

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	3
<i>Н. В. Лободина</i> .....	5
Программа «Радуга здоровья» .....	5
Пояснительная записка.....	5
Приложение .....	67
Тесты и проверочные работы .....	67
Памятки для учащихся .....	91
Занятия .....	109
Тема: Здоровье – это бесценный дар (познавательное мероприятие о вреде алкоголя. 4 класс).....	109
Тема: Живи разумом, так и лекаря не надо (игровое мероприятие о вреде курения. 4 класс).....	129
<i>Т. Н. Чурилова</i> .....	143
Рекомендации по организации и проведению уроков здоровья в школе .....	143
Уроки здоровья.....	151
Тема: Значение осанки в жизни человека .....	151
Тема: Привычки человека .....	158
Тема: Эмоции и здоровье .....	166
Тема: Мозг – наш главный командир .....	173
Тема: Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты .....	178
Тема: Если хочешь быть здоров .....	184
Тема: Дружи с водой.....	189
Тема: Чтобы уши слышали .....	193
Тема: Чтобы зубы были здоровы.....	194
Тема: Уход за руками и ногами .....	196
Тема: Забота о коже .....	197
Тема: Забота о глазах .....	199
Литература.....	204