

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №20»

«Утверждаю»  
«30» августа 2016 г.

Д.А. Емец



**Программа  
образовательной деятельности общеразвивающего вида  
«Здоровые дети»**

Принята педагогическим советом  
протокол №1 от 30.08.2016 г.

г. Находка  
2016 г.

## Введение

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

В результате этого в детском саду была разработана программа «Здоровые дети» и приложения к ней - методические рекомендации по физическому развитию и оздоровлению детей в дошкольном учреждении. Программа «Здоровье» комплексно подходит к решению проблемы сохранения, укрепления и коррекции здоровья детей.

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Укрепление здоровья детей является ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы в ДООУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, профилактической работы, индивидуальной работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их просвещение. Особенностью организации и содержания воспитательно-образовательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

### Основные принципы программы:

1. Принцип научности – подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности – участие педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей.
6. Принцип целенаправленности – подчинение комплекса оздоровительных мероприятий четко определенной цели.
7. Принцип оптимальности – разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки.

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Цели и задачи Программы

*Целью Программы* является создание оптимальных здоровьесберегающих условий в МБДОУ для детей дошкольного возраста и педагогов, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование их физического развития.

*Основными направлениями программы* «Здоровые дети» являются:

- воспитательно-образовательное направление;
- профилактическое направление;
- материально-техническое направление;
- работа с педагогическим коллективом;
- мониторинг реализации Программы

#### *Задачи по каждому из направлений Программы*

##### 1. Воспитательно-образовательное направление

- организация рациональной двигательной активности детей
- воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки здорового образа жизни
- профилактика эмоционального благополучия детей

##### 2. Профилактическое направление

- совершенствование системы профилактическо-оздоровительной работы;
- педагогическое просвещение родителей в вопросах специфической и неспецифической профилактики.

##### 3. Материально-техническое направление

- обновление материально-технической базы;
- преобразование и совершенствование предметно-развивающей пространственной среды в МБДОУ

##### 4. Работа с педагогическим коллективом

- просветительская работа с педагогами по направлениям Программы;
- консультации с педагогическим коллективом по сохранению собственного здоровья;
- знакомство и внедрение в практику работы МБДОУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста;
- использование систем физического воспитания, основанных на индивидуально-психологическом подходе;
- пропаганда здорового образа жизни (проведение различных конкурсов, мероприятий).

## 5. Мониторинг реализации Программы

- разработка и внедрение современных методов мониторинга здоровья;
- разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья;
- проведение мониторинга здоровья детей всех возрастных групп.

## 2. Содержательный раздел

### Описание воспитательно-образовательной деятельности в соответствии с направлениями Программы

#### *Воспитательно-образовательное направление*

##### *1. Организация рациональной двигательной активности*

Забота о здоровье детей в МБДОУ складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма.

Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Активная двигательная деятельность способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды
- совершенствованию реакций терморегуляции организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям
- повышению физической работоспособности
- нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем, также возможной коррекции врождённых или приобретённых дефектов физического развития
- повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

#### Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
4. Медицинский контроль (медсестра МБДОУ) за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
5. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.

6. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- выполнение режима двигательной активности всеми педагогами ДОУ;
- преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества
- использование игр, упражнений соревновательного характера на занятиях по физкультуре.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

Формы организации	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности МБДОУ</b>				
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут), В середине занятий (до 5 минут)			
Игры, и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна (5-10 минут)			
Дыхательная гимнастика				
Гимнастика пробуждения				
<b>2. Физкультурные занятия</b>				
Физкультурные занятия в музыкальном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
<b>3. Спортивные развлечения и досуги</b>				
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и возможностями ребенка)			
Спортивные праздники	В соответствии с годовым планом работы МБДОУ, но не реже 2 раз в год			
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц		
Дни здоровья	1 раз в квартал			

Организация рациональной двигательной активности – см. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство».

## **2. Воспитание у детей культуры здоровья, вооружение знаниями, умениями и навыками для формирования привычки здорового образа жизни**

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни через такие формы работы с детьми, как:

- режимные моменты;
  - физкультурные занятия;
  - закаливающие процедуры после дневного сна;
  - организацию и проведение дней Здоровья (1 раз в квартал)
- такие формы работы с родителями, как:
- тематические родительские собрания
  - совместные детско-родительские мероприятия (физкультурные праздники, развлечения и т. п.)
  - консультации медсестры, педагогов МБДОУ и др. (индивидуальные, групповые, стендовые, на сайте ДОУ).

