

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Ханты-Мансийский автономный округ-Югра
Тюменская область
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №6»
(МБОУ СОШ № 6)

УТВЕРЖДЕНО

Директор Трофименко Е.Г.

Приказ от 25 августа 2023 г. № 384-О

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Курса внеурочной деятельности «Растем здоровыми и сильными»

(для обучающихся 3 классов)

Радужный
2023

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Растем здоровыми и сильными»

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Растем здоровыми и сильными» составлена для обучающихся 3 классов в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе Рабочей программы воспитания, в соответствии Положением о рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей основной образовательной программы начального общего образования в МБОУ СОШ №6, утвержденного приказом МБОУ СОШ №6 от 5 июня 2023 г. №311-О, на основе авторской программы Н.Я.Дмитриева, К.А. Семенова «Растем здоровыми и сильными», 2011. Программа курса направлена на формирование первоначального представления детей об элементарных нормах здорового образа жизни

Направленность программы

Программа курса направлена на достижение планируемых результатов, реализацию программы формирования универсальных учебных действий.

Актуальность программы заключается в том, что уровень требований к человеку с развитием цивилизации повышается, усложняются и условия, в которых он живет. Необходимо подготовить наших детей к здоровой продуктивной жизни, развивая интеллектуально, приучить школьников к физической активности, здоровому образу жизни, правильной организации каждого дня.

Новизна программы – расширение рамок учебных курсов «Окружающий мир», «Физическая культура» в аспекте понимания экологии природы и человека.

Практическая значимость

Предлагаемый курс выполняет не только просветительскую, воспитательную функции, но имеет и практическую направленность. Так, беседа о необходимости соблюдения режима дня подкрепляется практическими заданиями, повышающими самоорганизацию школьников. Многие дети в этом возрасте уже должны в соответствии с правилами дорожного движения переходить дорогу, знать, как вести себя с незнакомыми людьми, уметь ориентироваться в разных, порой непростых ситуациях. Выполнение домашних заданий бывает связано с использованием современных технических средств, в первую очередь компьютера, что требует знания и соблюдения определенных санитарно-гигиенических требований.

Цель и задачи рабочей программы:

- формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья, взаимовлиянии природы и человека друг на друга;
- подвести учащихся к пониманию особенностей организма человека и его возможностей;
- воспитывать бережное отношение к здоровью и понимание необходимости ведения здорового образа жизни;
- формировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.

Отличительные особенности рабочей программы

Рабочая программа «Растем здоровыми и сильными» в интересной и занимательной форме позволяет обратить внимание ребенка на свое здоровье, научить его заботиться о своем организме, сформировать привычку к занятиям спортом, активному досугу, привить внимательное отношение к природе, окружающему миру, научить быстро и правильно принимать решения в возникающих в жизни ситуациях.

Особенности возрастной группы

Рабочая программа «Растем здоровыми и сильными», рассчитана на 1 год для учащихся 3х классов, может реализовываться в любой группе учащихся и не требует от них специальной предварительной подготовки.

Тип программы: комплексная образовательная программа.

Представленная программа «Растем здоровыми и сильными» для учащихся 3 классов включает раздел: «В гармонии с окружающим миром». В процессе изучения первого раздела дети расширяют свой кругозор, узнают о глобальных проблемах современности, таких как урбанизация, ухудшение экологической ситуации (разумеется, на доступном для данного возраста уровня), учатся понимать связи между своими действиями и здоровьем - своим и окружающих, начинают осознавать ответственность за свой образ жизни.

Место курса: общее число часов в год 34 в год, из расчета – 1 час в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА (34 часа, 3 класс)

Природа, как твоё здоровье? Что такое экология? 1ч

Теория: Что такое экология? Что такое окружающая среда? Сезонные изменения в природе. Роль экологии в жизни человека. Влияние хозяйственной деятельности человека на среду обитания растений и животных. «Хорошая» и «плохая» экология.

Практика: Беседа «Что такое экология», викторина

Мой любимый школьный двор 1ч

Теория: Наблюдение за растительным и животным миром. Оценка экологического состояния пришкольного участка. Что мы можем сделать для нашего двора?

Практика: Экскурсия по пришкольной территории, уборка пришкольной территории, изготовление скворечников, посадка деревьев.

Наша среда обитания 2ч

Теория: Город, село, деревня. Прогресс и переселение в города. Что такое мегаполис? Современный город: преимущества и опасности. Ориентирование в городе: что делать, если ты заблудился? Карта города и план населенного пункта. Основы безопасности жизнедеятельности в городе. Как вести себя в чрезвычайной ситуации.

Практика: Ориентирование в городе: что делать, если ты заблудился? Обсуждение темы «Город, село как среда обитания»

В городских джунглях. Выбираем безопасный маршрут 2ч

Теория: Предполагается осмотр окрестностей школы и выбор потенциально опасных мест и безопасного маршрута до дома.

Тротуар, пешеходная дорожка, обочина. Наблюдение за дорожным движением возле школы.

Практика: Творческое задание: выбрать графически свой безопасный маршрут от дома до школы.

Экскурсия в центр города (если школа городская) или в город (для школьников села, поселка и т.д.).

Школа светофорных наук 2ч

Теория: Причины дорожно-транспортного травматизма детей. «Дирижер» уличного движения. Правила перехода перекрестка. Нерегулируемый перекресток. Правила дорожного движения. Что такое ГИБДД и кто такой инспектор ДПС. Велосипед на улицах города.

Практика: Творческое задание: сочинение песенки стихи о правилах Дорожного движения. Викторина «Правила движения достойны уважения», конференция, выставка творческих работ.

Я пешеход и пассажир 2ч

Теория: Применение пройденного на практике.

Практика: Наблюдение за дорожным движением города или села. Упражнения для укрепления памяти, внимания.

