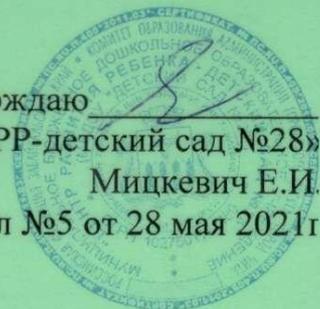


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №28»



Мицкевич Елена Ивановна
С=RU, О=МБДОУ
ЦРР-детский сад №28,
СЫ=Мицкевич Елена
Ивановна,
E=det_cad28@mail.ru Я
являюсь автором этого
документа г.Чита

Утверждаю _____
Заведующая МБДОУ «ЦРР-детский сад №28»
Мицкевич Е.И.
Протокол №5 от 28 мая 2021г



ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ,
КОРРЕКЦИИ И ОЗДОРОВЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

«Здоровый малыш»

2021-2024гг

Срок реализации программы: 3 года

02-32

г. Чита

2021 г.

Оглавление

№	Наименование	Страница
1.	Пояснительная записка	3
	Цель и задачи программы «Здоровый малыш»	4
	Структура программы	5
	Этапы реализации	7
	Оценка эффективности, прогнозируемые результаты	8
2.	Научно-теоретические основы программы	9
3.	Методическое обеспечение программы	11
	Содержание основных направлений программы и механизмы реализации	11
	Основные блоки программы	
	1 блок - диагностический	13
	2 блок – тематический	16
	3 блок – управленческий	31
4 блок – работа с родителями	31	
4.	Критерии результативности программы	34
5.	Список литературы	35

Пояснительная записка

Современная действительность ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья подрастающего поколения. Разнообразные медицинские, социологические, демографические и другие данные свидетельствуют о том, что только 14% детей России можно считать практически здоровыми, 50% имеют отклонения в состоянии здоровья, 35% - хронически больны.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

Формирование личности, поддержание на необходимом уровне физического и психического здоровья ребенка начинается с его рождения и продолжается в дошкольном возрасте. С раннего детства происходит приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям физической культуры. Использование физической культуры в детском саду с учетом специфических возрастных особенностей детей и индивидуальности каждого ребенка позволяет создать благоприятные условия для постепенного и последовательного физического развития. Не следует также забывать, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Программа «Здоровый малыш» составлена с учётом особой актуальности проблемы сохранения здоровья воспитанников, проживающих в условиях резко континентального климата Забайкалья. Программа раскрывает систему работы по физическому и психическому развитию, коррекции и оздоровлению дошкольников. Решение задач укрепления физического и психического здоровья ребенка, формирование основ двигательной и гигиенической культуры, задач валеологического просвещения дошкольников направлено на успешную реализацию программы в целом. Особое внимание уделяется профилактике, коррекции и реабилитации здоровья и физического развития воспитанников.

Система работы по данной программе раскрывает следующие направления:

- Комплексная диагностика
- Формирование основ здорового образа жизни
- Коррекционная работа: ЛФК, коррекция развития

- **Профилактическая оздоровительная работа**

Ежегодно в образовательную программу вносятся коррективы, в связи с внедрением современных здоровьесберегающих технологий (гибкий режим, улучшение рациона питания, совершенствование эмоционального фона занятий и т.д.). Таким образом, создание активной среды, в которой обучение детей происходит не за счет ресурсов его здоровья, а в результате специально организованной системы оздоровления воспитанников, становится актуальной задачей современного ДОУ.

В начале 2020-2021 учебного года нами были проведены анализ заболеваемости и распределение по группам здоровья. По данным анализа состояние здоровья детей за период с 2015 г. по 2019 г. ухудшилось на 17 %, увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания до 28 %, количество детей имеющих различные отклонения в состоянии здоровья увеличилось до 50 %, наблюдалось увеличение количества детей, имеющих недостатки в психосоматическом развитии. Таким образом, перед коллективом ДОУ возникла необходимость создания специальной программы развития, коррекции и оздоровления дошкольников на основе имеющегося опыта организации физкультурно-оздоровительной работы.

Цель программы

1. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
2. Создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

Задачи программы

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Достижение оптимального уровня двигательной активности детей.
3. Формирование общей культуры личности воспитанников на основе усвоения обязательного минимума содержания образовательных программ, решение вопросов адаптации к условиям современной жизни и последующему обучению в школе.
4. Осуществление комплекса мер по формированию у ребенка представлений о здоровом образе жизни в семье и социуме.
5. Обеспечение преемственности между педагогами и медицинскими работниками ДОУ при организации работы по совершенствованию функций детского организма, повышению его защитных

свойств и устойчивости к различным заболеваниям, сопротивляемости к неблагоприятным условиям внешней среды.

6. Внедрение новых здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс ДОУ.

7. Создание благоприятных условий для разностороннего развития личности, осуществление индивидуализации процесса обучения и развития ребенка.

8. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди родителей воспитанников.

Данная программа является *модифицированной*. Организация содержания педагогической деятельности представлена *комплексной* системой, через которую проходит воспитание гигиенической культуры, накопление двигательного опыта, формирование основ здорового образа жизни, социальное становление личности ребенка.

Структура программы включает в себя четыре взаимосвязанных блока, раскрывающих идею комплексного подхода к решению поставленных задач.

I блок – диагностический

Включает мониторинг состояния функциональных систем организма, его физиологического и психологического статуса.

Комплексная диагностика состояния здоровья детей

1.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами детской поликлиники, выявление функциональных нарушений и раннее нарушение опорно-двигательного аппарата:

- осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- регулярный осмотр детей врачом ЧГМА, определение группы здоровья;
- осмотр детей инструктором ЛФК для ранней диагностики нарушений опорно-двигательного аппарата (осанка, плоскостопие) и других функциональных нарушений.