## **3. Профилактика эмоционального благополучия детей**

осуществляется в двух основных направлениях:

- обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей,
- создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе.

Более благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду, организация фотовыставки «Моя семья», введение в групповую предметную среду любимых домашних игрушек детей и др.);
- создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон;
- психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные и стендовые консультации)

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- диагностика эмоционального благополучия детей через наблюдение, анализ продуктивных видов деятельности детей, использование проективных методик;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;

- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- формирование культуры общения детей;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости на занятиях, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.).

### ***Профилактическое направление***

#### ***Совершенствование системы профилактическо-оздоровительной работы***

Профилактическо-оздоровительная работа в ДОУ направлена в первую очередь на выполнение требований СанПиН. Большое внимание уделяется профилактическим мероприятиям:

- проветривание помещения, в соответствии с графиком;
- влажная уборка групповых помещений – не менее двух раз в день;
- не загромождать групповые и спальные помещения мебелью, коврами;
- сушка, выморозка постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял) – 2 раза в год;
- чистка ковровых изделий – два раза в год (летом - стирка, зимой - чистка снегом);
- правильный подбор и расстановка комнатных растений;
- покос газонов и участков – своевременно (до начала цветения);
- соблюдение правил применения и хранения моющих средств;
- санэпидрежим во время карантинных мероприятий.

Профилактически-оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется:

**1. Специфической иммунопрофилактикой.** Ее цель – усилить или ослабить формирование иммунитета к возбудителю конкретного заболевания. Активная профилактическая вакцинация детей должна проводиться в определенные периоды жизни и быть направленной на выработку общего специфического иммунитета.

**2. Неспецифическая иммунопрофилактика.** Методов неспецифической профилактики болезней много, поскольку они представляют собой совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. К средствам повышения неспецифической резистентности организма относятся:

- закаливающие мероприятия
- нетрадиционные методы – дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика близорукости;
- профилактика нарушения осанки, сколиоза и плоскостопия.

## *Закаливающие мероприятия*

Одним из основных направлений оздоровления детей является использование комплекса закаливающих мероприятий.

Закаливание – это активный процесс, представляющий совокупность методов стимуляции скрытых резервов защитных сил организма, их совершенствования, гибкости, универсальности. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки.

Необходимо осуществлять единый подход к оздоровительно-закаливающей работе с детьми со стороны всего персонала ДОУ и родителей.

Методами эффективного закаливания в ДОУ являются:

- босохождение, которое является эффективным закаливающим средством при условии постепенного его использования детьми;
- циклические упражнения в облегченной, не стесняющей движений одежде, на занятиях и прогулках, обладающие хорошим закаливающим и оздоровительным эффектом;
- обширное умывание (до локтей, умывание лица, шеи);

### *Нетрадиционные методы иммунопрофилактики*

К ним относятся дыхательная гимнастика, упражнения для профилактики близорукости, плоскостопия и нарушения осанки, самомассаж.

Дыхательная гимнастика: Одной из важнейших целей организации правильного дыхания у детей является формирование у них базовых составляющих произвольной саморегуляции. Ведь ритм дыхания — единственный из всех телесных ритмов, подвластный спонтанной, сознательной и активной регуляции со стороны человека. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым произвольно.

В начале курса занятий необходимо уделить большое внимание выработке правильного дыхания, что оптимизирует газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, массаж органов брюшной полости; способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Правильное дыхание успокаивает и способствует концентрации внимания.

Дыхательные упражнения всегда должны предшествовать самомассажу и другим заданиям. Основным является полное дыхание, т.е. сочетание грудного и брюшного дыхания; выполнять его нужно сначала лежа, потом сидя и, наконец, стоя. Пока ребенок не научится дышать правильно, рекомендуется положить одну его руку на грудь, другую - на живот (сверху зафиксировать их руками взрослого — психолога, педагога, родителей), для контроля за полнотой дыхательных движений. После выполнения дыхательных упражнений можно приступать к самомассажу и другим упражнениям, способствующим повышению психической активности ребенка, увеличению его энергетического и адаптационного потенциала.

Комплекс дыхательных упражнений см. в Приложении №1



Массаж и самомассаж: механизм действия массажа заключается в том, что возбуждение рецепторов приводит к различным функциональным изменениям во внутренних органах и системах. Массаж в области применения оказывает механическое воздействие на ткани, результатом которого являются передвижение тканевых жидкостей (крови, лимфы), растяжение и смещение тканей, активизация кожного дыхания.