Если стихия разбушевдалась 2ч

Теория: Что такое природные катаклизмы (наиболее характерные для данной местности погодные условия). Ураганный ветер. Смерч. Снежная буря. Наводнение. Цунами. Землетрясение. Правила поведения в экстремальной ситуации. Способы передачи информации на расстоянии.

Практика: Игра: моделируем чрезвычайную ситуацию. Конкурс рисунков «Сохраним природу».

Мой дом - моя крепость 2ч

Теория: Квартира и частный дом: преимущества и недостатки. Когда взрослых нет дома. Наши равноправные помощники: электричество и газ, водопровод и отопление. Правила безопасного использования электроприборов. Экономное использование ресурсов. Газовая плита и колонка.

Практика: интервьюировать родителей. Что делать, если... (в доме пахнет газом; начался пожар; прорвало трубу и т.д.). Вызов полиции и МЧС. Игры: «Юные криминалисты». Игры на внимание

Перед экраном телевизора 2ч

Теория: Сколько времени можно уделить телевизору без вреда для здоровья. «Хорошие» и «плохие» телезрители: что и как смотреть. СМИ. Место у телевизора. Как дать отдых глазам. Шум от телевизора (магнитофона, плеера): шкала громкости.

Практика: Презентация детской познавательной передачи. Разработка упражнений для утренней гимнастики, подвижные игры

Компьютер - не игрушка 2ч

Теория: Компьютер - великое изобретение человечества. Что было, когда не было компьютеров? Может ли компьютер «думать». Что такое искусственный интеллект. Где используются компьютеры (для математических вычислений; для создания баз данных; управления всевозможными устройствами). Первые ЭВМ и современные компьютеры. Компьютер в офисе и дома.

Возможности, которые дают компьютер и Интернет. Правила безопасной работы на компьютере: зрение; поза; расположение монитора. Компьютерные игры: как избежать зависимости.

Всемирная паутина: поиск информации в Интернете. Правила безопасности: вирусы и мошенники.

Практика: Разработка комплекса упражнений для тех, кто работает за компьютером. Физкультминутка. Дыхательная гимнастика, подвижные игры.

Наши домашние любимцы 2ч

Теория: Животное в доме — это радость, но и большая ответственность. Уход за питомцем. Гигиена домашних животных. Ветеринар. Заболевания, переносчиками которых могут быть животные.

Практика: Конференция, проект «Наши домашние любимцы». Конкурс рисунков «Мой четвероногий друг».

Растения и человек 2ч

Теория: Комнатные растения. Значение растений в вашем доме. Путешествие с комнатными растениями. Уход за растениями. Полезные и опасные растения. Лекарственные растения: дикорастущие и культурные. Что такое биологически активные вещества. Знакомство с лекарственными растениями и их применением. Редкие и охраняемые растения вокруг нас. Растения, которые мы едим. Овощи, фрукты. Санитарная обработка овощей и фруктов. Осторожно: пестициды!

Практика: Викторина «Назови растения».. Выставка рисунков. Сбор информации о лекарственных, комнатных растениях. Творческий отчет – проект.

Осторожно: ядовитые растения 2ч

Теория: Растения, опасные для человека. Характерные признаки. Меры предосторожности. Правила, которые необходимо соблюдать при встрече с ядовитыми растениями. Использование ядовитых растений в медицине.

Практика: Экскурсия в школьную столовую. Выставка творческих работ. Командные игры и конкурсы на свежем воздухе.

Каким воздухом мы дышим 2ч

Теория: Что происходит с нашей атмосферой. Что мы можем сделать для сохранения воздуха. Леса - легкие нашей планеты. Сохранить живые насаждения.

Практика: Соревнования «Весёлые старты». Дыхательная гимнастика, подвижные игры.

Погода, климат и здоровье человека 2ч

Теория: Наблюдения за погодой (использование барометра, флюгера, термометра; создание мини- метеорологической площадки; ведение журнала наблюдений). Определение климата своей местности на основе собственных наблюдений и данных о длительных наблюдениях за погодой. Болезни и недомогания, связанные с погодными условиями. Акклиматизация.

Практика: Беседа, презентация «Мой журнал наблюдения за погодой». Определение климата своей местности на основе собственных наблюдений и данных о длительных наблюдениях за погодой.

Что будет, если мы не будем беречь природу? 2ч

Теория: Как выглядела Земля миллиарды лет назад. Понятие экологической катастрофы. Экологические катастрофы древности и современные проблемы: потепление мирового климата, озоновая дыра, эпидемии, бактериальное и ядерное оружие. Красная книга.

Практика: Круглый стол «SOS». Конкурс рисунков «Сбережём природу»

Айболит спешит на помощь 1ч

Теория: Травмы: растяжения связок, ушибы, переломы, вывихи. Последствия от травм. Кровотечения: носовое кровотечение. Отравления: причины и лечение. Солнечный удар, тепловой удар. Аллергия

Практика: Посещение медицинского кабинета. Викторина «Первая помощь при травмах»

Подготовка к походу 3ч

Теория: Разработка маршрута. Список покупок. Что брать с собой в поход: продуктовый и неприкосновенный запас; аварийный комплект и «аптечка»; план местности. Как вязать узлы и упаковывать вещи. Палатка и спальный мешок. Правила безопасности в походе.

Практика: Игра: «Собираемся в поход». Командные игры и конкурсы на свежем воздухе. Экскурсия в парк. Оформление стенгазеты «Путевой журнал». Соревнования «Юный турист».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ КУРСА

Личностные универсальные учебные действия

у обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни; установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- чувство гордости отечественными спортивными достижениями;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании в активной жизнедеятельности; приобщение к красоте родной природы;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;

- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений. **Обучающийся получит возможность для формирования:**

- интереса к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;

- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в познавательной и досугово-игровой деятельности;

- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;

- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению;

- начальных представлений о ценности и уникальности природного мира.

Метапредметные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;

- принимать и сохранять познавательные задачи, в том числе практические;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;

- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;

- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;

- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;

- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;

- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;

- контролировать свои действия в коллективной работе;

- соблюдать правила взаимодействия с игроками;

- во время подвижных игр учитывать реакцию партнера на игру, следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;

- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;

- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.

- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;

- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; задавать вопросы, необходимые для организации деятельности.

Формы отслеживания итогов реализации программы внеурочной деятельности «Растём здоровыми и сильными»

Викторина. (см приложение №1) Экскурсия. Творческая работа. Выставка творческих работ. Презентация. Интервьюирование. (см. приложение №2). Подвижные игры. (см. приложение №3). Спортивный праздник «Весёлые старты». (см. приложение №4). Соревнование «Юные туристы». (см.приложение №5)

Отслеживание результатов усвоения программы будет проходить в три этапа: начальная рефлексия, промежуточная рефлексия, рефлексия по итогам года. Формы проведения: теория и практика.

Оценка результата усвоения программы будет оцениваться по 3-х уровневой системе: 0 баллов – навык не сформирован; 1 балл – навык сформирован частично; 2 балла – навык сформирован полностью.

Тематическое планирование рабочей программы курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Природа, как твоё здоровье?	1	Урок-игра	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
2.	Мой любимый школьный двор	1	Урок-экскурсия	https://lesson.edu.ru/
3.	Наша среда обитания	2	Урок	https://lesson.edu.ru/
4.	В городских джунглях	2	Урок-игра	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
5.	Школа светофорных наук	2	Урок-игра	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
6.	Я пешеход и пассажир	2	Урок-игра	https://lesson.edu.ru/
7.	Если стихия разбушевалась	2	Урок-презентация	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
8.	Мой дом – моя крепость	2	Урок-презентация	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
9.	Перед экраном телевизора	2	Урок-викторина	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
10.	Компьютер – не игрушка	2	Урок-викторина	https://lesson.edu.ru/
11.	Наши домашние любимцы	2	Урок-игра	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
12.	Растения и человек	2	Урок-викторина	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
13.	Осторожно: ядовитые растения	2	Урок-презентация	https://lesson.edu.ru/
14.	Каким воздухом мы дышим	2	Урок-викторина	Российская электронная школа (resh.edu.ru)

				resh.edu.ru
15.	Погода, климат и здоровье человека	2	Урок-викторина	https://lesson.edu.ru/
16.	Что будет, если мы не будем беречь природу?	2	Урок-экскурсия	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
17.	Айболит спешит на помощь	1	Урок-экскурсия	Российская электронная школа (resh.edu.ru)
18.	Подготовка к походу. Поход	3	Урок-экскурсия	https://lesson.edu.ru/
		34		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Учебные и методические пособия:

Программы внеурочной деятельности. Система Л.В. Занкова/ Сост. Е.Н. Петрова. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2011.

Товтинец И.П. Уроки здоровья: книга для чтения в 3 классе. - Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2007. - 176 с.

Смирнова Т.В. Живые картинки. Природа и мы: книга для чтения. - Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2005. - 144 с.

Смирнова Т.В. Удивительные приключения Ани в стране Ознобышей: книга для чтения. - Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2003. - 40

Шаулин В.Н. и др. Физическая культура: учебник (1-4 класс). - Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2011. - 176 с.

Еремеева В.Д. Мальчики и девочки: учить по-разному, любить по-разному: нейропедагогика - Самара: Издательство «Учебная литература», 2005. - 160 с.

Фишман И.С., Перелыгина Е.А. Методические рекомендации по формированию ключевых компетентностей учащихся начальной школы (с использованием рабочих тетрадей «Победители стихий» и «Символика класса»). - 2-е изд. - Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом Федоров, 2008. - 128 с.

Интернет - ресурсы: URL:[www/ver-foltxpo.ru](http://www.ver-foltxpo.ru). URL:www/geo.ru

Учебно-практическое оборудование:

Стенка гимнастическая - 3шт. Скамейка гимнастическая жесткая (4 м) – 4 шт. Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты). Мячи: набивные 1,кг и 2 кг; мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий); мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи футбольные. Скакалка детская - 10 шт. Мат гимнастический- 4 шт. Обруч металлический детский - 6шт. Жилетки игровые с номерами -5 шт. Сетка волейбольная. Стойки – 8 шт.

Викторины

Пешеход – отличник 3 класс

1. Тот, кто управляет автомобилем (водитель).
 2. Место, где поворачивают автомобили (поворот).
 3. Боковая часть, край дороги (тротуар).
 4. Место, где останавливается городской транспорт (остановка).
 5. Многоместный автомобиль с большим салоном, относящийся к городскому транспорту (автобус).
 6. Символы (условные обозначения), устанавливаемые на дорогах, для ориентации участников дорожного движения (дорожные знаки).
 7. Сотрудник ГИБДД, регулирующий дорожное движение (регулирующий).
 8. Государственная инспекция безопасности дорожного движения сокращённо (ГИБДД).
 9. Пешеходная дорожка, идущая сбоку от проезжей части улицы (тротуар).
 10. Тот, кто совершает поездку в транспортном средстве (пассажир).
- За правильные 8-10 ответов – навык усвоен полностью.
За правильные 4-7 ответов – навык усвоен частично.
Менее 4 ответов – навык не усвоен.*

