

*«Чтобы  сделать ребенка умным и   рассудительным,*

*сделайте крепким и здоровым».*

*Жан  Жак  Руссо*

**Проект:** «Наше здоровье»

**Авторы проекта:** Топорова Татьяна Александровна, воспитатель первой квалификационной категории

Гербель Екатерина Сергеевна, соответствие занимаемой должности.

**Краткая аннотация проекта**

Данный проект посвящен проблеме оздоровления детей. Предлагается решение задач укрепления здоровья дошкольников средствами здоровьесберегающих технологий. Практическое использование данной разработки позволит сформировать у дошкольников навыки здорового образа  жизни через практические навыки. Проект позволит: разработать цикл мероприятий и обогатить предметно пространственную среду в группе.

Проект рекомендуется для работы с детьми старшего дошкольного возраста от 5-ти до 6-ти лет, включает в себя актуальность, цель, задачи, основное содержание.

В проекте представлены разнообразные формы, методы и приемы взаимодействия воспитателя с детьми, родителями, социальными партнерами.

 Разработанный проект является одним из компонентов построения нового образовательного пространства в контексте ФГОС ДО. Содержание и структура проекта соответствует всем педагогическим требованиям.

**Актуальность**

Здоровый ребёнок – главная ценность нашего общества. Недаром говорят: «Здоров будешь - всё добудешь!». Здоровье детей необходимое условие всестороннего развития ребёнка и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Сохранение и поддержание здоровья человека – приоритетное направление государственной политики, одна из главных стратегических задач развития страны.

 Вместе с тем, по данным системы здравоохранения, состояние здоровья детей дошкольного возраста ухудшается: растёт число заболеваний органов дыхания, пищеварения, нарушений опорно-двигательного аппарата; наблюдается ухудшение показателей психического развития. Современные дети испытывают большое эмоциональное напряжение, «двигательный дефицит» вследствие изменения образа жизни современно человека (мы мало двигаемся, много времени проводим за телевизором, компьютером, потребность в двигательной активности снижается, коллективные подвижные игры сменились на компьютерные, дети мало гуляют).

Поэтому актуальным и востребованным сегодня становится поиск средств и методов оздоровления дошкольников и приобщения их к здоровому образу жизни.

**Проблема:**поиск средств и методов оздоровления дошкольников и приобщения их к здоровому образу жизни.

Одним из путей решения этой проблемы являются применение здоровьесберегающих технологий, направленных на физическое развитие, укрепление здоровья и обучение основам здорового образа жизни. Здоровьесберегающие технологии - эффективная система мер профилактической работы с детьми, направленная на сохранение и укрепление здоровье воспитанников.

«Минутки здоровья»- это небольшие по длительности упражнения в игровой форме, которые проводят с целью оздоровления всего организма ребенка и улучшения его физического и психического состояния. Систематическое применение данных упражнений позволит выработать  у ребенка  полезную привычку – заботиться о своем здоровье.

Упражнения, направленны на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний, развитие крупной и мелкой моторики, речи, положительного самоощущения. Они хорошо вписываются в систему работы дошкольной образовательной организации, так как построены в соответствии с современными подходами и направлены на формирование здорового образа жизни.

Методическую основу содержания проекта  «Наше здоровье в наших руках» составляют разнообразные игровые приёмы. Использование  малых форм народного фольклора (потешек, приговорок, стихов) «оживляет» игровые ситуации общения яркими образами, позволяющими детям обыграть выполняемые движения в нужном темпе и ритме.  «Минутки здоровья» окажут комплексное воздействие как на физическое, так и на познавательное, речевое, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие

Педагогический проект был разработан на базе подготовительной группы с сентября по май. Долгосрочный проект направлен на расширение представлений о здоровом образе жизни, на осмысление детьми необходимости беречь здоровье.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и

психического здоровья. До семи лет идет интенсивное развитие органов и становление

функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется

характер. Важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических

навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях

физической культурой и спортом.

