

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида «Солнышко» пгт Кильмезь
Кильмезского района Кировской области

Принято на заседании

Педагогического совета

Протокол № 1 от 29.08.2025 г

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ

д/с

«Солнышко»



Р.С.Грозных

Приказ № 31 - ОД от 29.08.2025 г

План

объединения по интересам физкультурно-оздоровительной направленности для детей 6-7 лет «ЗДОРОВЕЙ-КА» на 2025-2026 учебный год

Инструктор по физической культуре:
Феофилактова Инна Николаевна

пгт. Кильмезь, 2025 г.

Пояснительная записка

Н. М. Амосов:

«Здоровье и счастье наших детей во многом зависит от постановки физической культуры в детском саду и семье...»

Здоровье детей – будущее страны!

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

Основная направленность программы «Здоровейка» - сохранение и укрепление здоровья детей.

Исследования, проведенные НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научным центром здоровья детей, академией медицинских наук,

Актуальность программы

Актуальность данной проблемы определяется тем, что перед дошкольным учреждением стоит задача по воспитанию физически, психически здорового ребенка.

Пути реализации программы

1. Консультации с врачами-специалистами детской поликлиники.

2. Поиск информации в специальных источниках (медицинская литература по профилактике сколиоза и нарушения плоскостопия, по оздоровлению детей; методическая литература по проведению НОД по физическому развитию детей в детском саду).

Принципы реализации программы

1. Принцип индивидуальности.

2. Принцип доступности.

3. Принцип систематичности.

4. Принцип активности, самостоятельности, творчества.

5. Принцип последовательности.

6. Принцип эмоционального благополучия каждого ребенка.

7. Принцип научности.

8. Принцип оздоровительной направленности.

Структура программы

Комплектование группы детей для занятий в объединении по интересам «Здоровейка» проводится с учетом общего функционального состояния детей старшего дошкольного возраста, данных медицинского осмотра, рекомендаций врачей-специалистов (педиатра, ортопеда, хирурга, педиатра).

Программа рассчитана на 32 часа. Занятия проводятся с учетом предусмотренного учебного плана.

Занятия проводятся с октября по май 1 раз в неделю по 30 минут.

В структуру оздоровительных занятий тесно вплетены различные виды деятельности: двигательные упражнения, основные виды движения (ходьба, прыжки, оздоровительный бег, упражнения на равновесие и т. д., дыхательная гимнастика, разнообразные виды самомассажа, упражнения на релаксации.

Способ организации детей на занятии в физкультурно-оздоровительной группе зависит от поставленной цели и задач каждого занятия. На занятиях используются три основных способа организации детей: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Методика составления комплексов оздоровительных занятий состоит из трех частей. В подготовительную часть включают общеразвивающие и корригирующие упражнения, соответствующие нарушению осанки и коррекции плоскостопия. Темп выполнения – медленный, умеренный, средний, дозировка 6-8 повторений. В основную часть входят упражнения из положения лежа на спине, на боку, животе, сидя и стоя. Дозировка упражнений зависит от самочувствия. Все упражнения обязательно выполняются в обе стороны. Заключительная часть состоит из упражнений на расслабление (релаксация, подвижные игры).

С целью закаливания стоп и профилактики плоскостопия, укрепления организма детей во время оздоровительных занятий дети занимаются в носочках.

Для эмоционального комфорта во время организации и проведения двигательной активности детей способствует музыкальное сопровождение физкультурно-оздоровительных занятий.

Создание полноценной физкультурно-оздоровительной среды для работы по профилактике опорно-двигательного аппарата у дошкольников,

предусматривает наличие оборудования и инвентаря, способствующего формированию осанки, укреплению мышц стопы и оказывающего положительное влияние на формирование сводов стопы (ребристые и наклонные доски, гимнастическая стенка, обручи, мячи, скакалки, гимнастические палки и т. д.)

Таким образом, акцент в оздоровительной работе программы объединения по интересам «Здоровейка» делается на повышение сопротивляемости организма к ОРВИ, профилактику плоскостопия и нарушений осанки у детей.

Информационно-образовательная работа с детьми

1. Первичный осмотр детей медсестрой детского сада и педиатром детской поликлиники при поступлении в детский сад.

2. Осмотр детей врачами-специалистами: хирург, ортопед, невропатолог, педиатр.

3. Тестовое обследование первых признаков сколиоза и плоскостопия у детей всех возрастных категорий.

