиции суточных режимов	2	1	1	
Всего		68	34	34	

1.5. Форма аттестации и их периодичность

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводится входной, текущий, промежуточный, итоговый контроль. **Виды контроля:**

Начальный или входной контроль: тест. Проводиться в сентябре, с целью выявления первичных знаний обучающихся.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самостоятельная работа. Проводиться в течении всего прохождения программы, с целью усвоения программного материала. Промежуточный контроль: опрос. Проводиться один раз в месяц, с целью определения уровня обученности учащихся.

Итоговый контроль: защита проектов, составление кроссворда. Проводиться в мае, с целью определения качества усвоения учащимися программного материала.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение

Методическое обеспечение программы

Образовательный процесс по программе «Культура здоровья» производится очно.

При составлении образовательной программы в основу положены следующие принципы:

- единства обучения, развития и воспитания;
- последовательности: от простого к сложному;
- систематичности;
- активности;
- наглядности;
- интеграции;
- прочности;
- связи теории с практикой.

– **методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.); метод информационной поддержки (самостоятельная работа с учебными источниками, специальной литературой, журналами, интернет – ресурсами).

– **формы организации образовательной деятельности:** индивидуальная, групповая – **формы организации учебного занятия** – групповая, индивидуальная, фронтальная, работа в мини – группах (в динамических парах), практическое занятие, занятие – публичная презентация творческих проектов, занятие – беседа,- мозговой штурм,- мини – маркетинговое исследование,- презентация;

– **педагогические технологии** – технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология коллективной творческой деятельности, технология развития критического мышления через чтение и письмо,

технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология, проблемная (учебный, творческий проект), поисковые (наблюдение, мониторинг), развивающего обучения, диалоговая технология, технологии сотрудничества, информационно – коммуникативные технологии, игровые технологии, обеспечивающие целостность педагогического процесса и единства обучения, воспитания и развития учащихся, а также способствующие реализации компетентностного, системно – деятельностного, интегративно – технологического подходов в дополнительном образовании.

Одним из методов подведения итогов реализации программы является критериальная база оценивания результатов.

Учебное занятие — основная форма организации учебного процесса. Формы проведения занятий: беседа, демонстрация, выставка, творческая мастерская, викторина, защита проектов.

Программа включает в себя использование новых образовательных технологий, рассчитанных на самообразование детей и их максимальную самореализацию в обществе: это личностно-ориентированные технологии обучения и воспитания, в центре внимания которых – неповторимая личность, стремящаяся к реализации своих возможностей и способная на ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях.

2.2. Условия реализации программы

Материально - технические условия реализации программы:

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень *материально – технического обеспечения:*

- учебный кабинет;
- рабочие столы, стулья;
- проектор, компьютер

Информационное обеспечение программы: видеофильмы, презентации

Дидактическое обеспечение программы: литература, разработки схем и таблиц, книги, журналы, карты, шаблоны, таблицы.

Создание и накопление методического материала позволит результативно использовать учебное время, учитывать индивидуальный интерес обучающегося, опыт руководителя, воспитывать самостоятельность, творческий поиск выполнения заданий, осуществлять дифференцированный подход в обучении.

2.3. Оценочные материалы

Формы аттестации разрабатываются для отслеживания результативности освоения программы. Согласно учебно-тематическому плану это:

- практическое занятие;
- контрольное занятие;
- выставка;
- защита творческой работы, презентация творческих проектов.
- опрос;
- тестирование;
- наблюдение; □ практическая работа и др.

Входной тест «Что мы знаем о здоровье»

1. Как называется особая чувствительность к некоторым веществам?

а) инфекция

б) эпидемия

в) аллергия

2. Как не передаются кишечных заболеваний?

а) по воздуху

б) с пищей

в) с грязными

руками 3. Что

вредит здоровью?

а) игры на свежем воздухе

б) малоподвижный образ жизни

в) плавание, катание на лыжах

4. Что не вредит здоровью?

а) курение

б) закаливание

в) спиртное

5. Как передаются возбудители инфекционных заболеваний?

а) по воздуху

б) с пищей

в) с водой

6. Какое заболевание не относится к инфекционным?

а) грипп

б) дизентерия

в) ветрянка

7. Какое вещество разрушает организм и, в конце концов, убивает человека?

- а) никотин
- б) алкоголь
- в) наркотики

8. Что не поможет организму стать сильнее?

- а) занятие спортом
- б) закаливание
- в) вкусная пища

9. Какое питание нельзя назвать здоровым?