**Новизна проекта**

Новизна заключается в создании условий для формирования здоровьеориентированного образа жизни участников образовательного процесса через реализацию модели здоровьеформирующего образовательного пространства ДОУ, основанном на дифференцированном подходе к организации деятельности по сохранению и укреплению здоровья детей.

**Цель проекта:** сохранение и укрепление здоровья детей, способствовать формированию сознательного отношения к здоровью, как к главной ценности у всех участников проекта.

**Задачи проекта:**

**образовательные:**

1) формировать первичные ценностные представления о **здоровье**, устойчивое желание его сохранить;

2) закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания;

3) сформировать потребность в двигательной активности;

4) способствовать педагогическому просвещению родителей воспитанников по вопросам здорового образа жизни.

**оздоровительные:**

1) укреплять физическое **здоровье детей;**

2) формировать у детей необходимые двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья;

3) повышать защитные свойства организма и устойчивость к различным заболеваниям путём закаливания.

**воспитательные:**

1. воспитывать осознанное отношение к своему здоровью;

2) с помощью физических упражнений способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе;

3) создать условия для проявления положительных эмоций;

4) воспитывать целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

**развивающие:**

1) развивать у детей желание заниматься спортом, выполнять необходимы гигиенические процедуры, проводить профилактические мероприятия по сохранению своего здоровья;

2) совершенствовать практические навыки здорового образа жизни;

3) развивать у детей умение избегать опасных для здоровья ситуаций;

4) способствовать развитию творческой инициативы и поисковой деятельности дошкольников.

**Вид проекта:**

* по продолжительности – долгосрочный;
* по доминирующей деятельности – практико-ориентированный, познавательно-исследовательский;
* по количеству участников – групповой.

**Продолжительность:** учебный год (сентябрь – май).

**Участники проекта:** дети старшей группы, воспитатели, родители.

**Форма работы воспитателя с детьми:**

1. Занятия познавательного цикла: физкультурные, чтение художественной литературы.
2. Занятия продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация.
3. Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, игровой самомассаж.
4. Игровая деятельность: подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры.

**Формы работы с родителями:**

1. Анкетирование.

2. Консультации.

3. Индивидуальные беседы.

4. Организация совместной деятельности с детьми.

**Основное содержание проекта**

**Этапы реализация проекта**

**Первый этап – подготовительный**

1. Изучение методической литературы по теме проекта.

2. Первичная диагностика культуры **здоровья** детей и анкетирование родителей, позволяющее изучить культуру **здоровья семей**.

3. Подбор художественной и познавательной литературы.

4. Разработка плана совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности детей, работы с родителями старшей группы в рамках **проекта**.

5. Подбор материалов для оформления информационного стенда для родителей.

**Второй этап – основной**

1. Использование разработанных мероприятий в работе с детьми.

2. Организация работы с родителями.

**Третий этап – заключительный**

1. Проведение викторины «Знатоки ЗОЖ».

2. Тематическая выставка детских рисунков.

3. Анализ результатов проекта.

**Ресурсы**

Материально-техническая база: спортивный инвентарь; наглядно-дидактические пособия, демонстрационный материал («Продукты питания», «Овощи», «Фрукты», «Спорт», «Как устроен человек» и др.); разные виды театра, игрушки-забавы, маски, шапочки, ширмы; материалы для продуктивной деятельности (краски, цветные карандаши, пластилин, цветная бумага); настольные игры, логические задания; картотеки;  аптечка с набором медикаментов.