4. Взаимосвязь медработника ДООУ, врачей-специалистов, администрации д/с с воспитателями и родителями в вопросах профилактики ОРВИ, сколиоза и плоскостопия.

5. Обследование детей, предварительная и итоговая диагностика.

6. Использование специальных упражнений на занятиях.

Взаимодействие с родителями

Взаимоотношения с родителями строятся на основе родительского договора.

Процесс физкультурно-оздоровительной совместной работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка.

2. Результаты диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития доводятся до сведения каждого родителя. Отмечаются сильные и слабые стороны развития, намечаются пути оказания помощи в укреплении здоровья, физического развития и дальнейшего его

совершенствования. К разговору с родителями привлекаются медицинские работники детского сада.

3. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, самомассаж, разнообразные виды закаливания и т. д.).

4. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДООУ, обучение отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма.

Работа по просвещению родителей проводится на основании опроса. Выявляются следующие группы родителей:

1 группа- родители обладают достаточным объемом знаний по проблемам воспитания и образования, по проблемам здоровья ребенка.

2 группа- родители, которые не очень интересуются педагогикой, здоровьесберегающими технологиями, но их волнует личность их малыша, проблема его становления, здоровья. Они стараются понять причины своих неудач в воспитательной и оздоровительной работе.

3 группа-родители, интерес которых ограничен лишь конкретной ситуацией -педагогической или связанной со здоровьем ребенка.

В педагогическом взаимодействии с родителями используются разнообразные формы работы по укреплению и сохранению здоровья детей и повышению их физических качеств:

- информация для родителей на стендах, папках-передвижках, консультации;
- устные журналы с участием различных специалистов;
- «открытые дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в физкультурном зале, закаливающих лечебных процедур;
- физкультурные досуги и праздники с участием родителей;
- демонстрация видеофильмов о работе, проводимой в ДООУ по коррекции осанки и нарушению плоскостопия, укреплению организма детей.

Ожидаемый итоговый результат освоения программы

1. Повышение уровня физического, психического здоровья детей.
2. Снижение количества дней, пропущенных одним ребенком по болезни.
3. Увеличение доли детей, вовлеченных в профилактические мероприятия.

4. Усвоение программы.

5. Нормализация статистических и динамических функций организма, общей и мелкой моторики.

6. Положительный результат темпов прироста физических качеств.

7. Скоординированность действий педагога и специалиста в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

8. Повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей.

Перспективный план работы объединения по интересам «Здоровейка»

Октябрь

1. «Что такое правильная осанка»(обучающее)

Структура занятия

1. Знакомство детей с кружком «Здоровейка»
(знакомство детей с целями и задачами кружка).

2. Дать представление о правильной осанке.

(просмотр с детьми презентации « Правильная осанка»,
обсуждение с детьми данной презентации)

3. Игра «Угадай, где правильно»

4. Игра малой подвижности «Веселые елочки»

(приложение № 1, игра № 21)

5.Игра - релаксация « Пляж»

Работа с родителями

Познакомить родителей с игрой «Веселые елочки».

Обратить их внимание на положение различных частей тела ребенка.

2.« Правильная осанка»

Структура занятия

1. Проведение теста на правильную осанку.
(диагностика нарушений осанки у детей).

2. Комплекс гимнастики « Гусятки»
(упражнения на профилактику и коррекцию нарушения осанки).
(приложение № 1, комплекс № 29)

3. Игра малой подвижности «Шарик»

(игра № 30 приложение № 3)

4. Упражнение « Пронеси, не урони» (ходьба с мешочками и кирпичиками
на голове)

5.Игра - релаксация « Солнышко и тучка»

(приложение № 3, игра № 31)

Работа с родителями

Памятка «Что такое нарушение опорно-двигательного аппарата»

3. «Береги свое здоровье»

Структура занятия

1. Тест на определение подвижности позвоночника.
2. Комплекс гимнастики «Цапля»
(приложение № 1, комплекс № 5)
3. П/И «Весёлые ребята»
4. Упражнение регулирующий мышечный тонус «Дерево»
5. Игра - релаксация «Грибочки»
(приложение № 3, игра № 8)

Работа с родителями

Памятка «С чего начать родителям»

4.«Путешествие в страну Здоровья»

Структура занятия

1. Разминка «веселые шаги»
(приложение № 5, комплекс № 1)
2. ОРУ (с малыми мячами)
(приложение № 5, комплекс № 8)
3. П/И «Хитрая лиса»
4. Дыхательное упражнение « Большой и маленький»
(приложение № 8, комплекс № 3-1)
5. Релаксация «Бабочки»
(приложение № 3, комплекс № 13)

Работа с родителями

Оформление папки-передвижки «Советы родителям»

Ноябрь

1. «Плоскостопие»

Структура занятия

1. Дать представление о том, что такое плоскостопие.