- а) регулярное
- б) без спешки
- в) однообразное

Интерпретация (1 бал -1 правильный ответ)

8-9 баллов- ты хорошо осведомлён о

здоровье 5-6 баллов – тебе надо

задуматься о здоровье Меньше 5 – твоё

здоровье в опасности .

Тест: «Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека. Гигиена воздуха»

1. Оптимальная температура в жилых помещениях в умеренном климате:

- а. 16-18 градусов
- б. 18-20 градусов
- в. 20-22 градусов
- г. 22-24 градусов
- д. 24-26 градусов

2. Оптимальным считается отопление:

- а. печное
- б. каминное
- в. центральное водяное
- г. центральное паровое
- д. панельное

3. Повышенная температура воздуха помещений отрицательно влияет на:

- а. пищеварительную систему
- б. систему терморегуляции
- в. сердечно-сосудистую систему □ г. водно-солевой обмен
- д. опорно-двигательный аппарат

4. Пониженная температура воздуха может вызвать нарушения:
- а. периферической нервной системы
 - б. терморегуляции, уменьшая теплоотдачу
 - в. терморегуляции, усиливая теплоотдачу
 - г. иммунной системы
 - д. в виде миозитов, невритов и тд.
5. Для гигиенической оценки отопления помещения необходимо провести:
- а. термометрию
 - б. психрометрию
 - в. анемометрию
 - г. кататермометрию
 - д. барометрию
6. Какой вид отопления не рекомендуется устраивать в жилых зданиях и детских учреждениях:
- а. печное
 - б. каминное
 - в. водяное
 - г. паровое
 - д. лучистое
7. На величину комфортной температуры в помещении влияет:
- а. географическая широта
 - б. климатическая зона
 - в. физические свойства воздуха
 - г. характеристика здания
 - д. степень закаленности организма
8. Нормативные показатели температуры воздуха в помещении зависят от климатической зоны потому, что:
- а. человек относится к гомойотермным биологическим видам
 - б. степень пигментации кожных покровов определяет теплообмен
 - в. различна высота над уровнем моря
 - г. относительная влажность воздуха влияет на теплообмен
 - д. радиационные теплопотери превалируют
9. Тепловой комфорт человека в помещении зависит от:
- а. характера труда
 - б. уровня освещенности
 - в. возраста
 - г. конституции
 - д. эффективности работы отопления

10. Какой путь теплопередачи в условиях теплового комфорта является преобладающим у человека:

- а. кондукция □ б. конвекция
- в. радиация
- г. перспирация
- д. кондукция, конвекция и перспирация

Ответы по теме №1: “Гигиена воздуха”

1. Б
2. Д
3. АБВГ
4. АВГД
5. А
6. Г
7. Б
8. Д
9. АВГД

10. В Оценка результатов: высокий уровень – правильно ответили на 10 – 8 вопросов средний уровень - правильно ответили на 7 – 5 вопросов низкий уровень - меньше 5 вопросов

Опрос-диагностика представлений о ценности здоровья

Инструкция для педагога

Из приведенных далее десяти утверждений о здоровье нужно выбрать (отметить кружком номер) четыре, которые учащийся сочтет наиболее подходящими. Важно объяснить детям, что все утверждения правильные, поэтому проверяется не знание правильного ответа, а отношение к здоровью, как явлению человеческой жизни.

Список утверждений

1. Мы здоровы, потому что ведем здоровый образ жизни (двигаемся, правильно питаемся).
2. Мы здоровы, если нам повезло: наш организм сильный от природы и может сам защитить себя.
3. Здоровье – это жизнь без вредных привычек (табака, спиртного, наркотиков, переедания и др.)
4. Мы здоровы, потому что умеем отдыхать и расслабляться после учебной и физической нагрузки.
5. Здоровье зависит от врачей и уровня развития медицины.

6. Здоровье зависит, главным образом, от личной гигиены (соблюдения режима дня, привычки чистить зубы и т.п.)
7. Когда человек здоров, он хорошо учится и работает, не волнуется и не болеет. Учеба и здоровье зависят друг от друга.
8. Чтобы быть здоровым, надо таким родиться. Здоровье зависит от удачи и от здоровья наших родителей, а мы получаем его по наследству.
9. Если есть хорошая квартира, высокая зарплата, удобный график работы, чистая окружающая среда, то есть и здоровье.
10. Человек здоров, если он духовно и физически совершенствует себя, постоянно стремится к лучшему.

Анализ исследования

Номер высказывания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
баллы	3	1	3	3	1	2	2	1	1	4
Суммарный балл										

13 баллов: у ребенка высокий уровень ценностного отношения к здоровью (лично ориентированный тип);

11-12 баллов: ребенок осознанно относится к своему здоровью (ресурсно-прагматический тип);

9-10 баллов: ребенок недостаточно осознанно относится к своему здоровью (адаптационно-поддерживающий тип);

4-8 баллов: у ребенка отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности.

Защита проектов (Итоговая аттестация)

Высокий уровень - тема проекта раскрыта, исчерпывающе, автор продемонстрировал глубокие знания, выходящие за рамки программы; цель определена, ясно описана, дан подробный план её достижения; работа отличается чётким и грамотным оформлением в точном соответствии с установленными правилами; работа отличается творческим подходом, собственным оригинальным отношением автора к идее проекта.

Средний уровень - тема проекта раскрыта фрагментарно; цель определена, дан краткий план её достижения; предприняты попытки оформить работу в соответствии с установленными правилами, придать её соответствующую структуру; работа самостоятельная, демонстрирующая

серьёзную заинтересованность автора, предпринята попытка представить личный взгляд на тему проекта, применены элементы творчества. Низкий уровень - тема проекта не раскрыта; цель не сформирована; работа шаблонная, показывающая формальное отношение автора; в письменной части работы отсутствуют установленные правилами порядок и чёткая структура, допущены серьёзные ошибки в оформлении.

Список литературы

Для педагога

1. Борнеман О. В. За здоровьем... в библиотеку / О. В. Борнеман // Современная библиотека. – 2011. – № 8. – С. 42–43.
2. Бухаркина Е. Как стать неболейкой / Екатерина Бухаркина // Библиополе. – 2018. – № 4. – С. 52-56. О профилактике вредных привычек среди школьников – проект «Здоров будешь – все добудешь» МЦБС Чаинского района Томской области.
3. Гришина, Е. На зарядку становись! / Е. Гришина // Библиотека. – 2013. – № 4. – С. 48-52.
Роль библиотек в пропаганде здорового образа жизни и работа библиотек Сердобского рна Пензенской обл. по продвижению здорового образа жизни в массы.
4. Дрешер, Ю. Н. Педагогические подходы к формированию здорового образа жизни и их применение в деятельности медицинских библиотек // Библиотековедение. – 2014. – № 3. – С. 116-121.
5. Зубкова, М. Библиотечный ЗОЖ-пост / М. Зубкова // Современная библиотека : научнопрактический журнал о библиотеках, чтении и книге. – 2019. – № 5. – С. 28-31.
Реализация Большехаланской модельной сельской библиотекой волонтерского проекта для молодежи “Библиотечный ЗОЖ-пост”.
6. Заиченко, Н. А. Отношение к здоровью участников образовательного процесса / Наталья Алексеевна Заиченко, Анастасия Александровна Сергушичева // Народное образование. – 2017. – № 5. – С. 48-55.
Опубликованы материалы исследования по выявлению факторов, влияющих на формирование культуры здоровьесбережения участников школьной жизни. Границами исследования являлась система общего образования Санкт-Петербурга.

Для обучающихся и родителей

1. Аким Я. Мыло // Разноцветные дома: Стихи. – М., 1989.
2. Благинина Е. Банька // Журавушка: Стихи. – М., 1973.
3. Зазнобина Л., Ковенько Л. Моя первая книжка о превращениях в природе. – М., 1996.
4. Кончаловская Н. Про овощи // М. М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. Разговор о правильном питании. – Л., 2000.
5. Коростелёв Н. 50 уроков здоровья: Рассказы. – М., 1991.
6. Михалков С. Грипп // Весёлый день. – М., 1979.
7. Мошковская Э. Мы заболели, Даже болеть надо уметь, Засыпает больница // Дом построили для всех. – М., 1970.

Список электронных ресурсов

1. Большая детская энциклопедия для детей. [Электронный ресурс]
<http://www.mirknig.com/>
2. Григорьева Д.В., Степанова П.В. «Внеурочная деятельность школьников»
[Электронный ресурс] <http://standart.edu.ru/>
3. Ликум А. - Детская энциклопедия. [Электронный ресурс]
http://www.bookshunt.ru/b120702_detskaya_enciklopediya_enciklopediya_vse_o_bo_vs_em.5
4. Почему и потому. Детская энциклопедия. [Электронный ресурс]
<http://www.kodges.ru/dosug/page/147/>