Теоретическая и методическая литература:

1. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду : Книга для воспитателя детского сада. – М. : Просвещение, 1991.
2. Быть здоровыми хотим : оздоровит. и познават. занятия для детей подготов. группы детск. сада / М. Ю. Картушина. – М. : ТЦ Сфера, 2004.
3. Волошина Л. Н., Курилова Т. В. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет. – Б. : Изд-во Белый город, 2013.
4. Голубев В. В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста : Учеб. пособие для студ. дошк. факультетов высш. пед. учеб. заведений. – М. : Издательский центр «Академия», 2011.
5. Деркунская В. А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. – Учебное пособие. – М. : Педагогическое общество России, 2005.
6. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста : Пособие для педагогов дошк. учреждений / Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин. – М. : Владос, 2005.
7. Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. – СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.
8. Расти здоровым : Дет. энцикл. здоровья : [Пер. с англ.] / Роберт Ротенберг. – М. : Физкультура и спорт, 1991.
9. Петерина С. В. Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста. – М. : Просвещение, 1994.
10. Шалаева Г. П. Школа раннего развития «Как устроено моё тело». – АСТ, 2010.
11. Алямовская. В. программа «Здоровье»
12. Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» - М., «Скрипторий 2003», 2010.
13. Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В. «В стране здоровья» - М.,«МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2011.
14. Логинова Т.И «Физкультурно - оздоровительная работа Комплексное планирование по про-грамме «Детство»
15. Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников»- М., Гном, 2003.
16. Шебеко Н.В. «Вариативные физкультурные занятия в детском саду»- М., Изд-во Института Психотерапии, 2003.
17. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - М., «Сфера», 2008.

**Ожидаемые результаты по проекту**

**Дети:**

– получат представления о значении рационального **питания** для здоровья человека, о необходимости заботы о своём здоровье, бережном отношении к своему организму, представления о том, что вредно;

– познакомятся с ролью витаминов в жизни человек;

– расширится представление о структуре организма и своего тела;

– повысится эмоциональный, психический и физический тонус;

– сформируется потребность к ЗОЖ и возможность его обеспечения.

**Педагоги:**

– снижение заболеваемости среди детей;

– создание благоприятной образовательной среды, способов сохранения здоровья, воспитание и развитие личности;

– повышение теоретического уровня и профессионализма педагога;

– самореализация.

**Родители:**

– повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;

– расширение знаний родителей о способах сохранения и укрепления здоровья детей;

– повышение педагогической культуры родителей в аспекте формирования навыков ЗОЖ;

– положительные изменения во взаимоотношениях детского сада и семьи;

– участие родителей в совместных физкультурно-оздоровительных, познавательно- исследовательских мероприятиях.

**Критерии результативности проекта**

Критерии оценки результативности реализации **проектной деятельности**:

* моют руки перед едой и по мере загрязнения;
* называют полезные овощные культуры для пищеварения;
* соблюдают режим дня;
* закрепить **сформированность** культурно-гигиенических навыков у **детей.**

Методы диагностики:

В целях диагностики применяли методы (устные вопросы, беседы с детьми, направленные на **определение уровня сформированности представлений** о здоровом образе жизни). Были разработаны следующие условные уровни **сформированности представлений** о здоровом образе жизни у **детей старшего дошкольного возраста**:

1. **Высокий**. Этот уровень характеризуется наличием достаточно полных, точных, обобщенных и осознанных знаний о здоровом образе жизни; умением самостоятельно, полно анализировать жизненную ситуацию. Дети умеют планировать свою **деятельность**. Ответы **детей на вопросы**, связанные со здоровым образом жизни, чёткие, ясные, полные, аргументированные.

2. **Средний**. Дети имеют неполное, но достаточное **представление об окружающем мире**, умеют использовать знания, которые были получены самостоятельно, допускают несущественные ошибки и неточности при выполнении заданий на сравнение, анализ, прогнозирование. Дети затрудняются при самостоятельном решении проблемных заданий и нередко нуждаются в помощи воспитателя. Ответы на вопросы, связанные со здоровым образом жизни, у таких **детей** недостаточно развернутые и слабо аргументированные.

3. **Низкий**. Дети имеют неполное **представление об окружающем мире**, затрудняются использовать знания, которые были получены самостоятельно, нуждаются в постоянной помощи воспитателя при решении проблемных задач и даже при наличии помощи не могут правильно решить их, сделать выводы, слабо владеют приёмами интеллектуальной работы. Ответы на вопросы, связанные со здоровым образом жизни, у таких **детей неразвернутые**, слабые, неуверенные и неаргументированные.