2. Комплекс корригирующей гимнастики.

(приложение №4 комплекс № 1)

3. Подвижная игра «Не оставайся на полу»

4. Самомассаж «Точилка»

(приложение №6 упражнение № 3)

5. Релаксация «Море и пляж»

(приложение №3 упражнение № 33)

Работа с родителями

Предложить родителям побеседовать с детьми о правильной ходьбе во время прогулок.

Ознакомление родителей с приемами самомассажа. Памятка для родителей «Самомассаж»

2. «Береги своё здоровье»

Структура занятия

1. Ходьба со сменой темпа движения и сохранением осанки.

(Ходьба по «дорожкам здоровья».

(Приложение №1, упражнения № 21, 24.)

2. Упражнение « Встань и пройди правильно»

(Ходьба через предметы с мешочком на голове)

3. Подвижная игра «Птички в домиках»

4. Массаж « Мой сосед»

5. Релаксация « Облако»

(Приложение №3 упражнение № 35)

Работа с родителями

1. Советы для родителей « Физическое воспитание детей».
(рекомендации по профилактике нарушений осанки и деформации стопы).

3. «Ходи правильно»

Структура занятия

1. Комплекс корригирующей гимнастики.
(Приложение №2 упражнение № 2)
2. Упражнение «Пройди не урони»
3. Подвижная игра «Удочка»
4. Оздоровительное упражнение « Лошадка»
(приложение №7 упражнение № 1)
5. Релаксация «Котят»
(Приложение №3 упражнение № 5)

Работа с родителями

Предложить родителям побеседовать с детьми о правильной позе при сидении за столом. Привлекать детей к оценке своей позы во время рисования, рассматривания картинок.

4. «Вот так ножки»

Структура занятия

1. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия
(приложение № 2 комплекс № 4)
2. Упражнение «Пройди по скамейке»
3. Самомассаж
(приложение №6 упражнение № 1,2,3)
4. Подвижная игра «Успей выбежать»
5. Дыхательное упражнение «Аист», «Дровосек»
(приложение № 8 комплекс № 3)

Работа с родителями

Папка – передвижка «Дыхательная гимнастика для детей». Ознакомление родителей с дыхательными упражнениями.

Декабрь

1. «Закрепление правильной осанки»

Структура занятия

1. Развитие умения сохранять правильную осанку во время ходьбы.
2. Гимнастический комплекс с элементами корригирующей гимнастики.
(Приложение №1, упражнения № 4, 6. Упражнение «Ласточка», «Бег по кругу»)
3. Подвижная игра «Найди своё место»
 4. Самомассаж «Пила», «Браслеты»
(Приложение №6, упражнения № 4,5)
 5. Релаксация «Снег»
(Приложение №3 упражнение № 15)

Работа с родителями

Познакомить родителей с комплексом упражнений на профилактику сколиоза. Предложить проводить эти комплексы ежедневно дома с детьми.

2. «Учимся правильно дышать, что бы помочь позвоночнику»

Структура занятия

1. Упражнение «Встань правильно».
2. Комплекс упражнений на дыхание.
(Приложение № 8, комплекс № 3, упр. 2, 3, 4)
3. Упражнение «Буратино».
4. Подвижная игра «Попляши и покружись – самым ловким окажись».

5. Релаксация «Спинка отдыхает»

(Приложение №3 упражнение № 19)

Работа с родителями

Памятка для родителей « Правильное дыхание». Знакомство родителей с дыхательной гимнастикой.

3. Сюжетное занятие «На птичьей полянке»

Структура занятия

1. Разминка « Воробышек», «Журавлик»
(приложение №5, комплекс № 2)
2. Комплекс корригирующих упражнений
(Приложение №5, комплекс № 5)
3. Подвижная игра «Гуси - лебеди».
4. Дыхательное упражнение «Аист»
(приложение №8, комплекс № 3 - 3)
5. Релаксация «Воробьиная полянка»
(Приложение №3 упражнение № 17)

Работа с родителями

Предложить родителям побеседовать с детьми о положении различных частей тела при ходьбе, стоянии, сидении, о правильной постановке стоп.