Комплекс упражнений для самомассажа см. в Приложении № 2

### Методика профилактики зрительного утомления и развития зрения у детей

Разумный режим дня, двигательная активность, правильное питание, проведение специальных упражнений для глаз - все это занимает важное место в комплексе мер по профилактике близорукости и её прогрессированию, поскольку физическая культура способствует как общему укреплению организма и активизации его функций, так и повышению работоспособности глазных мышц и укреплению склеры глаз.

Комплекс упражнений для профилактики близорукости см. в Приложении № 3

#### *Формирование правильной осанки. Профилактика плоскостопия.*

В дошкольном возрасте осанка ребенка только формируется и любое нарушение условий этого формирования приводит к патологическим изменениям. Скелет дошкольника обладает лишь чертами костно-мышечной системы. Его развитие еще не завершено, во многом он состоит из хрящевой ткани. Этим обусловлены дальнейший рост и в то же время сравнительная мягкость, податливость костей, что грозит нарушением осанки при неправильном положении тела, отягощении весом и т.д. Особую опасность неправильная поза представляет для малоподвижных детей, удерживающие тело в вертикальном положении, не получают у них должного развития.

Осанка зависит от общего состояния скелета, суставно-связочного аппарата, степени развития мышечной системы.

Наиболее действенным методом профилактики патологической осанки является **правильное физическое воспитание** ребенка. Оно должно начинаться с первого года жизни. Это очень важно, так как осанка формируется с самого раннего возраста. По мере роста малыша постепенно включаются новые средства физического воспитания. К 7 годам у здорового дошкольника позвоночник, как правило, приобретает нормальную форму и соответственно вырабатывается правильная осанка.

Нередко плоскостопие является одной из причин нарушения осанки. При плоскостопии, сопровождающемся уплотнением свода стоп, резко понижается опорная функция ног, изменяется положение таза, становится трудно ходить.

Основной причиной плоскостопия является слабость мышц и связочного аппарата, принимающих участие в поддержании свода.

В основе профилактики лежит, во-первых, укрепление мышц, сохраняющих свод, во-вторых, ношение рациональной обуви и, в-третьих, ограничение нагрузки на нижние конечности.

Главным средством профилактики плоскостопия является специальная гимнастика, направленная на укрепление мышечно-связочного аппарата стоп и голени. Такие виды движения и бег не только хорошо воздействует на весь организм, но и служат эффективным средством, предупреждающим образование плоскостопия. Особенно полезна ходьба на носках и наружных краях стопы.

#### *Взаимосвязь со специалистами поликлиники.*

Для сохранения и укрепления здоровья детей в ДОО поддерживается постоянная связь с врачами детской поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участкового педиатра и врачей узкой специализации, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия.

#### ***Материально-техническое направление***

Цель работы МБДОУ - создание оптимальных здоровьесберегающих условий. Достигается цель путем преобразования развивающей предметно-пространственной среды:

В МБДОУ регулярно проводится благоустройство участков, в пределах которых имеется пространство для двигательной активности детей, подвижных игр, и групповых комнат, в которых также отводится площадь для двигательной активности детей.

В раздевалках групп оборудованы спортивные уголки для хранения спортивного инвентаря, к которому дети имеют свободный доступ. В музыкальном зале оборудован спортивный уголок.

График организованной образовательной деятельности на учебный год составляется таким образом, чтобы была возможность проведения занятий по физической культуре в музыкальном зале (приоритет отдается подготовительной и старшей группам), при отсутствии возможности проводить занятия для детей младшего возраста в музыкальном зале, они проводятся в группе.

В соответствии с требованиями СанПин, для детей старших, подготовительных групп один раз в неделю физкультурные занятия проводятся на свежем воздухе.

С целью обеспечения высокого уровня охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития, в детском саду созданы все необходимые условия:

1. имеется зал для музыкальных и физкультурных занятий;
2. для занятий физкультурой имеется спортивный инвентарь:
  - гимнастические скамейки разной высоты;
  - наклонные и ребристые доски;
  - гимнастические палки;
  - дорожки для профилактики плоскостопия;
  - мячи резиновые разных размеров;
  - мячи пластмассовые;
  - обручи;
  - флажки разных цветов;
  - мешочки с песком (для метания);
  - кегли и мячи;

- детские гантели;
- скакалки.

3. В физкультурных уголках имеется спортивный инвентарь:

- скакалки;
- обручи;
- мячи резиновые разных размеров;
- кольцобросы;
- кегли;
- канаты;
- шары пластмассовые;
- массажные шарики с шипами;
- флажки разных цветов;
- султанчики;
- атрибуты для подвижных игр.