**Перспективный план работы с родителями**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц/неделя** | **Образовательный модуль** | **Тема** | **Совместная деятельность** | **Цель деятельности** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| В течение  проекта | Здоровье | «Здоровье в моих руках» | 1.Анкетирование родителей «Ваши дети и их здоровье»  2.Оформление папки – передвижки «Здоровый образ жизни семьи»; 3.Беседа «Что такое здоровый образ жизни? 4.Выставка детских работ: «Если хочешь быть здоровым».Памятка для родителей «Симптомы и лечение ОРВИ».  1. Оформление папкипередвижки «Витамины и минералы – незаменимые компоненты в питании»  2. Подготовить памятку для родителей по организации питания ребенка дошкольного возраста. 3.Спортивный праздник «Веселые старты» для родителей и детей старшего дошкольного возраста. | Ознакомление родителей с формированием культуры здоровья детей. Определение роли семьи в формировании ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста.  Познакомить родителей с пользой витаминов для укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста.  Познакомить родителей со специальными профилактическими и коррекционными упражнениями для плоскостопия у детей старшего дошкольного возраста. Использование нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ как эффективного средства приобщения детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни.  1.Оформление папки-передвижки «Плоскостопие у детей» 2.Методические рекомендации «Игры и упражнения для профилактики плоскостопия». |

**Перспективный план работы с педагогами**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц/неделя** | **Вид деятельность** | **Программное содержание** |
| **1** | **2** | **3** |
| **В течение года, по годовому плану МДОУ** | Деловая игра на тему «Здоровье дошкольника в наших руках».  Познавательная беседа «Азы первой медицинской помощи».  Консультация «Здоровый педагог растит здорового ребёнка».  Презентация «Промежуточные итоги работы по оздоровлению детей».  Консультация «Как заинтересовать ребёнка закаливающими процедурами».  Консультация «Сохранение здоровья – важнейшая составляющая защиты детей».  Консультация «Организация закаливающих процедур в ДОУ летом». | Систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников.  Повышать компетентность сотрудников в процессе закаливания детей.  Просвещать педагогов о ЗОЖ и привлекать к совместным предприятиям. |

