Бибик Тамара Станиславовна, учитель начальных классов

ГУО «Сивицкий учебно-педагогический комплекс детский сад-базовая школа»

Минская область

Воложинский район

аг. Сивица

ул. Молодежная, 19

8 (01772) 31738

+ 37529 1813068 (velkom)

**Праздник здоровья в разновозрастной группе продленного дня «Здоровье – это здорово»**

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

* формировать у учащихся убеждения о пользе здорового образа жизни и о здоровье как самой главной ценности;
* развивать познавательную активность, творческие способности учащихся;
* воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих посредством организации правильного питания и занятий физкультурой и спортом.

**Предварительная работа:** разучивание стихов, песен, инсценировок, подготовка костюмов, сувениров для гостей праздника

**Место проведения:** актовый зал школы

**Участники праздника:** учащиеся разновозрастной группы продленного дня

**Ход мероприятия**

*( На сцене на задней стенке посередине из цветных букв написано название праздника. Вверху – облака и птицы из цветной бумаги, внизу – цветы, по бокам – разноцветные шары)*

***Учащаяся 5 класса читает стихотворение «Здоровье – наш бесценный дар»***

Здоровье – наш бесценный дар.

Оно не безгранично.

Оно напоминает шар,

И все в нем гармонично.

В нем есть любовь и красота,

Есть ценность и величье.

Все укрепляет доброта.

А символ – наша личность.

Здоровье – наш бесценный дар,

Который дан от Бога.

И всё готовы мы отдать

Лишь только б быть здоровым.[4]

***Выходят ведущие***

**1-й:** Внимание, внимание!

Мы начинаем праздник здоровья.

**2-й:** Быть здоровыми хотят

Взрослые и дети.

Как здоровье сохранить?

Попробуем ответить!

**1-й:** О здоровом смысле жизни

Обсудить вопрос должны мы.

**2-й:** Как прожить нам много лет?

**1-й:** Как достичь больших побед?

**2-й:** Стать весёлым и успешным,

И красивым быть, конечно!

**1-й:** Не брюзжать, не унывать,

Перед трудностью не пасовать!

**2-й:** Не бояться сквозняков,

Позабыть про докторов!

**1-й:** Есть один простой рецепт:

Здоровью – да!

**2-й:** Болезням – нет! [2]

***Девочки (учащиеся 6 класса ) исполняют песню*  *(на мотив песни*** ***из репертуара Л.Гурченко «Песенка о хорошем настроении»)***

Чтобы со здоровьем все в порядке было,

Чтоб казался светлым Вам любой денек.

На поход в аптеку Вы не тратьте силы,

Лучше просто загляните Вы на праздник к нам.

***Припев:***

Чтоб привычек вредных в жизни

Ни за что не заводить,

Постарайтесь с оптимизмом

И добром на свете жить!

Если папа с мамой вас не воспитали,

Как сберечь здоровье, вам и невдомек,

На родных сердиться стоит вам едва ли,

Лучше просто загляните к нам на огонек.

***Припев:***

Здесь улыбки и веселье,

Игры, шутки каждый раз!

И хорошее настроение

Не покинет больше вас!

*Выбегает на сцену бабуля (учащаяся 8 класса), в руках у нее пакет с булками, спрашивает у ведущих и зрителей из зала:*

**Бабуля:** Ой, ребятки, вы моего внучка не видели?

**Ведущий 1:** Бабушка, кто он, ваш внучок? Может он в зале?

**Бабуля:** Нет! Эти ребятки стройные и сильные. И осанка у них не буковкой «зю», и улыбаются довольно. И позавтракали, видно, с утра нормально: кашка с молочком или сырочек с кефирчиком! А те, кто в первом ряду, поди, и отлично учатся, девятки и десятки домой носят на радость маме и папе, да и бабушке, разумеется!

**Ведущий 2:** Конечно же! У нас в зале все такие!

**Бабуля (обращается к залу):**

Зовут его, ребята, Вова.

Его осанку вам легко узнать:

Он как тюфяк! А что ж такого?

Когда мальчишка любит очень спать.

*На сцену выходит упитанный Вовочка (учащийся 4 класса)*

**Вовочка *(зовет):*** Бабуля! Я заблудился! Я проголодался! Я заболел! Я сейчас чихну! Апчхи! Я завтра в школу не пойду! *( Вовочка чихает, изображает больного. Рядом с ним бегает бабуля.)*

***Девочки (учащиеся 5 класса) поют частушки***

1. Я болела постоянно.