4. «Сидим правильно»

Структура занятия

1. Упражнение «Сядь правильно»
2. Комплекс корригирующих упражнений
(Приложение №5, комплекс № 7)
3. Подвижная игра «Ловишки - перебежки»
4. Игра «Ровным кругом»
5. Релаксация «Спортсмены»

(приложение №3 упражнение № 14)

Работа с родителями

Познакомить родителей с комплексом упражнений на профилактику сколиоза. Предложить проводить эти комплексы ежедневно дома с детьми.

Январь

1. «Будем здоровыми»

Структура занятия

1. Разновидности ходьбы и бега.
2. Упражнение « Ровная спина»
3. Комплекс корригирующей гимнастики.
(Приложение № 1, упр. 7, 13, 14, 15)
4. Самомассаж « Рисунок на спине»
5. Подвижная игра « Второй лишний».
5. Релаксация « Бутон»

(Приложение №3 упражнение № 12)

Работа с родителями

Папка- передвижка «Упражнения на укрепление здоровья детей».

2. «Профилактика плоскостопия»

Структура занятия

1. Разновидности ходьбы и бега по кругу.
2. Комплекс корригирующей гимнастики с гимнастическими палками.
(Приложение № 2, комплекс № 3)
3. Массаж « Поезд»

4. Подвижная игра «Менялки».

5. Релаксация « Куклы отдыхают»

(Приложение №3 упражнение № 6)

Работа с родителями

Познакомить родителей с комплексом корригирующей гимнастики по профилактике плоскостопия.

3. « В стране здоровья»

Структура занятия

1. Разновидности ходьбы и бега.

2. Упражнение «Пронеси – не урони» (ходьба с мешочком на голове)

3. Упражнения «Здоровые ножки»

4. Самомассаж «Пружинка», «Братцы»

(Приложение №6 упражнение № 7,9)

5. Релаксация «Мороз»

(Приложение №3 упражнение № 9)

Работа с родителями

Папка – передвижка "Упражнения для укрепления здоровья детей"

4. « Встань правильно»

Структура занятия

1. Упражнение «Встань правильно»

2. Комплекс корригирующей гимнастики

(Приложение № 2, комплекс № 5)

3. Комплекс упражнений на дыхание.

(Приложение № 8, комплекс № 5 – 1,2,3,4)

4. Подвижная игра «Хитрая лиса»
 5. Релаксация «Рассерженные котята»
- (Приложение №3 упражнение № 17)

Работа с родителями

Беседа на тему «Как приучить ребенка делать зарядку»

Февраль

1. «Будем ловкими»

Структура занятия

1. Упражнение « Надуем шары».
- (Приложение № 8, упр. 1-3)
2. Комплекс корригирующей гимнастики.
- (Приложение № 5, комплекс № 3)
3. Самомассаж « Гуси», «Человечки».
- (Приложение № 6, упр. № 10, 11)
4. Подвижная игра « Горелки».
 5. Релаксация « Солнечная полянка»
- (Приложение №3 упражнение № 10)

Работа с родителями

Консультация для родителей « Как правильно дышать и сохранять осанку».

2. «Будем сильными»

Структура занятия

1. Ходьба по «Дорожкам здоровья»
2. Упражнение « Закати мяч в ворота ножкой».

3. Массаж « Мой сосед»

4. Подвижная игра «Кот и мыши».

5. Релаксация «Мячик»

(Приложение №3 упражнение № 16)

Работа с родителями

Папка-передвижка « Движение – это жизнь».

3. Закрепление правильной осанки

Структура занятия

1. Упражнение «Бег по кругу»

2. ОРУ у гимнастической стенки

(Приложение № 5 упражнение № 9)

3. Упражнение в вися на гимнастической стенке.

4. Подвижная игра «Мышеловка».

5. Релаксация «Одежда в магазине»

(Приложение №3 упражнение № 20)

Работа с родителями

Информационный блок на тему «Коррекция осанки у детей средствами физического воспитания»

4. «Веселый колобок»

Структура занятия

1. Ходьба в чередовании с бегом с выполнением упражнений.