Викторина ПДД

1. Как иначе называют пешеходный переход? (зебра)
 2. Человек, который регулирует движение на перекрестке и дороге. (регулирующий)
 3. Полосатая палка регулировщика. (жезл)
 4. Как называется любая используемая для движения улица, проспект, включающая тротуары, обочины? (дорога)
 5. Место пересечения дорог и улиц. (перекресток)
 6. Чем освещают дороги автомобили? (фары)
 7. Одно из средств регулирования дорожного движения. (светофор)
 8. На какой сигнал светофора разрешено движение пешеходов и транспорта? (зеленый)
 9. Часть дороги, предназначенная для движения пешеходов. (тротуар)
 10. Место ожидания автобуса, троллейбуса, трамвая. (остановка)
 11. Как одним словом назвать автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус? (транспорт)
 12. Человек, управляющий каким-либо транспортом. (водитель)
- За правильные 8-10 ответов – навык усвоен полностью.
За правильные 4-7 ответов – навык усвоен частично.
Менее 4 ответов – навык не усвоен.*

Викторина «Мой дом моя крепость»

4-й конкурс «Пословицы о доме»

Я начну пословицу, а вы постарайтесь ее закончить.

1. Дом без хозяйки... (сиротка)
2. Дом вести... (не бородой трясти)
3. В гостях хорошо... (а дома лучше)
4. Не нужен клад... (когда в семье лад)
5. Гость на пороге – счастье в ... (доме)
6. Дома стены ... (помогают)
7. Один населенный дом лучше ... (ста пустых)

Приложение №1

5-й конкурс «Нет, без загадки не прожить»

1. Живет в нем вся вселенная,
А вещь обыкновенная (*телевизор, радио*)
2. Стою на крыше – всех труб выше
Что это такое? (*антенна*)
3. В этом белом сундучке
Мы храним на полках пищу
На дворе стоит жара,
В сундучке — холода (*холодильник*)
4. Есть у нас в квартире робот,
У него огромный хобот
Любит хобот чистоту
И гудит, как лайнер ТУ (*пылесос*)
5. В полотняной стране по реке-простыне
Плывет пароход то назад, то вперед (*утюг*)
6. Человек-невидимка в коробке сидит,
Он все время играет, поет, говорит. (*радио*)
7. Она бывает входной, бывает запасной (*дверь*)
8. Холодный контейнер для хранения продуктов (*холодильник*)
9. Он ползет по всей квартире,
Вслух бранится: «Насорили!»
Всюду сунет длинный нос...
Кто же это?... (*пылесос*)
10. Висит... (груша) — нельзя скушать (*лампочка*)
11. В нем находится всегда
Хоть какая-то еда
Как снегурочки — сосиски
В царстве холода и льда (*холодильник*)
12. Застекленная дыра в стене (*окно*)
13. Назовите предметы домашнего обихода (*лампа, телевизор, телефон, компьютер, холодильник, стиральная машина*).
14. Люди каких профессий принимают участие в строительстве квартиры?
Какие вы молодцы! Вот и подошла к концу наша игра. Спасибо вам, ребята, за активное участие!

Познавательная игра-викторина «Эти удивительные растения»

Итак, игра называется «Узнай дерево по описанию».

Каждой команде нужно прочитать текст и по описанию узнать о каком дереве идет речь.

Игра 1 «Узнай дерево по описанию»

Дуб

Команда 1.

Это дерево растёт медленно, сначала — сильнее в высоту, позднее — в толщину. Мощные корни уходят глубоко под землю, ствол большой и могучий, потому то это дерево крепко стоит и не боится даже очень сильных ветров.

Он всегда выше всех деревьев, так как не выносит тени и тянется вверх к солнечному свету.

У него темная кора, покрытая глубокими извилистыми трещинами. Чем старше дерево, Приложение №1

тем более глубокими становятся эти трещины-морщины на стволе. Плодами этого дерева питаются многие животные. Это деревья-долгожители. Издавна у людей это дерево считается символом долговечности, силы, здоровья, красоты.

Команда 2.

Липа

Название у неё одно, а вот прозвищ множество: медовое дерево, царица лета, лыковое дерево, лубяное дерево, дерево спокойствия и счастья.

Цветут эти деревья поздно. Все деревья уже отцвели, а эти только собираются. Потому называют её «царицей лета». Не спеша нянчит это дерево каждый свой цветочек. И неспроста: пока все вокруг цвело, пчелы заняты были А теперь пчелы посвободнее, все внимание ей уделяют. Нектар в цветках вкусноты и полезности необычайной. Пчелы так стараются его собрать, что даже ночью летают.

Листья, почки, цветки обладают лечебными свойствами, поэтому с их помощью люди лечат многие болезни.

С давних времен используют люди древесину этого дерева. Древесина у нее мягкая, податливая. В старину делали из её древесины колчаны для стрел, ножны для оружия, строили бани. Шла она на лодки, чашки, блюдца, ложки, а еще на разные поделки и игрушки. А еще в старину люди не могли обойтись без лыка. Из лыка плели мочалки, корзины, мешки, веревки, а главное – лапти.

В наше время из её древесины делают мебель и музыкальные инструменты.

Команда 3.

Сосна

Это дерево верная помощница человеку. Она дарит нам свою красоту, чистый воздух, древесину, даже лекарства.

Весной во время цветения на кончиках её веток появляются почки, покрытые желтой пылью. Через год на этом месте вырастет зеленая плотно сжатая шишка. Пройдет еще полгода, и только тогда шишка раскроется.

Из её хвои, почек и шишек делают лекарства, помогающие победить болезни.

Под ней растут грибы, на ветвях гнездятся птицы, белки устраивают в дупле свои дома. И птицам, и зверям, и растениям, и человеку служат эти деревья. А взамен просят только одного: не обижать их, не ломать веток.

Шишками, почками и хвоей, питаются многие птицы, а еще белки.

С давних времен использовали люди её древесину. Из древесины делают мебель, музыкальные инструменты, поделки. В давние времена изготавливали царские терема, церкви, колодцы, мельницы, посуду и даже корабли.

Люди использовали смолу этого дерева, как клей.

Команда 4.

Рябина

Каждый год на этом дереве появляются плоды. Стоит дерево по осени и еле ветки держит — так на них добра много. Ягоды у неё бывают самые разные: есть зеленовато-желтые, ярко-красные, на некоторых сортах бывают ягоды даже чёрные .

Среди птиц и зверей столько много любителей этой ягоды, что ягоды ее будут объедены, склеваны, сжеваны прямо на дереве. А если какие ягоды на землю упадут, так тут же их подберут и съедят кабаны, косули, лисы, зайцы.

Ягоды крепко держатся на ветках, могли бы и до самой весны провисеть. Однако уже к середине зимы от них ничего не останется.

Птицы едят только плоды этого дерева, а вот животные, кроме плодов, едят и листья, и почки, и молодые побеги. Очень уж много в них витаминов.

Приложение №1

Люди тоже едят и используют ягоды этого дерева. Из ягод готовят лакомства, напитки, а из цветов — чай. Из древесины делают мебель, музыкальные духовые инструменты. А еще в старину дети делали бусы, нанизывая ягоды на нитку.

Команда 5.

Берёза

Это большое лиственное дерево. Единственное среди огромного мира дерево, обладающая белоснежной корой. У нее белый, тонкий, стройный ствол. Весной на березе появляются

почки, которые превращаются в листочки. На ветках листья округлой формы. Зеленой береза стоит все лето. Осенью листья желтеют и опадают. Зимой голые ветки покрыты снегом. Чаще всего растет в лесу. В городе люди сажают березы, чтобы сделать воздух чистым.

Издавна считалось, что в мае она обладает наибольшей целительной силой. Поэтому в период с 1 по 12 мая собирали ее сок и давали пить больным и слабым людям.

Листья и кора её тоже не бесполезны. Любимое лакомство для коз и овец. Верхний слой коры — береста. Из неё люди научились делать различные поделки.

Загадки для команды.

Каждый правильный ответ принесёт своей команде 1 балл.

Команда 1.

Хотя я сахарной зовусь,
Но от дождя я не размокла,
Крупна, кругла, сладка на вкус,
Узнали вы, кто я?...

(Свекла)

На сучках висят шары,
Посинели от жары.

(Слива)

Команда 2.

Я длинный и зеленый, вкусен я соленый,
Вкусен и сырой. Кто же я такой?

(Огурец)

В садочке есть плод,
Он сладок, как мёд,
Румян, как калач,
Но не круглый, как мяч, -
Он под самой ножкой
Вытянут немножко.

(Груша)

Команда 3.

Прежде чем его мы съели,
Все наплакаться успели.

(Лук)

Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки.

(Яблоко)

Приложение №1

Команда 4.

Как на нашей грядке
Выросли загадки
Сочные да крупные,
Вот такие круглые.
Летом зеленеют,
К осени краснеют.

(Помидоры)

Хоть чернил он не видал,
Фиолетовым вдруг стал,
И лоснится от похвал
Очень важный...

(Баклажан)

Команда 5.

Он бывает, дети, разный –
Желтый, травяной и красный.

То он жгучий, то он сладкий,

Надо знать его повадки.

А на кухне – глава специй!

Угадали? Это...

(Перец)

Кругла да гладка,

Откусишь-сладка.

Засела крепко

На грядке...

(Репка)

Игра 2 «Узнай лекарственные растения»

Ведущий:

Ребята, вы уже много знаете о растениях нашего края. Среди них много лекарственных.

Надо только знать и уметь ими пользоваться. Еще давным-давно люди заметили, что все звери лечатся травами. Разные растения помогают от разных болезней. Много лет подряд люди передавали своим потомкам знания о лечебных растениях.

В следующем конкурсе команды покажут нам свои знания о лекарственных травах.

Загадки для команды 1.

1. В поле сестрички стоят,
Желтые глазки на солнце глядят,

У каждой сестрички –

Белые реснички.

(ромашка)

Ромашка поможет больному при болях в горле и заболеваниях желудка.

Команда 2.

2. Тонкий стебель у дорожки,

На конце его – сережки,

На земле лежат листки –

Маленькие лопушки.

Нам он – как хороший друг

Лечит раны ног и рук.

(подорожник) Подорожник люди используют с давних пор для заживления ран.

Приложение №1

Команда 3.

3. Травка очень душиста,

Ароматные листья.

Поскорей собирай

И заваривай чай!

А найдёшь возле хаты,

Называется – ...

(мята)

В медицине мяту применяют при простудах, заболеваниях горла, рвоте, головных болях, бессоннице, нервных расстройствах.

Команда 4.

4. Растет зеленый кустик,

Дотронешься-укусит.

(крапива)

Крапива умеет останавливать кровотечения, лечить некоторые болезни. А еще крапиву используют в шампунях для волос.

Команда 5.

5. Выпускает он листы
Широченной широты.
Держатся на стеблях крепких
Сто плодов шершавых, цепких:
Если их не обойдёшь -
На себе их все найдёшь.

(лопух)

С помощью лопуха лечат болезни, заживляют раны, укрепляют волосы.

Игра 3 «Укажи лишнее».

В природе много лекарственных трав, но есть и ядовитые. В следующем конкурсе ребята нам покажут знают они опасные растения или нет.

Ваша задача – прочитать названия растений и указать лишнее.

1. Шиповник, зверобой, волчье лыко, земляника. Команда 1.
2. Мать – и мачеха, ландыш, калина, одуванчик. Команда 2.
3. Бузина, календула, пустырник, тысячелистник. Команда 3.
4. Зверобой, вороний глаз, шалфей, валериана. Команда 4.
5. Василёк, донник, женьшень, мышиный горошек. Команда 5.

Игра 4 «Собери комнатное растение».

Ребята, перед вами фрагменты комнатного растения. Вы должны собрать и сказать его название. Команда, которая полностью выполнит задание поднимает руки.

Команда 1.

Е	А	Н	Д
Ь	Г	О	Р

герань

Команда 2.

С	А	Т	З
Ф	К	У	К

кактус

Приложение №1

Команда 3.

И	К	Ю	А
А	Ф	Л	Б

фиалка

Команда 4.

Ф	С	Л	К
У		И	П

фикус

Команда 5.

Б	Я	Н	Щ
О	Е	Г	И

бегония

Игра 5 «Продолжи фразу».

Команда 1.

Наука, которая изучает растения, называется... (*ботаника*)

Команда 2.

Лучше всего на Земле очищают воздух... (*растения*)

Команда 3.

Природное сообщество, в котором преобладают деревья называется...(*лесом*)

Команда 4.

Рожь, овёс, пшеница, ячмень - это ...(*злаки*)

Команда 5.

Растения, которые считаются редкими или исчезающими заносят в

(*Красную книгу*)

Приложение № 2

План составления интервьюирования .

Составление интервью включает в себя несколько пунктов:

Цель

Вступление

Основная часть

Завершение

Оформление

Цель

У вашего интервью должна быть обязательно цель. В чем же она заключается?

Приведу пример. Журналисты берут интервью у знаменитых игроков с целью узнать о их планах на будущее, у веб-мастеров, чтобы узнать о их проекте, у модераторов, чтобы узнать каково это работать модератором и таких примеров можно привести сотни.

Поэтому ваша задача - определить цель вашего интервью и исходя из этой цели вы будете составлять вопросы.

Вступление

Очень важно сделать вступление в вашем интервью. В нем вы должны в краткости описать человека, у которого берете интервью и раскрыть цель.

Сделать его нужно как можно более емким, чтобы человек после прочтения, смог понять, нужно ли ему читать интервью или нет, а так же тематику.

Основная часть

Основная часть - это ваши вопросы и ответы собеседника. Обязательно вы должны комментировать ответ собеседника и только потом следующий вопрос. Все вопросы должны быть взаимосвязаны между собой, ведь у нас есть цель и тематика интервью, и мы должны следовать этому плану.

Так же очень важно правильно подобрать вопросы, не нужно заикливаться на личном, т.е не нужно спрашивать человека о его состоянии здоровья, вредных привычках и во сколько он просыпается.

Внимательно отслеживайте формулировку вопроса:

Так НЕ нужно:

"Ты кто по жизни? Где учишься?"

Так нужно:

"Меня интересует ваше образование, где вы сейчас учитесь?"

Начинать интервью не нужно со слов "Вы тут?", лучше выбрать фразу на подобии

"Здравствуйте, я журналист и хочу задать вам несколько вопросов, чтобы узнать немного о вашей деятельности"

Приложение №3

Подвижные игры

«ДОГОНИ МЯЧ»

Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. С помощью считалки выбирают водящего:

«Мимо леса, мимо дач

Плыл по речке красный мяч.

Увидала щука. Что это за штука?

Хвать, хвать!

Не поймать.

Мячик вынырнул опять.

Он пустился дальше плыть.

Выходи, тебе водить».

Водящий делает шаг назад. Его место в кругу остается свободным. Пятому от водящего ребенку дают большой мяч. Дети дружно произносят: «Раз, два, три — беги!» На этот сигнал играющие начинают передавать мяч вправо по кругу, а водящий бежит за кругом в том же направлении, стараясь добежать до своего места раньше, чем до него дойдет мяч. Игра повторяется с новым водящим, выбранным помощью той же считалки.

«НЕ ЗЕВАЙ!» Дети встают в круг спиной к центру и к водящему. У водящего в руках мяч. Он начинает отсчет от 1 до 5. После числа 5 он называет имя одного из детей и подбрасывает мяч вверх. Задача того, чье имя назвали, быстро обернуться и поймать мяч либо на лету, либо только после одного удара о землю.

Кому это не удалось три раза — выбывает из круга.

«УДОЧКА» Дети стоят по кругу. В центре — водящий, лучше взрослый. В руках у ведущего шнур с привязанным на конце мягким мячом или скакалка длиной 1,5—2 метра. Со словами: «Ловись, рыбка, большая и маленькая!» водящий вращает шнур так, чтобы его конец попал под ноги детей. Задача детей состоит в том, чтобы шнур не коснулся их ног. Для этого при приближении к ногам «удочки» нужно подпрыгнуть, чтобы шнур прошел под ногами. Если ребенок наступил на шнур, он считается пойманным.

«НАЙДИ МЯЧ» Играющие встают в круг, вплотную друг к другу, лицом в центр круга. В центре круга — водящий. Все дети держат руки за спиной. Одному из них дают мяч среднего размера. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящему нужно угадать, у кого находится мяч. Обращаясь то к одному, то к другому ребенку, он говорит: «Руки!»

По этому требованию играющий должен сразу протянуть обе руки вперед.

Тот, у кого оказался мяч или кто уронил мяч, становится водящим.

«МЯЧ – СОСЕДУ» Игроки становятся по кругу лицом в центр на расстоянии шага друг от друга. У двух игроков, стоящих против друга, в руках по волейбольному мячу. По сигналу играющие участники начинают передавать мяч вправо или влево по кругу так, чтобы один мяч догнал другого. Тот, у кого окажется два мяча, получает штрафное очко.

«НЕ ДАВАЙ МЯЧ ВОДЯЩЕМУ» Все играющие, кроме одного-двух водящих, становятся по кругу и начинают бросать мяч друг другу. Задача водящих, находящихся в кругу, — коснуться мяча рукой. Если водящему удастся это сделать, он меняется с тем, кто неудачно бросил мяч. **«ЧУР У ДЕРЕВА»** Играют на лужайке, где есть деревья. Все, кроме водящего, становятся у деревьев, водящий в середине между деревьями. Стоящие у деревьев начинают перебегать от дерева к дереву, а водящий должен занять дерево без игрока.

«ПУСТОЕ МЕСТО» Играющие встают в круг, заложив руки за спину, а водящий за кругом. Он, обходя круг, дотрагивается до руки кого-либо из игроков и бежит в любую сторону за кругом, а вызванный — в обратную сторону. Задача бегущих участников, обжав круг — первым занять пустое место. Оставшийся участник без места становится водящим.

«КЕНГУРУ» Участники строятся у стартовой линии. По определенному сигналу начинают скакать на двух ногах 20–30 м, зажав большой мяч между ног. Побеждает участник, раньше всех закончивший прыжки. Если мяч выпадает, его следует подобрать и с этого же места продолжать прыгать. Можно проводить командные соревнования, передавая мяч как эстафету.

Приложение №4

Весёлые старты по сказкам

Ведущий:

*Сказка – ложь, да в ней намёк, добрым молодцам урок.
Сказка учит, сказка лечит, сказка мудрости даёт.
Эта сказка про Конька-удалого Горбунка,
Эта сказка про Мальвину, вот про Ваньку дурака,
С вами в сказку попадём – будем веселиться, бегать и играть.
Только надо сказку – сначала отгадать.*

Ведущий представляет жюри. Команды приветствуют друг друга, название, девиз. Внимание, внимание! Без лишних слов за дело! Даёшь соревнование Сильных, ловких, смелых!!!

- Ведущий: пилот первого класса, прекрасно управляет летательным аппаратом, характер зловредный, аппетит хороший. Питается в основном мышами лягушками, но так же любит маленьких детей. При встрече с ней следует соблюдать крайнюю осторожность. Кто это? (Баба-Яга) Как называется приспособление для перемещения в пространстве, которое использует Баба-Яга? (ступа, метла)

1. Задание: Между ног метла или веник. Бег до предмета и обратно.

- Ведущий: рассказчик он был великолепный. Слушатели то замирали от любопытства, то покатывались со смеху, то с улыбкой качали головой: "Быть такого не может!.." барон, уютно устроившись в кресле и закулив любимую трубку, собирал жаждущих послушать необыкновенные рассказы и начинал "вспоминать"... Кто это? **«Ядро Мюнхгаузена».**

2. Задание: прыгать на фитболе до фишки, обогнув её вернуться к старту с фитболом в руках.

- Ведущий: красавец с усами, умный и обходительный, в одно мгновение расправился с огромным и ужасным людоедом. Кто это? (Кот в сапогах)

3. Задание: Бег в больших сапогах.

- Ведущий: всю свою жизнь, до конца своих дней она рассказывала подружкам, как она изобрела необыкновенный способ путешествия – на утках, которые несли её на юг, где тёплые болота и много, много мошек. Кто это? (Лягушка-путешественница.)

4. Задание: команды разбиваются по 3 человека. Два ребенка кладут на плечи палку и держат ее руками. Третий — лягушка — висит на руках, поджав ноги. Нужно быстрым шагом дойти до финиша и вернуться обратно, обойдя куб. «Лягушка» во время движения может квакать.

- Ведущий: с букварем шагает в школу деревянный мальчуган
Попадает вместо школы в полотняный балаган.

Как зовется эта книжка? Как зовется сам мальчишка? («Буратино»)

5. Задание: Бег с азбукой.

- Ведущий: и если вдруг придет беда, у старика есть борода,
Она всегда поможет! Лишь позовите старика, и он придет наверняка! Кто это? (**старик Хоттабыч**)

6. Задание: положив на спину (на уровень поясницы) баскетбольный мяч и придерживая его руками, обежать фишку и вернуться бегом к старту.

- Ведущий: Добрый доктор друг зверей.
Человек не молодой, с усами, бородой.

Любит ребят, лечит зверят. Симпатичный на вид, он зовется? Айболит!

7. Задание: Первый бежит к стойке, с эстафетной палочкой и ставит "градусник" следующему. Второй с "градусником" под мышкой бежит к стойке...

Подведение итогов. Награждение команд.

Приложение №5

Игра-соревнование на тему "Юные туристы идут в поход"

Цель: формирование у детей дошкольного возраста начальных представлений, знаний о туризме через развитие познавательной активности и потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

- познакомить с туризмом как видом спорта.
- формировать основы здорового образа жизни.
- совершенствовать двигательные навыки, психофизические качества (быстрота, сила, гибкость, выносливость, ловкость).
- формировать эмоционально-положительное отношение друг к другу, чувство коллективизма.

Оборудование: веревки, кубики (кочки), лестница, котелок, небольшие бревнышки (дрова), муляжи овощей.

Ход игры

Путешествие начинается прямо в фойе учреждения, где ребят ждут герои сказок «Волк» и «Заяц».

Волк: Здравствуйте ребята! Мы с зайцем узнали, что вы собрались в туристский поход, можно и нам с вами пойти? *(дети отвечают согласием)*

Заяц: Ребята, а кто такие туристы? Зачем они ходят в походы? Легко ли быть туристами? Почему вы так считаете? *(ответы детей)* Туристы – люди, которые любят путешествовать по своей стране, по родному краю, они сильные и выносливые, которые не боятся трудностей и многое умеют)

(Туризм – прогулка, путешествие, поездка или поход в свободное время, вид активного отдыха).

Волк: Ни чего себе, как много вы знаете о туристах, а что туристы кладут в рюкзак, когда идут в поход? *(ответы детей)* личные вещи, посуда и т.д.)

Заяц: Дорога у нас будет сложная, длинная! Вы не боитесь ребята? Ой, а я так боюсь, так сильно боюсь!

Волк: Заяц, ты всегда боишься! А вы ребята не боитесь? *(ответы детей)* -Нет) Молодцы, тогда сейчас мы с вами пойдем в туристский поход.

«Туристы вышли на тропу»

Задание выполняется на лестнице: ходьба по прямой, подъем и спуск по лестнице, ходьба через ступеньки, подъем и спуск приставным шагом по лестнице.

Переходим в спортивный зал.

Дети заходят в спортивный зал под походную музыку.

Волк: Ребята, вот и пришли мы с вами в лес, а вы знаете правила поведения на природе? Как нужно вести себя в лесу? (не мусорить, не ломать ветки деревьев и кустарников, не кричать и т.д.)

Заяц: Молодцы ребята! Сейчас нам предстоит очень сложная дорога через лес. В лесу много поваленных деревьев, рек и ручьев, через которые нам предстоит переправляться. Но для начала давайте разделимся с вами на две команды, в 1-ой команде капитаном будет Волк, а во 2-ой команде капитаном буду я – Заяц. Оценивать наш поход будет жюри (представление жюри).

(Дети делятся на две команды, команды выстраиваются за своими капитанами, игра-соревнование проводится в форме – эстафеты).

«Путешествие через лес»

1. **«Переправа».** *Параллельные веревки навешиваются между двух опор в спортивном зале на высоте до 1 метра. Высота над полом не более 1 м. Длина этапа — до 8 метров.*

Приложение №5

Задача участников — преодолеть переправу, держась руками за верхнюю веревку, передвигаясь скольльзящим шагом по нижней. На полу укладываются маты.

Участники по очереди передвигаются по переправе боком, приставными шагами держась за верхнюю веревку двумя руками. Волк и Заяц помогают (поддерживают) детей при движении по веревкам.

2. **«Кочки»** в спортивном зале на полу раскладываются обручи. Расстояние между обручами 25-30 см. друг от друга – это кочки, по которым надо перебраться на другую сторону. На первую и последнюю кочку наступать обязательно.

Участники перепрыгивают на двух ногах с «кочки» на «кочку», продвигаясь вперед, перебравшись, таким образом, он возвращается к команде уже бегом.

3. **«Паутина»** в спортивном зале отгораживается пространство 5х5 м. и, как нитями паутины, заполняется бельевой веревкой, с прорезанными окнами для перешигивания, через каждое. Участники должны пройти всю дистанцию, не наступив и не задев веревки.

Участники по очереди пролезают под «паутиной», стараясь не задеть её. Обрато к команде участник возвращается бегом.

4. **«Тоннель»** спортивный обруч обшит тканью – вход в тоннель, другой конец ткани свободный – выход.

Дети строятся в колонны на линии старта. По сигналу дети бегут до «тоннеля», проходят его, возвращаются к команде бегом.

Волк: Молодцы ребята! А ты Заяц, все боишься и боишься! Смотри, какие у нас смелые и ловкие ребята!

Заяц: И, правда, молодцы ребята, после такой сложной дороги через лес нам обязательно надо отдохнуть, остановиться на привал.

Волк: Для того чтобы отдохнуть в походе надо разжечь костер, сварить обед, поставить палатки и только тогда отдыхать. Ребята вы сможете выполнить такое задание? (ответы детей да)

«Приготовим обед»

Участники команд по очереди бегут к импровизированному костру: 1 и 2 участники несут дрова, 3 и 4 участники устанавливают котелок, 5 и 6 укладывают в котелок муляжи для супа.

Заяц: Ребята мы с вами все подготовили для костра и приготовили вкусный суп, теперь мы с вами отдохнем и перекусим.

Волк: Ребята, после привала, нам надо идти в обратный путь. Вы помните, откуда мы пришли. Давайте встанем в две колонны и начнем наш путь домой.

«Туристы идут домой»

Задание повторяется и выполняется так же на лестнице: ходьба по прямой, подъем и спуск по лестнице, ходьба через ступеньки, подъем и спуск приставным шагом по лестнице. Переходим в фойе учреждения.

Волк: Вот ребята и закончился наш поход, а так как в походе у нас было 2 команды: команда «Волка» и команда «Зайца» жюри нам скажет, какая же команда выполняла задание быстрее и точнее.

Подведение итогов, награждение участников.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Учебные и методические пособия

Программы внеурочной деятельности. Система Л.В. Занкова/ Сост. Е.Н. Петрова. – Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2011.

Товтинец И.П. Уроки здоровья: книга для чтения в 3-4 классе. - Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2007. - 176 с.

Смирнова Т.В. Живые картинки. Природа и мы: книга для чтения. - Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2005. - 144 с.

Смирнова Т.В. Удивительные приключения Ани в стране Ознобышей: книга для чтения. - Самара: Корпорация «Федоров»: Издательство «Учебная литература», 2003. - 40

Шаулин В.Н. и др. Физическая культура: учебник (1-4 класс). - Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом «Федоров», 2011. - 176 с.

Еремеева В.Д. Мальчики и девочки: учить по-разному, любить по-разному: нейропедагогика - Самара: Издательство «Учебная литература», 2005. - 160 с.

Фишман И.С., Перельгина Е.А. Методические рекомендации по формированию ключевых компетентностей учащихся начальной школы. - 2-е изд. - Самара: Издательство «Учебная литература»: Издательский дом Федоров, 2008. - 128 с.

Учебно-практическое оборудование Мячи: футбольные, волейбольные, теннисные, резиновые, скакалки, маты гимнастические, стойки, флажки.