ОРВИ да ОРЗ!

Только закаляться стала,

Спать могу на сквозняке!

1. У меня всегда ангина

Была самый лучший друг!

Стала кушать витамины,

И теперь пою я тут!

1. Я от лени начинала

Уставать еще с утра.

А в походе лень устала –

Я домой одна пошла!

1. В голове трещало часто

При компьютерной игре.

Запретила игры мама,

Треска нету в голове!

**Вместе:**

Всем, друзья, даём совет мы:

Всякой лени «нет!» сказать,

Фрукты есть и быстро бегать,

И к здоровью путь держать. [2]

**Выходит бабуля:**

Ему с утра пеку я булки,

Мой Вовик любит сдобу пожевать.

Пяточек съест и на прогулку,

И может целых пять минут гулять!

Три свитерка, два полушубка,

А то замерзнет, будет горевать!

***Группа ребят исполняет и показывает песню-сценку* *(на мотив песни «Антошка»)***[2]

**Ребята (мальчик и девочка из 4 класса)**

- Антошка, Антошка, пойдем варить картошку! (2 раза)

**Антошка (учащийся 5 класса)**

- Тили-тили, трали-вали.

Видишь, чипсы мне купили и на «Читос» денег дали.

Парам-пам-пам, парам-пам-пам.

**Ребята**

- Антошка, Антошка, иди к нам есть окрошку (2 раза)

**Антошка**

- Тили-тили, трали-вали.

Мне сухарики купили и на «Пепси» денег дали.

Парам-пам-пам, парам-пам-пам.

**Ребята**

- Антошка, Антошка, пойдем играть немножко (2 раза)

**Антошка**

- Тили-тили, трали-вали.

Ой, ребята, нету силы, я ходить могу едва ли.

- Парам-пам-пам, парам-пам-пам, парам-пам-пам.

***Учащиеся (мальчики) читают стихи***

1. Человеку нужно есть,

Чтобы встать и чтобы сесть,

Чтобы прыгать, кувыркаться,

Песни петь, дружить, смеяться.

2. Чтоб расти и развиваться,

И при этом не болеть,

Нужно правильно питаться

С самых ранних лет уметь.

3. Витамины – просто чудо!

Сколько радости несут:

Все болезни и простуды

Перед ними упадут.

4. Вот поэтому всегда

Для нашего здоровья

Полноценная еда –

Важнейшее условие![4]

**Ведущий 1**

Вовка часто кушал чипсы,

"Кока-Колой" запивал.

Врач теперь ему леченье

На полгода прописал!

***Учащиеся начальных классов показывают сценку « Знатоки здорового питания»***

*На середине сцены стоит корзина. Выходят дети в костюмах овощей: капуста, горошек, свекла, огурец, редиска, морковь, помидор, лук, картошка, баклажан. Каждый ребенок кладет в корзину овощ, в образе которого он выступает.*

**Ведущий 2** Какие замечательные у нас овощи! Мне кажется, они о чем-то спорят. Давайте послушаем.

**Овощи *(капуста)***

Кто из нас, из овощей,

И вкуснее, и нужней?

Кто при всех болезнях

Будет всех полезней?

**Ведущий 1**

Выскочил горошек –

Ну и хвастунишка!

**Горошек *(весело)***

Я такой хорошенький

Зелененький мальчишка!

Если только захочу,

Всех горошком угощу!

**Ведущий 2**

От обиды покраснев,

Свекла проворчала…

**Свекла *(важно)***

Дай сказать хоть слово мне,

Выслушай сначала.

Свеклу надо для борща

И для винегрета.

Кушай сам и угощай –

Лучше свеклы нету!

**Капуста *(перебивая)***

Ты уж, свекла, помолчи!

Из капусты варят щи.

А какие вкусные

Пироги капустные!

Зайчики-плутишки

Любят кочерыжки.

Угощу ребяток

Кочерыжкой сладкой.

**Огурец *(задорно)***

Очень будете довольны,

Съев огурчик малосольный.

А уж свежий огуречик

Всем понравится, конечно!

**Редиска.**

Я – румяная редиска,

Поклонюсь вам низко-низко.