### ***Работа с педагогическим коллективом***

Работа с сотрудниками МБДОУ – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей.

Важным направлением деятельности в рамках программы является разработка мероприятий, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, тесно связанных с социальными аспектами жизни детей, в том числе:

- внедрение сбалансированного разнообразного питания;
- организация сбалансированных действий педагогического коллектива по уменьшению детского травматизма и возникновения кишечных инфекций.

*Организационные методические мероприятия, проводимые в МБДОУ:*

- интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности;
- внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс МБДОУ;
- разнообразие форм физкультурно-досуговой деятельности с дошкольниками;
- формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей;
- совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.

## Мониторинг реализации Программы

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки мониторинговых исследований	Ответственные
Состояние здоровья воспитанников	Посещаемость, заболеваемость детей	Тетрадь посещаемости и заболеваемости	Ежедневно	Воспитатели
	Группы здоровья детей	Журнал профилактических осмотров, Таблица распределения детей по группам здоровья	Октябрь, Апрель	Медсестра
	Хронические заболевания детей	Углубленный медосмотр	Март-апрель	Врачи, медсестра
	Индекс Пинье (показатели пропорциональности физического развития)	Антропометрия	Октябрь, апрель	Медсестра
Физическая подготовленность	Уровень развития двигательных качеств			
Эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей первой младшей группы к условиям ДОУ	Адаптационный лист	Август, сентябрь	Воспитатели первой младшей группы
	Отношение детей к детскому саду	Анкетирование родителей	В течение года	Воспитатели

### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Функции участников педагогического процесса

Должность	Функции
Медицинский работник	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация и контроль соблюдения режима;</li> <li>- контроль уровня здоровья детей;</li> <li>- контроль выполнения двигательного режима и физических нагрузок на утренней гимнастике и занятиях физкультурой;</li> <li>- контроль проведения и анализ эффективности закаливающих процедур;</li> <li>- осуществляет санитарное просвещение персонала и родителей;</li> <li>- витаминизация блюд;</li> <li>- первая помощь при травмах;</li> </ul>

	- контроль за организацией питания: анализ питания – соблюдение норм, калорийность.
Воспитатель	- обеспечивает физическое, психическое и эмоциональное развитие детей, состояние психологического комфорта каждого ребенка; - соблюдение санитарных норм и правил; - проводят с детьми оздоровительные и закаливающие мероприятия; - внедряют традиционные и нетрадиционные здоровьесберегающие технологии в оздоровительную работу с детьми; - проводят индивидуальную работу с детьми по физическому воспитанию, здоровьесбережению; - разрабатывают и участвуют в мероприятиях с применением различных форм физического воспитания детей; - организуют и проводят просветительскую работу с родителями по вопросам здоровьесбережения (консультации, беседы, родительские собрания, совместные спортивные мероприятия, спортивные праздники и досуги, наглядный и иллюстративный материал)
Родители	- участие в спортивных мероприятиях, досугах; - посильная помощь педагогам в создании и улучшении здоровьесберегающей среды; - информирование педагогического коллектива о состоянии здоровья ребенка, выполнение рекомендаций педагогов, медперсонала

### **3.2 Методическая литература для организации работы по физическому воспитанию детей**

- «Оздоровительная гимнастика, комплексы упражнений» Л.И. Пензулаева, Мозаика-Синтез, 2015 г.;
- «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе», Мозаика-Синтез, Москва, 2012 г.;
- «Физическое развитие детей 2-7 лет», сюжетно-ролевые занятия, автор-составитель Е.И. Подольская, Волгоград, 2012 г.;
- «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми. Развернутое перспективное планирование», Т.К. Ишинбаева, Волгоград, 2010 г.,
- «Здоровьесберегающая система ДОУ», модели программ, рекомендации, разработки занятий, авторы-составители М.А. Павлова, М.В. Лысогорская, Волгоград 2009 г.;
- «Система физического воспитания в ДОУ. Планирование информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры», Автор-составитель О. М. Литвинова, Волгоград, 2007 г.
- «Физкультурно- оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет», Творческий центр, Москва, 2006;

- «Физкульт-привет минуткам и паузам!» Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников. Учебно-методическое пособие для педагогов. Е.Г. Сайкина, Ж.Е. Фирилева, Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2006 г.;

- «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников», Учебно-методическое пособие, Н.Б. Муллаева, Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2006 г.