**План реализации проекта с детьми**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время**  **проведения** | **Образовательный модуль** | **Тема** | **Программное**  **содержание** | **Совместная**  **деятельность**  **с детьми** | **Ответственные** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| сентябрь | Здоровье | «Здоровье человека» | Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.– развивать интерес к себе, к своему телу, организму, их состоянию;  развивать двигательную активность детей. | Беседа «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?». Д/и: «Полезно – вредно», «Подбери одежду по сезону».  Рассматривание картины «На приёме у врача».  Подвижная игра «Затейники».  Чтение пословиц и поговорок про спорт и здоровый образ жизни.  Дидактическая игра «Скажи, что не так». | Воспитатели |
| октябрь | Здоровье | «Познай себя»  «Наши помощники – органы чувств» | Расширение знаний детей о строении тела человека и его основных органах.  Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;  Выявить имеющиеся у детей знания и расширить их знания об органах чувств  человека – их строении, функциях; научить детей самостоятельно тренировать свои органы чувств и расширять возможности своего организма;  показать через экспериментирование как чувства позволяют нам познавать окружающий мир; | 1. Беседа «Что у тебя внутри?» 2. Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника». 3. Д./и: «Что полезное и вредное для зубов», «Собери по частям».  Дыхательное упражнение «Часики».  Подвижная игра «Перелет птиц».  Наблюдения «Я назову, а ты покажи», «Слышу – не слышу», «Значение носа для речи».  Рисование «Из чего сделан я?».  Беседы «Орган зрения – глаза», «Орган вкуса – язык», «Орган осязания – кожа», «Орган обоняния – нос», «Орган слуха – ухо».  Познавательная беседа «Чтобы уши не болели».  Игра-экспеременитрование «Пульс», «Как возникает голос?»,  «Как человек дышит?» «Какая у тебя температура?», «Пять чувств». | Воспитатели |
| ноябрь | Здоровье | «Витамины для **здоровья»** | Расширить знания детей о витаминах и витаминосодержащих продуктах;  закрепить знания об овощах, фруктах и ягодах;  развивать умение лепить фрукты и овощи по представлению, используя знакомые техники лепки. | Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».  Отгадывание загадок об овощах и фруктах.  Подвижная игра «Найди свой витаминный домик».  Беседа «Полезная пища».  Дидактические игры «Загадки повара Поварешкина», «Полезный завтрак», «Полезные продукты».  Лепка «Витамины в корзине». | Воспитатели |
| декабрь | Здоровье | «Пищеварительная система» | Формирование понятия о пищеварительной системе, ее основных отделов и деятельности;  рассказать о пути, который пища проходит в организме человека;  показать способность желудка растворять и впитывать различные вещества;  воспитывать у детей необходимость тщательно пережёвывать пищу, понимать свой организм, его потребности. | Работа с таблицей «Строение пищеварительной системы».  **Опыт с воздушным шариком «Как желудок наполняется и сокращается, переваривая пищу».** **Опыт «Что происходит в желудке?».**  **Аппликация «Внутренние органы человека» (д**ети вырезывают из заготовок «Внутренние органы человека» и наклеивают последовательно на силуэт человека). | Воспитатели |
| январь | Здоровье | «Движение – это жизнь» | Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы; способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий; прививать интерес к разным видам спорта через познавательную деятельность;  целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. | Беседа с просмотром презентации «Спорт – это здоровье».  Рисование «Мой любимый вид спорта».  Спортивные игры и упражнения.  Прогулки. | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| февраль | Здоровье | «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» | Закрепить знания детей о пользе закаливающих процедур; укреплять физическое и психическое здоровье детей; развивать познавательный интерес детей к окружающей природе. | Беседа «Солнце, воздух и вода – как естественные источники закаливания», «Воздух в жизни человека».  Конструирование из бумаги «Солнышко лучистое».  Дидактические игры «Сравни картинки», «Что лишнее».  Закаливающие процедуры (умывание прохладной водой лица и шеи; мытьё рук до локтя; принятие воздушных ванн; проветривание помещения, прогулка в любую погоду, хождение босиком по коврикам-массажёрам). | Воспитатели |
| март | Здоровье | «Здоровое питание. Вредные продукты» | Закрепить представления детей о том, какие **продукты полезны и вредны** для нашего организма;  учить понимать какой вред наносит жевательная резинка организму;  формировать понимание необходимости заботиться о своем **здоровье**, беречь его,учиться быть **здоровым**. | Презентация «Полезная и вредная еда».Беседа «Каша – полезное и здоровое питание».Беседа «Жевательная резинка: друг или враг моему организму».Рисование «Здоровая еда».Дидактическая игра «Здоровое питание». | Воспитатели |
| апрель | Здоровье | «Осторожно, микробы» | Получить некоторые представления  о **микроорганизмах**, об их свойствах (растут, размножаются, питаются, дышат);  узнать, что **микроорганизмы** бывают полезными и вредными;  подвести к пониманию значения бережного отношения к своему здоровью;  предложить детям представить, что было бы, если бы не было мыла, зубной пасты и других предметов личной гигиены, пофантазировать, какими природными материалами можно заменить покупные средства;  познакомиться с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями. | Беседа «Что такое микробы», «Почему, чихая или кашляя, надо закрывать рот или нос платком?».  Аналитическое упражнение «Да здравствует мыло душистое».  Игровая ситуация «Как защититься от микробов?».  Беседа «Нам микробы не страшны, с чистотой мы все дружны».  Загадки о здоровом образе жизни. | Воспитатели |
| май | Здоровье | «Первая помощь» | Обсудить с детьми опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе, дома;  познакомить детей с элементами оказания первой медицинской помощи; закрепить основные правила безопасного поведения в быту;  формировать чувство ответственности за личную безопасность, желание оказать помощь другому, довести до понимания детей, что первая помощь может спасти жизнь человека;  развивать внимание, наблюдательность, умение самостоятельно пользоваться полученными знаниями в повседневной жизни. | Беседа «Опасности в повседневной жизни».  Рассматривание иллюстраций по теме «Оказание первой медицинской  помощи».  Дидактическая игра «Знакомство с аптечкой».  Викторина «Расскажи, что для чего нужно».  Практическое упражнение «Оказание первой помощи».  Дидактическая игра «Окажи помощь».  Игра-импровизация по сказке «Доктор Айболит». | Воспитатели |