2. Упражнение «Скатаем колобок».

3. Самомассаж с массажными мячами.

4. Подвижная игра «Колобок и звери».

5. Релаксация «Колобок»

(Приложение №3 упражнение № 30)

Работа с родителями

Консультация «Коррекция нарушения осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста.

Март

1. «Будем красивыми»

Структура занятия

1. Ходьба с различным выполнением заданий.

2. Упражнение в виси (на гимнастической стенке).

3. Самомассаж «Добываем огонь»

(Приложение № 6 упражнение № 6)

4. Подвижная игра « Найди себе место».

5. Релаксация «Воздушный шар»

(Приложение № 3 упражнение № 21)

Работа с родителями

Папка-передвижка « Движение и здоровье».

2. «Будем ловкими»

Структура занятия

1. Комплекс упражнений « Загадки».

(приложение № 2)

2. Упражнения на фитбол – мячах.

3. Самомассаж.

(Приложение № 6 упражнение № 6,7)

4. Подвижная игра « Заводные игрушки».

5. Дыхательное упражнение «»

(Приложение № 8 упражнение № 2 – 1,2,3,)

6. Релаксация « Парашют»

(Приложение № 3 упражнение № 18)

Работа с родителями

Оформление стенда « 10 советов родителям».

3. «Будем внимательными»

Структура занятия

1. Ходьба с различным выполнением заданий.

2. Упражнение «Пройди через болото»

3. Подвижная игра «Третий лишний»

4. Дыхательные упражнения.

(Приложение № 8 упражнение № 4 – 1,2,3)

6. Релаксация «Клякса»

(Приложение № 3 упражнение № 22)

Работа с родителями

Папка – передвижка «Вместе с мамой, вместе с папой»

4. «Весёлая маршировка»

Структура занятия

1. Комплекс упражнений «Веселая маршировка»

2. Упражнение «Собери небоскреб» (кубики стопами)
 3. «Сиамские близнецы» (упражнения в парах)
 4. Самомассаж «Рисунок на спине»
 5. Подвижная игра «Птички в домиках»
 6. Релаксация «Медвежата»
- (Приложение № 3 упражнение № 19)

Работа с родителями

Оформление фото выставки по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата.

Апрель

1. «Вместе весело»

Структура занятия

Структура занятия

- 1.Комплекс пластической гимнастики
(приложение № 5, комплекс № 1)
 2. Упражнение « Прокати мяч»
 - 3.Упражнения-разминка « Дышите-не дышите».
 4. Подвижная игра «Ровным кругом»
 5. Релаксация «Волшебная сила»
- (Приложение № 3 упражнение № 23)

Работа с родителями

Папка передвижка « Учим ребёнка следить за своим здоровьем»

2. «Следим за своим здоровьем»

Структура занятия

1. Ходьба с различным выполнением заданий.

2. Корректирующие упражнения.
(приложение № 2, комплекс № 3)
3. Подвижная игра «Весёлые ребята»
4. Дыхательные упражнения.
(Приложение № 8 упражнение № 4 – 4,5,6)
5. Релаксация «Сосульки»
(Приложение № 3 упражнение № 24)

Работа с родителями

Консультация «Коррекция нарушения осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста»

3. «Следим за ножками»

Структура занятия

1. Массаж стоп « Дорожка здоровья».
2. Упражнения с массажными мячами.
(приложение № 2, комплекс № 2)
3. Упражнение «Рисуем ногами»
4. Подвижная игра «Вышибалы»
5. Релаксация «Пылинки»
(Приложение № 3 упражнение № 27)

Работа с родителями

Памятка для родителей «Здоровые дети – в здоровой семье»

4.«Чтобы сильным быть и ловким, всем нужна нам тренировка»

Структура занятия

1. Комплекс гимнастики

(приложение № 1, упражнение № 8,9,10)

2. Упражнение «Прыгалка»

3. Ходьба с кубиками на голове

4. Подвижная игра «Ловишки с ленточками»

5. Релаксация «Пружинки»

(Приложение № 3 упражнение № 11)

Работа с родителями

Памятка «Лебединая шейка»

Май

1.«Весёлые ножки»

Структура занятия

1. Самомассаж стоп.

2. «Дорожка здоровья».

3. Упражнения с массажными мячами.

4. Подвижная игра «Быстро возьми»

5. Массаж «Рисуем на спине»

Работа с родителями

Папка – передвижка «Выбери здоровый образ жизни»

2. «Вместе с другом»

Структура занятия

1. Ходьба в чередовании с бегом с выполнением упражнений.

2. Упражнения в парах.

3. Самомассаж.

(Приложение № 6 упражнение № 8)

4. Подвижная игра «Ловишки - перебежки»
5. Релаксация «Мыльные пузыри»

(Приложение № 3 упражнение № 29)

Работа с родителями

Советы родителям «Десять золотых правил здоровьесбережения»

3. «Вместе с мамой, вместе с папой»

Структура занятия

1. Ходьба с выполнением заданий.
2. Упражнения в парах (ребёнок – родитель)
3. Комплексы корригирующих упражнений.
4. Игра – эстафета «Добеги вместе».
4. Упражнения на дыхание и расслабление.
5. Массаж « Мой сосед»
6. Подвижная игра «Найди свой домик»
7. Релаксация «Волшебный клубок»

(Приложение № 3 упражнение № 2)

Работа с родителями

День открытых дверей с просмотром работы кружка.

4. «Вместе будем здоровыми»

Структура занятия

1. Тест на правильную осанку.
 2. Тест на определение подвижности позвоночника.
 3. Упражнение «Силачи» (с мячом)
 4. Подвижная игра «Горячая картошка»
 5. Релаксация «Олень»
- (Приложение № 3 упражнение № 28)

Работа с родителями

Анкетирование на тему «Ваше мнение о работе объединения по интересам
«Здоровейка»

Диагностика

Методики тестирования

Метод тестирования нарушения осанки

а) Для контроля эффективности занятий будут использованы тесты на статическую мышечную выносливость, предложенные И. Д. Ловейко

тест для мышц шеи:

И. П. - лежа на спине, руки вниз

1 - приподнять голову и шею, смотреть на носки и зафиксировать положение.

тест для мышц живота:

И. П. - лежа на спине, руки вниз

1 - поднять ноги до угла 45 градусов и зафиксировать положение.

тест для мышц спины:

И. П. - лежа на животе, руки вверх

1 - прогнувшись и зафиксировать положение

б) Для определения подвижности позвоночника будет использована методика, разработанная научными сотрудниками научно-исследовательского института детской ортопедии им. Г. И. Турнера (г. Санкт-Петербург) О. С. Байловой и К. Ф. Зенкевич:

И. П. - стоя на скамейке, стопы параллельно.

1 - наклон вперед, не сгибая ног в коленях (измеряется с помощью линейки в сантиметрах - 0 от скамейки).

В конце года подчитывается результативность работы объединения по интересам «Здоровейка»

Начало года

Конец года

Высокий уровень

средний уровень

низкий уровень

Литература

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. - М., 1983.

2. Алямовская В. Г. Технология разработки базовой и профильной оздоровительной программы // Дошкольное образование, 2005.

3. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н., Саулина Т. Ф. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. - М., АРКТИ, 2001.

4. Беззубцева Г. В., Ермошина А. М. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов. - М., Издательство ГНОМид, 2003.

5. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. - М. : Мозаика-Синтез, 2005.

6. Бычкова С. С. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. - М., АРКТИ, 2002.

7. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства. Дошкольное воспитание № 1 / 2004.

8. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. - М. : АРКТИ, 2005.

9. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников / Сост. Н. А. Ноткина. - СПб. : Образование, 1993.
10. Доронова Т. Н., Голубева Л. Г. и др. Из детства - в отрочество: Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет. - М. : Просвещение, 2002.
11. Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми. - М. : Просвещение, 2003.
12. Егоров Б. Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми // Дошкольное воспитание № 12 / 2001, стр. 10.
13. Зарипова Т. П., Ушакова Т. А. Планирование оздоровительной работы // Управление Дошкольным Образовательным Учреждением, № 1 / 2004, стр. 32.
14. Змановский Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми. - М., Медицина, 1989.
15. Кожухова Н. Н., Рыжкова Л. А., Борисова М. М. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы. - М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
16. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушении опорно-двигательного аппарата): пособие для инструкторов лечебной физкультуры, воспитателей и родителей. - 2-е изд. - М. : Просвещение, 2005.
17. Кудрявцев В. Физическая культура и развитие здоровья ребенка // Дошкольное воспитание № 5 / 2004, стр. 66.