А хвалить себя зачем?

Я и так известна всем!

**Морковь.**

Про меня рассказ недлинный.

Кто не любит витамины?

Пей всегда морковный сок

И грызи морковку –

Будешь ты тогда, дружок,

Смелым, сильным, ловким.

**Ведущий 1.**

Тут надулся помидор

И промолвил строго…

**Помидор.**

Не болтай, морковка, вздор,

Помолчи немного.

Самый вкусный и приятный

Уж, конечно, сок томатный.

**Ведущий 2.**

Витаминов много в нем,

Мы его охотно пьем!

**Лук.**

Я – приправа в каждом блюде

И всегда полезен людям.

Угадали? Я ваш друг,

Я простой зеленый лук!

**Картошка *(скромно)***

Я, картошка, так скромна –

Слова не сказала…

Но картошка так нужна

И большим, и малым!

**Баклажан.**

Баклажанная икра

Так вкусна, полезна…

**Ведущий 1** Спор давно кончать пора!

**Овощи *(огурец)*** Спорить бесполезно!

*Раздается стук. Овощи замолкают.*

**Овощи *(помидор)*** Кто-то, кажется, стучит…

*Входит учащийся в костюме Айболита*

**Овощи** **(*картошка*)** Это доктор Айболит!

**Айболит.**

Ну, конечно, это я!

О чем спорите, друзья?

**Овощи *(капуста)***

Кто из нас, из овощей,

Всех вкуснее и нужней?

Кто при всех болезнях

Будет всех полезней?

**Айболит *(расхаживая по сцене туда-сюда)***

Чтоб здоровым, сильным быть

Надо овощи любить

Все, без исключения –

В этом нет сомнения!

В каждом польза есть и вкус,

И решить я не берусь,

Кто из вас вкуснее,

Кто из вас нужнее! [4]

***Подходит к корзине, забирает её и уходит***

Пойду лечить я Вовку.

**Ведущий 2**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать.

Если хочешь быть здоровым,

Бодрым, умным и веселым,

Ешь побольше овощей,

Фруктов, кашек и борщей!

**Ведущий 1**

Чипсы, "Кола" – ерунда!

Каша, зелень – вот еда!

Как зайдем мы в огород –

Витаминов полон рот:

И петрушка, и лучок,

Сельдерей, и чесночок!

**Ведущий 2**

Очень овощи полезны,

Это каждому известно,

И здоровое питанье

Повышает наши знанья. [4]

***Мальчики (3-5 классы) исполняют песню «Закаляйся, если хочешь быть здоров…»***

Закаляйся,

если хочешь быть здоров!

Постарайся

позабыть про докторов.

Водой холодной обливайся,

если хочешь быть здоров!

Будь умерен

и в одежде и в еде,

Будь уверен

на земле и на воде,

Всегда и всюду будь уверен

и не трусь, мой друг, нигде!

Всех полезней

солнце, воздух и вода!

От болезней

помогают нам всегда.

От всех болезней всех полезней

солнце, воздух и вода!

**На сцену выходит бабуля:**

У нас всегда закрыты окна –

А вдруг ворвется в дом сквозняк?!

А от него чихнет мой Вова! Да-да-да!

А простывать не может он никак!

*Бабуля достает платок, вытирает слезы от жалости к внуку.*

*Входит Айболит и спрашивает бабулю*

**Айболит:** И часто он у вас болеет?

**Бабуля:** Через день да каждый день!

**Айболит:** От хандры и всех болезней

Скажите, что друзья, полезней?!

**Ведущий 2:** Свежий воздух, бег, движенье

Вам поднимут настроенье!

***Дети (девочки 7-8 класса) исполняют песню « Если ты в спортзал заглянешь...»* *(на мотив песни «Смуглянка», муз. Новикова, сл. А. Мальцева )***

Если ты в спортзал заглянешь,

Когда секция у нас,

То завидовать нам станешь

И придёшь ещё не раз.

Ах, какое выполненье

Упражнений у ребят –

Это просто загляденье,

Как глаза у них горят.

**Припев:**

Дух спортивный, физкультурный, огневой!

Зажигает, увлекает за собой!

Дух спортивный, да физкультурный,

Да развесёлый, огневой!

Здесь в спортивных тренировках

Развиваем быстроту,

И выносливость, и ловкость,

И движений красоту.

Чтобы силой и сноровкой

Каждый мускул задышал,

Приходи на тренировку,

А не в гости к нам в спортзал.

**Припев:**

Дух спортивный, физкультурный, огневой!

Зажигает, увлекает за собой!

Дух спортивный, да физкультурный,

Да развесёлый, заводной!

В играх разных здесь смекалка

И веселье, и задор.

Всем порой бывает жарко –

Так горит игры костёр.

Выбирай игру любую,

Постигай секреты все.

И, упорно тренируясь,

Станешь мастером в игре.

**Припев:**

Дух спортивный, физкультурный, огневой!

Зажигает, увлекает за собой!

Дух спортивный, да физкультурный,

Да развесёлый, озорной!

*На сцену снова выходит бабуля*

**Бабуля:** Ой, это в песне все легко и просто: «… в спортивных тренировках развиваем быстроту, и выносливость, и ловкость …» А на самом деле – попробуй, пробеги, кувыркнись! Еще руки-ноги поломаешь! ***(Приказывает внуку)*** Сиди, внучок, не вставай!

**Вовочка:** Я бы в футбол поиграл или с ленточкой побегал!

**Бабуля:** Касатик! Какая тебе ленточка! Она у тебя вокруг талии не сойдется!

**Айболит:** Эх, бабуля! Так и останется ваш Вовочка неповоротливым тюфяком! Вы только посмотрите, как хорошо двигаются наши ребята.

***Ребята показывают******«Весёлую зарядку» с танцевальными движениями***

**Ведущий 2** *(обращается к бабушке и Вовочке):* Ну, как вам понравилось выступление наших ребят?

**Вовочка:** Мне очень понравилось! Но они профессионалы! Им повезло! А что делать таким ребятам, как я? Разве я так смогу сделать?!

*Вовочка, вдохновлённый выступлением ребят, старается повторить за ними движения, но у него не получается*

**Бабуля:** И не говори, внучок!

**Ведущий 1:** Бабуля, не печальтесь! Пусть Вовочка начнет вести здоровый образ жизни и Вы увидите, он всё будет успевать, забудет про болезни, станет стройным и ловким, да и учеба пойдет на лад. Правильно, ребята?

**Айболит:**

Дело вовсе не в везении,

А в закалке и терпении.

Пусть они тебе покажут,

Пропоют или расскажут,

Как же можно ловким стать,

Чтоб быстрее всех бежать,

Быть сильнее и смелее,

Быть активней, веселее!

**Вовочка.**

Кто поможет мне советом?

Кто поддержит словом?

Где найти таких ребят?

Где узнать о новом?

**Айболит.**

В школу может быть сходить

Вовочке бы стоило.

Всех там могут научить

Нужному и новому.

***Учащиеся старших классов (7-9 классы) показывают сценку «Витамины»***

*(Действующие лица: учитель, Вовочка, витамины А, В, С, Д)*

**Учитель**

Вова медленно растет,

От мальчишек отстает.

Что-то страшное с глазами

Происходит вечерами:

Не зажег на кухне свет

И наткнулся на буфет

Он «куриной слепотою»

Заболел у нас весною.

Лоб разбил недавно в кровь.

Говорят: «Не ел морковь».

В пище юного мужчины

Не хватает витамина.

А какого? Надо знать.

Слепнуть ни к чему напрасно.

Скажите, где его найти,

Чтобы видеть и расти?

**1-й ученик (Витамин А)**

Чтобы видеть и расти,

Надо всем приобрести

Витамины группы «А».

Они в масле, в жирном сыре

И, конечно, в рыбьем жире.

И в печенке, и в желтке.

Обитают в молоке.

И морковь, и абрикосы

Витамины в себе носят.

Во фруктах тоже они есть.

Я люблю их очень есть.

**2-й ученик (Витамин В)**

Если хочешь быть спокойным,

Стойким, собранным и ровным,

В рацион включай себе

Пищу с витамином «В».

Без него нервозным станешь,

В молокровии завянешь,

Даже кожа заболит –

Не поможет Айболит.

**Вовочка**

Где взять «В», в каких продуктах?

В мясе, хлебе или фруктах?

Есть он в каше или нет?

Кто сумеет дать ответ?

**2-й ученик (Витамин В)**

Нам сказала повариха:

«Рожь, пшеница и гречиха,

Печень, дрожжи и сырок,

Вкусный от яйца желток

Витамины «В» имеют

И отдать их нам сумеют».

**Вовочка**

Десны рыхлы, кровоточат,

Зуб за зубом падать хочет.

Сыпь на теле, синяки…

Здесь страданья велики.

**Учитель**

Если зелени не будет,

Витамин про нас забудет.

А какой? Прошу назвать,

В чем содержится сказать.

**3-й ученик (Витамин С)**

Витамина «С» как раз

Не хватает вот у вас.

Мы едим его со щами,

И с плодами, овощами:

Лук, редиска, репа, брюква,

И лимон, и апельсин…

Есть немного в огурце

Витамин с названьем «С».

Надо с ним, как только можно,

Обращаться осторожно:

Не держать весь день в тепле

И на огненной плите.

Закрывать кастрюлю плотно.

«С» на холоде охотно

В кислой пище проживает,

Но на солнце пропадает.

**Учитель**

Малышам грозит рахит,

Их никто не защитит,

Если не иметь в еде

Витамина группы «Д»

Ноги могут искривиться,

Слабость общая развиться.

Где взять этот витамин?

Скажет кто-нибудь один?

**4-й ученик (Витамин Д)**

В молоке и в рыбном жире,

В масле сливочном и сыре

«Д» находится всегда,

Это вкусная еда!

(Л. Зильберг)

**Вовочка**

Чтобы вырасти здоровым,

Энергичным и толковым,

Прогнать усталость и мигрень,

Ешь витамины каждый день!

*Обращается к зрителям*

Только вот опять вопрос

Возник вдруг у меня:

- Как бы мне ещё узнать

И о режиме дня?

***Мальчик и девочка показывают сценку «Режим дня»*** [1]

**Д.:** - А ты, Леша, знаешь, что такое режим?

**М.:** - Конечно! Режим – это куда захочу, туда и скачу!

**Д.:** - Режим – это распорядок дня. Вот ты, например, выполняешь распорядок дня?

**М.:** - Даже перевыполняю.

**Д.:** - Как это?

**М.:** - По распорядку дня мне нужно гулять два раза в день, а я гуляю четыре.

**Д.:** - Нет, так ты его нарушаешь. Знаешь, каким должен быть распорядок дня?

**М.:** - Подъем, завтрак. Прогулка. Второй завтрак. Прогулка. Обед. Прогулка. Чай. Прогулка, ужин. Прогулка и сон.

**Д.:** - При таком режиме вырастет из тебя лентяй и неуч.

**М.:** - Не вырастет.

**Д.:** - Это почему?

**М.:** - Потому что мы с мамой выполняем весь режим.

**Д.:** - Как это с мамой?

**М.:** - Так, половину – я, половину – мама. А вместе мы выполняем весь режим.

**Д.:** - Не понимаю, как это?

**М.:** - Очень просто. Подъем выполняю я, зарядку выполняет мама, умывание – мама, застилает постель – мама, завтрак – я, прогулку – я, уроки – мы с мамой!

**Вовочка:** Все, бабуля! Я для себя решил: начинаю другую жизнь с завтрашнего дня!

Буду рано я вставать,

Кровать свою убирать!

Зарядку делать на балконе,

Побегу трусцой я в школу.

Позабуду про пирожные,

Чипсы с гамбургером тоже.

Сяду завтра на диету,

И в поход отправлюсь летом.

Запишусь на бокс, на теннис,

И, конечно, похудею!

**Бабуля:** Батюшки, пропал внучок!

**Вовочка:** Это я пропасть бы мог.

Только вовремя ребята

Показали мне, как надо

Жить, чтоб бодрым быть, здоровым,

ЗОЖ раскрыли мне основы!

*Выходит Айболит*

**Айболит**

Я желаю вам, ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

Невозможно без труда.

Постарайтесь не лениться –

Каждый раз перед едой,

Прежде, чем за стол садиться,

Руки вымойте водой.

И зарядкой занимайтесь

Ежедневно по утрам.

И, конечно, закаляйтесь –

Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите

По возможности всегда,

На прогулки в лес ходите,

Он вам силы даст, друзья!

Я открыл вам все секреты,

Как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы,

И легко вам будет жить!(Т. Морева)

**Учащиеся читают стихи (мальчики начальных классов)**

1. Здоровье – это кладезь.

Его нельзя купить,

Однажды потерявши,

Его не возвратить.

2. Не одолжить у друга,

Не выиграть в лото,

Ведь без здоровья счастье

Поверьте, уж не то.

3. Не порадует работа,

Да и денег не скопить.

В общем, без здоровья плохо,

Очень плохо людям жить.

4.Несомненно, что здоровье

С детства нужно укреплять,

Физкультурой заниматься,

Бегать, прыгать и играть.

5. Фрукты есть как можно больше,

Предварительно помыть,

А гуляя после школы,

Про уроки не забыть.

**Вовочка**

Занимаюсь я зарядкой,

Каши есть всегда я рад.

Ну, а чипсы, кириешки –

Организму просто яд.

Скоро четверть мы закончим,

Дома будем отдыхать,

Но о здоровом образе жизни

Я не буду забывать.

6. И поэтому, ребята,

С вами ждём мы новых встреч.

И надеюсь, что здоровье

Все вы будете беречь! [5]

***Мальчики исполняют песню «День зарядкой начинай…»* *(под музыку песни «Идёт солдат по городу»)***

День зарядкой начинай

Летом и зимой!

Посещай спортивный зал,

Хоть и лень порой!

Может, будешь рекордсмен

Или чемпион,

Ведь тебе добавят сил

Спортзал и стадион!

Спортзал и стадион!

***Припев***

Идёт внучок по городу,

И все вокруг любуются

Его походкой твёрдою

И выправкой орла!

Он не боится Армии,

Он не боится трудностей,

И жизнь внучонка радует -

Прекрасна и светла!

**Ведущий 1**

Кто уйдёт от нас сегодня с хорошим настроением – похлопайте.

**Ведущий 2**

Кто будет постоянно чистить зубы – потопайте.

**Ведущий 1**

Кто непременно будет делать зарядку – помашите руками.

**Ведущий 2**

Кто всегда будет гулять на свежем воздухе – потянитесь.

**Ведущий 1**

Кто будет питаться только правильно – улыбнитесь.

***Исполняется заключительная песня* *(на мотив песни А. Пахмутовой и Н. Добронравова «Надежда»)***

Пусть исчезнут горе и беда

И еда нам жизнь не омрачает.

Пусть уйдут болезни навсегда,

Пусть цветы удачи расцветают.

Надо быть благоразумным нам

И не поддаваться на обманы.

Пожелаем всем своим друзьям

Впечатлений и открытий славных.

***Припев:***

Удача нас ждёт впереди,

С дороги не надо сбиваться,

С надеждой по жизни иди,

И будет у нас все получаться!

**Ведущий 1**

Подходит к концу наша встреча, ребята,

Но праздник здоровья не знает границ.

А что о здоровье заботиться надо,

Мы вам показали, покажет и жизнь!

**Ведущий 2**

Улыбка красивая, стройность фигуры,

Успешность учебы зависит от нас.

К нам хвори, печали дорогу забудут,

Ведь наше здоровье в надежных руках!

**Ведущий 1**

Мы всем вам желаем здоровья на годы.

Улыбок, удачи и радостных дней.

**Ведущий 2**

Гостям мы хотим подарить сувениры

На добрую память для добрых друзей![2]

*Ведущие дарят гостям праздника сувениры*

**Список использованных источников**

1. Гришкова, Ю. С. Сценарии детских праздников с песнями и нотами / Ю. С. Гришкова. – Минск : Юнипресс, 2002. – 432 с.
2. Жук, Л. И. Олимпиады. Спорт. Здоровье / Ред.-сост. Л. И. Жук. – Минск: ООО «Красико-Принт», 2003. – 128с. – (Праздник в школе).
3. Козик, М. Н. Здоровье берегите с детства / М. Н. Козик // Пачатковая школа. – 2006. – № 10. – С. 40 – 41.
4. Козлова, И. В. Путешествие в Страну Здоровья / И. В. Козлова // Пачатковая школа. – 2013. – № 12. – С. 41 – 43.
5. Обухова Л. А. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья/ Л. А. Обухова, Н. А. Лемяскина. – Москва: ВАКО, 2004. – 240 с.

*Фото к статье Т. С. Бибик*