**Выводы:**

Проект – результат творческой деятельности детей старшего дошкольного возраста их родителей, воспитателей и специалистов детского сада.

Особенностью проекта является единое воспитательно-образовательное пространство, созданное на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями. Это залог успешной работы с детьми. Здоровье – непреходящая ценность, его нужно сохранять и укреплять. Поэтому именно на этапе дошкольного возраста необходимо сформировать у детей мотивацию на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни.

Реализовывая данный проект, мы пришли к выводу, что полученные ребёнком знания, представления о себе, своём здоровье и физической культуре позволили найти способы укрепления и сохранения его. Приобретенные навыки помогли осознанно выбрать здоровый образ жизни. Именно он даёт физические и духовные силы, здоровую нервную систему, способность противостоять вредным влияниям, чувствовать радость от того, что живёшь.

Благодаря проекту мы и наши воспитанники знаем, как заботиться о своём здоровье, умеем об этом рассказывать другим, хотим, чтобы об этом знали все!

**Список литературы**

1. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. М., 2000.
2. Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении // Дошкольное воспитание. - 1993. - № 9.
3. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. - М., 1983.
4. Рунова М. Помогите ребенку укрепить здоровье! //Дошкольное воспитание - №9 - 2004 г.
5. Рунова М.А, Двигательная активность ребенка в детском саду. - М., 2000.
6. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения [Текст]: индивидуально-ориентированный подход /Т.В. Ахутина.- Школа здоровья, 2000, №2 - С.21 – 28.
7. Волошина, Л.Н. Теория и практика развития здоровьесберегающего образовательного пространства в комплексе «Дошкольное учреждение – педагогический колледж» [Текст] / Л.Н.Волошина.– Белгород, ГОУ ВПО Белгородский  ГУ, 2005. – 150 с.
8. Воротникина, И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ [Текст]./И.М. Воротникова. – М.: Энас, 2006.
9. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст]: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина,  В.А.Овсянкин. – М.: Гуманитарный изд. центр Владос, 2005. – 175 с.
10. Картушина,  М.Ю. Зеленый огонек здоровья [Текст] /М.Ю. Картушина.– М., ТЦ Сфера, 2007.
11. Конеева, Е.В. Детские подвижные игры: [Текст]: материал о занятиях физкультурой в ДОУ с акцентом на подвижные игры / Е.В.Конеева. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.– 251 с.
12. Картушина, М.Ю. Быть здоровыми хотим: [Текст]: оздоровительные и познавательные занятия для детей подг. группы детского сада/ М.Ю. Картушина. – М: ТЦ Сфера, 2004. – 384 с.
13. Литвинова, О.М. Система физического воспитания в ДОУ [Текст]: Методические материалы, разработки занятий и спортивные игры / О.М. Литвинова.  –Волгоград.: Учитель, 2007.
14. Маханева, М.Д. Воспитание здорового ребёнка [Текст]:  пособие для практических работников детских дошкольных учреждений/ М.Д. Махнева. – М.:АРКТИ, 1999.
15. Оверчук, Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях [Текст] /Т.И. Оверчук. – М.: Просвещение, 2004.
16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010 г № 2106 Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников.