

**Методические
рекомендации по
организации деятельности в
общеобразовательном
учреждении, направленной на
формирование культуры
здоровья школьников
(из опыта работы).**

Автор презентации: Грибанова Ирина
Эдуардовна,
учитель МКОУ СОШ №3 с.Камбулат
Туркменского района Ставропольского края

Методическая работа учителей, направленная на формирование у педагогов готовности к реализации здоровьесберегающего образовательного процесса, должна включать в себя следующие элементы:

- **Планирование.**
- **Реализация (организация).**
- **Контроль**
- **Анализ результатов**
- **Корректирование.**

Планирование.

- Педагог определяет для себя круг вопросов в содержании своего предмета, которые могут способствовать самосовершенствованию компетентности и педагогического мастерства в аспекте здоровьесбережения. Подбор теоретического материала, отражающего вопросы здоровьесбережения. Определение методов самосовершенствования в указанном направлении, а также методов преподавания своей дисциплины, способствующих сохранению паритета образованности и здоровья учащихся и самого педагога. Подбирает или создает новые средства реализации данных аспектов содержания своего предмета. Планирует перечень мероприятий в рамках методической работы, направленных на формирование или повышение уровня готовности к реализации здоровьесберегающих технологий.

Реализация (организация).

- На данном этапе педагог определяет содержание, формы, методы и средства методической работы, направленной на повышение уровня готовности учителя к реализации здоровьесберегающих технологий.
- В инвариантной, вариативной и индивидуальной части педагог подбирает свои формы работы, методы и средства достижения нужного результата.

Контроль

- Контроль результатов предполагает выявление учителем изменений своей компетентности и педагогического мастерства, Для этих целей необходимы разработка и применение специальных тестов, контрольных заданий, анкет, а также других методов и средств, в том числе и проведение открытых уроков, позволяющих проследить на сколько педагог овладел проблемами здоровьесбережения и готов к реализации здоровьесберегающих технологий.

Анализ результатов.

- Педагогу необходимо проинтерпретировать выявленные на предыдущем этапе изменения, определить свои «сильные» и «слабые» стороны в готовности к здоровьесбережению, выраженной нами в четырех показателях (компетентность, нравственность, инициативность и педагогическое мастерство).
- В процессе анализа результатов учитель должен определить для себя те моменты, которые требуют корректировки, доработки или создания и использования чего-то нового, ранее не задействованного, но имеющего своей целью помочь педагогу достичь требуемого уровня данного вида готовности. Определяются наиболее эффективные методы и средства достижения поставленных задач методической работы в вопросах здоровьесбережения, наиболее оптимальные формы работы.

Корректирование.

- На данном этапе педагог вносит целесообразные изменения в проводимые им мероприятия в рамках методической работы по проблемам здоровьесбережения. Он отбрасывает или преобразует малоэффективные средства, методы, аспекты содержания теоретической и практической подготовки, подбирает или проектирует новые, основываясь при этом на результатах анализа, проведенного на предыдущем этапе.
- Этап корректирования по своей сути схож с этапом планирования, т.е. с первоначальным этапом методической работы учителя. Это обусловлено цикличностью данного процесса. Другими словами, после этапа корректирования следует этап реализации уже скорректированных мероприятий, затем контроль результатов данной реализации и т.д.

- **Таким образом, весь этот процесс идет как бы по спирали: этапы повторяются, однако мероприятия внутри них совершенствуются от витка к витку. Заканчивается данная деятельность только при условии достижения необходимого нам результата; сформированное у педагога проектируемого (по возможности высокого) уровня готовности к осуществлению здоровьесберегающего образовательного процесса.**

Интерактивные методы -

- это усиленное педагогическое взаимодействие, взаимовлияние участников педагогического процесса через призму собственной индивидуальности, личного опыта жизнедеятельности. Это процесс интенсивной межсубъектной коммуникации педагога и учащихся (педагог — субъект своей профессиональной деятельности ставит в позицию субъекта образовательной деятельности — учащегося). Интерактивное педагогическое взаимодействие характеризуется высокой степенью интенсивности общения его участников, их коммуникации, обмена деятельностями, сменой и разнообразием их видов, форм и приемов, целенаправленной рефлексией участниками своей деятельности и состоявшегося взаимодействия. Интерактивное педагогическое взаимодействие, реализация интерактивных педагогических методов направлены на изменение, совершенствование моделей поведения и деятельности участников педагогического процесса.

Анализ практики интерактивного педагогического взаимодействия позволил выделить следующие его ведущие признаки и инструменты:
полилог, диалог,
мыследеятельность,
смыслотворчество, межсубъектные отношения, свобода выбора,
создание ситуации успеха,
позитивность и оптимистичность оценивания, рефлексия и др.

Классифицировать интерактивные методы можно по их ведущей функции в педагогическом взаимодействии на методы:

- создания благоприятной атмосферы, организации коммуникации;**
- организации обмена деятельностью;**
- организации мыследеятельности;**
- организации смыслотворчества;**
- организации рефлексивной деятельности;**
- интегративные (интерактивные игры).**

- Слово “**интерактив**” пришло к нам из английского от слова *interact* (*inter* — это **взаимный**, *act* — **действовать**). **Интерактивность** означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с чем-либо (например, компьютером) или кем-либо (человеком). Следовательно, **интерактивное обучение** — это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие учителя и ученика, учащихся между собой, направленное на совместное решение общих, но значимых для каждого ученика задач.

- **Интерактив** исключает доминирование как одного выступающего, так и одного мнения над другим, что очень значимо для подросткового и юношеского возраста, когда давление расценивается как унижение достоинства.
- В ходе диалогового обучения учащиеся учатся критически мыслить, решать сложные проблемы на основе анализа обстоятельств и соответствующей информации, взвешивать альтернативные мнения, принимать продуманные решения, участвовать в дискуссиях, общаться с другими людьми. Для этого на уроках организуется индивидуальная, парная и групповая работа, применяются исследовательские проекты, ролевые игры,

- При обучении ЗОЖ нужно учитывать возрастные особенности школьников. Так, в подростковом и юношеском возрасте еще недостаточно сформировано представление о личностной ценности здоровья. Далеко не все школьники осознают здоровье как обязательное условие достижения жизненного успеха, самореализации, могут прогнозировать влияние на здоровье последствий своего поведения.
- У школьников может быть уже сформировано отношение к той или иной проблеме, нередко расходящееся с оценками и взглядами педагога. Для учащихся большое значение имеет общение со сверстниками и более значимым является мнение товарищей, одноклассников, а не учителей и родителей. Школьники часто с недоверием относятся к информации, которую они получают от взрослых, считая, что их взгляды «устарели», «не соответствуют» действительности, «преувеличивают» опасность и т.д.

Учитывая возрастные особенности подростков и юношей, педагогу при обучении ЗОЖ можно рекомендовать следующее:

- избегать «навязывания» учащимся готовых оценок и нормативов. Основное внимание следует уделять созданию условий, стимулирующих активный обмен мнениями между подростками, обсуждению и анализу различных позиций;
- использовать формы и методы, обеспечивающие самим учащимся роль ведущих, организаторов работы. Например, антинаркотическая информация, представленная сверстниками, будет иметь более действенный эффект, чем сведения, полученные от педагога;
- основной акцент следует делать на наиболее значимых для школьника факторах. Например, следует показать, что ухудшение здоровья может негативно отразиться на внешности подростка, его спортивных достижениях, привести к ограничениям при выборе профессии, затруднениям во взаимоотношениях с окружающими и т.д.

Виды интерактивных методов, каждый из которых имеет определенную цель:

- **передача знаний информации (лекции, уроки);**
- **изменение отношения (дискуссии, ролевые игры, дебаты, шоу-технологии);**
- **обучение социальным навыкам (тренинги, ролевое моделирование);**
- **обмен взглядами на ту или иную проблему (беседы, художественная деятельность)**

Игры.

- Традиционно принято рассматривать игру как ведущую форму деятельности в дошкольном и младшем школьном возрасте. Между тем игра продолжает сохранять свое значение и на последующих возрастных этапах. Так, у старших школьников игра становится формой реализации мотивации достижения и самоопределения. Можно использовать ролевые, ситуационные игры, которые эффективны для отработки

Проектная деятельность

- обеспечивает школьникам наиболее высокий уровень самостоятельности, они выступают в роли разработчиков и исполнителей проекта. Эта форма работы позволяет удовлетворить одну из главных потребностей этого возраста – почувствовать себя взрослым, проявить себя в социально значимой деятельности. В результате у школьников формируются универсальные полезные навыки (умение ставить задачи и выполнять намеченное, рационально распределять свою работу, умение сотрудничать и т.д.), а также решаются специальные воспитательные задачи (например, формирование негативного отношения к наркотикам).

Лекция

- – самая популярная среди взрослых и самая «нелюбимая» среди учащихся форма работы. Однако при обсуждении ряда тем (например, проблем наркомании) такая форма оказывается необходимой. Как можно увеличить коэффициент ее полезного действия?
- При выборе темы выступления следует учитывать интересы самой аудитории. Предоставляемая информация должна быть объективной и достоверной. Даже из самых лучших побуждений не следует искажать данные, пытаясь предостеречь своих слушателей. Ведь такие «художественные преувеличения» способны вызвать недоверие к лектору, сомнения в его компетентности.
- Помимо классического варианта лекции могут использоваться такие формы, как лекция-дискуссия и лекция с обратной связью. Лекция-дискуссия включает не только сообщение материала, но и его обсуждение. При проведении лекции с обратной связью лектор представляет проблемную информацию, которая затем обсуждается

АКЦИИ

Это вид массовой игровой работы в школе. Собственно, это не игра, а игровая среда, которая на определенное время создается в пространстве школы, параллели, класса. Она не мешает разворачиваться другим видам деятельности детей и взрослых, но имеет некоторое собственное содержание, правила, намеченный результат. Основная цель таких акций — расширение жизненного пространства участников за счет внесения в их жизнь новых дополнительных эмоций, культурных значений. «Жизнь богаче, чем вы ее привычно воспринимаете» — таков, видимо, пафос «психологического действия». Как нельзя лучше для создания такой среды подходит «Неделя безопасности в школе». Но эта акция с большим числом участников не всегда по силам одному педагогу. Поэтому акции могут быть эпизодичны, внезапны, невелики по количеству участников или длительности проведения. Если они иногда случаются в школе — это замечательно. Например, «День вежливого отказа», «Ищу друга» или «День без конфликтов».

Такие акции, как «Лучший слоган против пива», «А мы — против!», могут быть реализованы следующим образом: подготавливается стенд («забор», «стена», несколько листов ватмана, скрепленных между собой). На них учащиеся могут записывать слоганы, высказывания, речевки, агитки.

Акции

Важные особенности акции — ненавязчивость и необычность. Она не мешает существовать в обычном режиме тем, кто хочет ее не замечать, окрашивает в новые яркие краски жизнь тех, кто готов в нее включиться.

Акции объединяют участников, создают в школе определенный настрой, доминирующее эмоциональное состояние.

«Ситуации и их решение»

(5–6 класс)

Класс разбивается на подгруппы. Учитель раздает описание ситуаций,

требующих принятия решения. Каждая подгруппа должна придумать варианты решения, оценить последствия и сделать выбор. Затем выступающие от подгрупп предлагают варианты, оценки и принятые итоговые решения.

Возможные ситуации:

- Саша предлагает Коле вместо уроков пойти поиграть на игровых автоматах. Идти в школу или идти играть?
- Оля предлагает Кате потихоньку взять кошелек, оставленный кем-то из учеников в сумке в классе. Брать кошелек или нет?
- Наташа предлагает Кате попробовать покурить. Курить или нет?
- Колю старший приятель угощает пивом. Что делать?
- По телевизору показывают интересный фильм, но если Таня будет его смотреть, то не успеет сходить в магазин.

ДЕБАТЫ

Дебаты — это целенаправленный и упорядоченный (структурированный) обмен идеями, суждениями, мнениями, т.е. дебаты — это форма дискуссии. В связи с этим целесообразно использовать дебаты в работе со старшеклассниками.

Дебаты — это интеллектуальная игра, суть которой заключается в том, что две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, чтобы убедить члена жюри (судью) в своей правоте. Таким образом, цель дебатов — представить точки зрения и убеждающие аргументы.

- **Дебаты — это в первую очередь спор по**
ПРОБЛЕМЕ

Дебаты

- Дебаты — это технология проведения игр, формирующих навыки критического мышления, умения отстаивать свою позицию, действовать в новых непредсказуемых ситуациях, быть терпимым к другим точкам зрения.

Дебаты формируют активную гражданскую позицию и способствуют социализации и самореализации.

- Дебаты проводятся по наиболее актуальным и противоречивым темам.
- В ходе игр учащиеся получают основательные знания по изучаемым темам, учатся правильно строить свою речь, получают навыки ведения исследовательской работы, проходят через мастерские логики, риторики, культуры речи, имиджа спикера.

ДЕЛОВАЯ ИГРА

Деловая игра — моделирование процессов и механизмов принятия решений. В деловой игре процесс выработки решений происходит в условиях поэтапного, многошагового уточнения необходимых факторов, анализа информации, поступающей дополнительно и вырабатываемой в ходе игры.

Деловую игру с учащимися средних и старших классов можно проводить в проектных играх, при необходимости выработать общее решение.

В процессе игры участники анализируют ситуацию, принимают и обсуждают решения, а также вступают между собой в определенные отношения, которые могут носить характер соперничества, сотрудничества, формального взаимодействия и т.д.

Деловая игра дает участникам возможность увидеть результаты своих действий, сравнить их с результатами других участников и в случае необходимости скорректировать свое решение.

Особенности организации деловой игры

В деловой игре выделяют следующие этапы:

1. Планирование
2. Подготовка
3. Введение в игру
4. Разделение участников на группы
5. Изучение ситуации
6. Обсуждение ситуации в группах
7. Игровой процесс (анализ ситуации, принятие решения, его оформление)
8. Подведение итогов игры. Анализ деятельности групп. Оценка эффективности работы участников и групп
9. Разбор оптимального варианта
10. Общая дискуссия

«Создание клипа «Мы выбираем здоровый образ жизни» (9 класс)

Группа работает в режиме проективной деловой игры. Она становится

телестудией, сотрудники которой разрабатывают проект клипа «Мы выбираем здоровый образ жизни».

Группа разбивается на подгруппы, которые создают для себя тексты

(10–15 предложений), сценарий (последовательность событий), разрабатывают живые картины (что делают члены группы, раскрывая идеи текста), выбирают жанр (фантазия, триллер, реализм, мелодрама, трагедия, драма, комедия и т.д.) и подбирают музыкальное и шумовое сопровождение.

Ведущий может распределить жанры следующим образом: 1-я подгруппа — песня, 2-я подгруппа — стихи, 3-я подгруппа — рисунки, 4-я подгруппа — коллаж, 5-я подгруппа — мини-спектакль и т.п.

Каждая подгруппа показывает свой проект. Затем происходит обсужде-

ние, на ватмане записываются признаки здорового образа жизни и тех действий, которые необходимы для его реализации.

ДИСКУССИЯ

Под *дискуссией* понимается совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса, позволяющее прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения.

Цель дискуссии заключается в получении аргументированных точек зрения или позиций на заданный предмет или проблему.

Использование дискуссии в образовательных программах уместно в следующих случаях:

- когда учебная цель заключается в поощрении критического мышления или улучшения навыков общения;
- когда необходимо “самостоятельно открыть” новые идеи;
- когда необходимо сформировать или изменить отношение к проблеме со стороны учащихся.

«МОЗГОВОЙ ШТУРМ»

Брейнсторминг, «мозговой шторм» — это тип взаимодействия, задачей которого является продуцирование участниками группы максимального количества идей на предложенную тему. Это один из самых простых и в то же время весьма эффективный метод работы с группами. Перед группой ставится конкретная задача. Важно правильно сформулировать проблему в виде вопроса, чтобы участвующие генерировали свои предложения, отвечая на вопрос. Как правило, «мозговой шторм» проводят в темпе, сжато. Эта техника хорошо срабатывает потому, что мнения одного человека нередко стимулируют мнения другого, идеи возникают одна за другой.

Метод «мозгового шторма» может быть рассмотрен с двух точек зрения:

- 1) как способ организации малой группы (управление групповой динамикой, ускорение развития группы, например, через разрешение межличностных конфликтов);
- 2) как способ развития творческого мышления у

Правила «мозгового штурма»

1. Все предложения записываются.
2. Никакой оценки во время процесса.
3. Все идеи равноправны и лишаются авторства.
4. Не существует безумных идей.
5. Безумные предложения способствуют генерации вполне нормальных.
6. Необходимо установить время окончания работы.
7. Самые гениальные предложения появляются в последние 10% отведенного на работу времени.

РОЛЕВАЯ ИГРА

Ролевая игра — это маленькая пьеса, разыгрываемая участниками. В основном, импровизированная. Ее цель — оживить обстоятельства или события, знакомые участникам. Ролевые игры могут повысить понимание ситуации и вызвать сопереживание по отношению к оказавшимся в ней людям. Например, в ролевой игре об ограблении участники, играя роль потерпевших, могут понять, каково быть жертвой преступления.

СУДЕБНЫЙ ПРОЦЕСС (СУД)

Это игровое мероприятие представляет собой спроектированный силами учащихя судебный процесс, на котором рассматриваются различные актуальные проблемные (в том числе конфликтные) вопросы и ситуации. Вопросы и ситуации могут быть связаны с различными проблемами общественной и индивидуальной жизни. Например, «Дело об ответственности за употребление наркотиков», «Дело о допустимости пива в подростковом возрасте» могут поднять вопросы общественных оценок и помогут найти основания различия взглядов и отношений к общественным явлениям.

ШОУ–ТЕХНОЛОГИИ

Различные игровые мероприятия типа шоу демонстрируют телепередачи: «Звездный час», «Зов джунглей», «Музыкальный ринг», «Без комплексов», «Пусть говорят», «Счастливый случай», классический КВН и др.

Три общие особенности: деление участников на выступающих («сцену») и зрителей («зал»), соревновательность на сцене, заготовленный организаторами сценарий.

Цели при организации урока по аналогии с шоу сходны с целями любой воспитательной акции, в которой участвует группа школьников, и представлены в следующем единстве:
педагогическая цель (для зрителей — опыт эмоционального реагирования в культурных формах), жизненная задача (для активных участников «сцена» — опыт индивидуальной и совместной публичной соревновательности), организаторская задача (социальная полезность).

ТОК-ШОУ

Ток-шоу — активная учебная форма групповой работы; может проводиться в виде драматизации конфликта, в котором задаются противоречивая ситуация, характерные роли, однако основное действие разворачивается спонтанно, исходя из личностных особенностей участников драматизации.

Цель: дать возможность участникам группы проанализировать динамику конфликта, интерпретацию участников конфликта причин и мотивов их поведения и испытываемых ими чувств.

Ток-шоу — одна из наиболее интересных форм организации воспитательного процесса. Эта дискуссионная форма привлекательна для подростков тем, что можно поспорить с одноклассниками и учителем, все подвергнуть сомнению, приводя свои аргументы, отстаивать собственную точку зрения. Организационно ток-шоу позволяет включить в дискуссию большое количество детей и как воспитательная форма имеет ряд достоинств:

- **обсуждаются проблемы, волнующие детей, в привлекательной и достаточно известной для них форме;**
- **аудитория делится на группы, отстаивающие или придерживающиеся различных точек зрения;**
- **ведущий направляет обсуждение на предмет спора, напоминая о правилах ведения дискуссии и о необходимости уважать друг друга;**
- **в ходе ток-шоу мнения взрослого не навязываются подросткам, они свободны в своем нравственном выборе, и даже если они его не сделают в ходе диспута, дискуссия натолкнет их на размышления, на поиск истины.**

Незаконченные предложения

Этот прием особенно эффективен для актуализации состояний, знаний и для исследования результатов обучения. Педагог может составить незаконченные предложения самостоятельно либо воспользоваться каким-либо источником. Лучше, если предложений немного: 5–9. Можно эти предложения заготовить в виде распечаток и раздать для самостоятельной работы. Затем группа делится на пары и участники поочередно зачитывают друг другу варианты предложений. При общем обсуждении необходимо отметить наиболее различающиеся, а также типичные точки зрения.

Примеры «Незаконченное предложение»

Ведущий предлагает каждому участнику занятия по очереди продолжить фразы: «Курение — это...» и «Когда мне предлагают закурить, я говорю...».

Тесты и опросники

- Мы включили тесты в категорию интерактивных методов в связи с тем, что по результатам их выполнения довольно легко организовать обсуждение, дискуссию, игру и т.п. Тесты могут проверять знания или расширять кругозор (тест «Табакокурение»). У детей и подростков тесты, направленные на самоизучение, вызывают острый интерес. Можно провести письменный опрос в классе, можно предложить учащимся выступить в качестве репортеров дома и получить ответы от своих родственников, затем на занятиях вместе обработать и обсудить полученные результаты, выявив какие-то закономерности.

Упражнения-активаторы

- Такие упражнения выполняют на занятиях несколько функций. Они снимают напряжение, позволяют участникам переключиться с одной темы на другую, не уставать, поддерживать хорошее рабочее состояние в течение занятия.

Примеры

- **«Разминка тела»**
Разделиться на пары. Упершись плечом в плечо, попытаться сдвинуть партнера с места. Спинами. Боками. Руками.
- **«Перемена мест»**
Участники сидят в кругу. Проговаривается инструкция: «Сейчас один из нас станет водящим. Он встанет в центр круга и предложит поменяться местами тем, кто обладает неким признаком, который есть и у него самого. Все, кто считают, что обладают этим признаком, могут как можно быстрее пересесть на другой стул. Водящий в это время стремится занять один из стульев. Тот, кому не достается стул — становится водящим».

Заключение

- Самое дорогое у человека – это жизнь. Главное в жизни – здоровье. Заботясь о своем здоровье, мы заботимся о будущих поколениях. Здоровье человека зависит от многих причин: от наследственных факторов, медицинской помощи, состояния окружающей среды и образа жизни. Образ жизни складывается из привычек, характера, потребностей того или иного человека, его материального и духовного состояния, традиций и т.д. Для того, чтобы чувствовать себя благополучно, нужно вести здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни включает в себя соблюдение правил личной гигиены, занятий физической культурой, закаливание, правильное питание, воздержание от употребления алкоголя, табака, наркотиков, умение справляться с различными переживаниями. Полезные и вредные привычки могут как способствовать сохранению и укреплению здоровья, так и быть направлены против него.

Воспитание ценностного отношения к собственному здоровью – цель формирования здорового образа

Выводы:

- **Опережающее информирование подростков по формированию здорового образа жизни, на основании которого у них формируется свое отношение к существующим проблемам – основной этап процесса позитивного изменения в обществе;**
- **Отношение формирует убеждения – более устойчивые личностные образования, которые позволяют критически оценивать поступающую информацию и определяют поведение подростка в определенной ситуации. Поэтому особое внимание следует уделять формированию навыков отказа и противостояния давлению в различных сложных ситуациях;**
- **В учебных заведениях следует составлять программы по пропаганде здорового образа жизни, где должны быть затронуты психологические или философские проблемы (ценности, поведение, переживания, настроение, смысл жизни и др.), а также сделан акцент на формирование мотивации к сохранению здоровья. Необходимым элементом программы должен быть заложенный в ней механизм оценки эффективности;**

Выводы

- К деятельности, направленной на профилактику негативных явлений, должны привлекаться не только педагоги, но и другие специалисты государственных учреждений, общественных объединений для создания единой системы профилактической работы;
- Чтобы повысить эффективность профилактической работы, связанной с неправильным образом жизни, нужно обязательно вовлекать родителей в проводимые профилактические мероприятия. Родители должны быть союзниками педагогов и специалистов по созданию у подростков осознанной мотивации на сохранение ребенка;
- Педагогам в своей работе нужно использовать различные интерактивные формы: ролевые игры, мозговые штурмы, дискуссии, моделирование ситуаций, пресс-конференции, деловые игры, дебаты.

Формирование здорового образа жизни

является главным рычагом первичной профилактики в укреплении здоровья населения через изменение стиля и уклада жизни, его оздоровление с использованием гигиенических знаний в борьбе с вредными привычками, гиподинамией и преодолением сторон, связанных с жизненными ситуациями.

Неотъемлемой частью здорового образа жизни являются высокие моральные, нравственные и этические ценности человека, где большое внимание надо уделять формированию сознания личности как общественной единицы и особое место отводить соблюдению распорядка дня, рациональному питанию, искоренению вредных привычек, оптимальному двигательному режиму, физическим упражнениям.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- *Учебно-методические пособия для учащихся, педагогов и родителей:*
- *Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А.* Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для начальной школы. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Безруких М.М., Филиппова Т.А.* Учебно-методический комплект «Разговор о правильном питании». – М.: Олма-Пресс, 1999–2003.
- *Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г.* Учебно-методический комплект «Две недели в лагере здоровья». – М.: Олма-Пресс, 2002.
- *Журавлева О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н.* Программа «Путешествие во времени» (методические рекомендации по курсу профилактических занятий для подростков). – М., 2000.
- *Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1–11 классов / Под ред. В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной.* – М., 2001.
- *Кобякова Т.Г., Смердов О.А.* Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. – М., 2002.
- *Латышев Г.В., Орлова М.В., Яцышин С.М., Титова О.А., Речнев Д.О.* Руководство по работе с подростками «Смотри по жизни вперед». – СПб.: АПКПРО, 2001.
- *Макеева А.Г.* Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для 7–11 классов. – М.: Просвещение, 2004.
- *Макеева А.Г., Лысенко И.В.* Учебно-методический комплект «Волшебные уроки в стране Здоровье». – СПб., Образование и культура, 1999.
- *Макеева А.Г.* Учебно-методический комплект «Не допустить беды». – М.: Просвещение, 2003.
- *Подростковая наркомания. Комплект наглядно-методических пособий.* – М.: Центр Планетариум, 2002.
- *Серия «Работающие программы». Составители серии Чечельницкая С.М., Родионов В.А.* – М., 2000.

Брошюры для родителей:

- *Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М.* Режим дня младшего школьника. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Бабенкова Е.А.* Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье. – М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Безобразова В.Н., Догадкина С.Б., Кмить Г.В., Рублева Л.В., Шарапов А.Н.* Как сохранить сердце ребенка здоровым. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Безруких М.М.* Чему и как учить до школы. – М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Безруких М.М.* Пора ли в школу? – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Дружинина В.Р., Параничева Т.М.* Режим дня ребенка-дошкольника. – М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Зайцева В.В.* Зачем учиться физкультуре. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Зайцева В.В.* Полные и худощавые дети. – М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Лапицкая Е.М.* Как выбрать спортивную секцию для ребенка.– М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Леонова Л.А., Макарова Л.В.* Компьютер и здоровье ребенка. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Макеева А.Г.* Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Савватеева С.С.* Как помочь ребенку сохранить хорошее зрение. – М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Сонькин В.Д.* Секреты правильного питания.– М.: Вентана-Граф, 2003.
- *Сонькин В.Д., Анохина И.А.* Как правильно закаливать ребенка. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- *Фарбер Д.А.* Младший школьник: развитие мозга и познавательной деятельности. – М.: Вентана-Граф, 2002.

Использованная литература

- Чуменко Елена Владимировна
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.
ИНТЕРАКТИВНЫЕ МЕТОДЫ
ОБУЧЕНИЯ»
- Минск, Издатель А.Н. Вараксин, 2009