1.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период освоения ими содержания комплексной программы «Радуга» с целью диагностического наблюдения за их развитием, а также диагностирование общего уровня физической подготовленности.

1.3. Определение соответствия образовательной среды возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников, состоянию их здоровья и своевременное выявления факторов риска для их здоровья и развития:

- изучение научной и методической литературы, написание перспективных планов с использованием здоровьесберегающих технологий;
- разработка индивидуальных программ (комплексов) реабилитации и коррекции физического, психического развития и здоровья ребенка.
- создание здоровьесберегающей среды и условий, обеспечивающих высокую познавательную и двигательную активность во время пребывания в ДОУ.

II блок – тематический

Данный блок раскрывает содержание программы по следующим направлениям:

1. Физкультурно-оздоровительная работа (основные направления развития и совершенствования воспитательно-образовательного процесса).
2. Формирование основ здорового образа жизни (воспитание у детей навыков личной физической культуры; формирование потребности в физическом совершенствовании; воспитание привычки к здоровому образу жизни).
3. Коррекционно-профилактическая работа (восстановление возникших сдвигов функциональных резервов организма, профилактика заболеваемости и оптимизация условий пребывания детей в ДОУ).

III блок – управленческий

Включает систему контроля по реализации приоритетных направлений программы, координации методической и практической деятельности специалистов ДОУ с другими социальными и административными структурами.

IV блок – работа с родителями

Предусматривает повышение педагогической культуры родителей, обеспечение тесного взаимодействия со специалистами ДОУ в вопросах оздоровления воспитанников.

Программа направлена на развитие детей в возрасте с 2 до 7 лет и реализуется поэтапно:

I этап - «Аналитический» (2021-2022 учебный год).

Включает:

- комплексную диагностику состояния здоровья и развития воспитанников;
- подбор и разработку индивидуальных программ по укреплению здоровья и физическому развитию детей, исходя из особенностей их психофизического развития, с учётом региональных возможностей;
- разработку воспитательно-образовательного процесса на валеологической основе;
- разработку физкультурно-оздоровительной системы на основе современных здоровьесберегающих технологий;
- определение приоритетных направлений по оздоровлению детей в ДОУ и семье.

II этап - «Практический» (2022-2023 учебные годы).

Включает:

- коррекцию и реабилитацию состояния здоровья воспитанников;
- формирование банка данных об особенностях физического развития и здоровья дошкольников;
- апробацию индивидуальных программ оздоровления ребенка в домашних условиях;
- создание благоприятных медико-социальных условий в ДОУ.

III этап - «Итоговый» (2023-2024 учебный год).

Включает:

- эффективный контроль за динамикой физического развития и состояния здоровья воспитанников;
- рациональную систему физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ и семье;
- проведение сравнительного анализа состояния здоровья и физического развития воспитанников за период реализации программы.

Оценка эффективности

Для эффективного решения вопросов комплексного подхода в осуществлении поставленных в программе задач разработаны и определены:

1. Аспекты качества конечного результата.
2. Мониторинговая система непрерывного отслеживания результатов организации оздоровительной и коррекционной работы с детьми дошкольного возраста.

Прогнозируемые результаты:

- физически подготовленный ребенок к школе готовый успешно войти в новый режим и условия учебной деятельности;
- благоприятные медико-социальные условия пребывания ребёнка в ДОУ;
- наличие банка данных особенностей физического развития и состояния здоровья воспитанников;
- система физкультурно-оздоровительной работы на основе современных здоровьесберегающих технологий;
- воспитательно-образовательный процесс, построенный с учётом валеологических принципов;
- сформированность элементарных представления ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре;
- организация консультативной работы по вопросам оздоровления детей в семье для родителей ДОУ;
- соблюдение принципа преемственности «Семья - детская поликлиника – ДОУ – школа» в работе по оздоровлению дошкольников.
- повышение профессионального уровня педагогов ДОУ.

Научно-теоретические основы программы

В программе «Здоровый малыш» раскрывается современный взгляд на проблему физкультурного образования в дошкольных учреждениях. Теоретико-методологическую основу составили идеи здоровьесформирующей и здоровьесберегающей педагогики Л.С.Выготского, П.Ф. Лесгафта, В.В.Давыдова и деятельностного подхода А.Н. Леонтьева.

При составлении программы творческая группа педагогов ДООУ руководствовалась теоретическими данными по вопросам образования и воспитания подрастающего поколения, базирующимися на позициях развивающей педагогики оздоровления, зачинателем которой являлся российский ученый Ю.Ф. Змановский.

Основные позиции педагогики оздоровления:

1. В центре лежат представления о здоровом ребенке, понимаемом как идеальный эталон и практически достижимая норма детского развития
2. Здоровый ребенок рассматривается как целостный телесно-духовный организм.
3. Оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей.
4. Работа по развитию здоровья не может полноценно вестись исключительно медицинскими методами. Эффективность применения последних возрастает при условии их дополнения психолого-педагогическими методами.
5. Ключевым, системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы с детьми является индивидуально-дифференцированный подход

Нормативное обеспечение программы предусматривает строгое соблюдение базовых основ воспитательно-образовательного и физкультурно-оздоровительного процессов и базируется на реализации Закона Российской Федерации «Об образовании», Санитарных норм и правил, утвержденных совместным постановлением Министерства образования Российской Федерации и Госсанэпиднадзором. Программа составлена с учетом требований программных документов, разработанных и действующих в Российской Федерации и Республике Коми, Устава образовательного учреждения.

В основу программы заложены следующие принципы:

1. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. **Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению воспитанников.
3. **Принцип комплексности и интегративности** – решение оздоровительных и коррекционных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. **Принцип адресованности и преемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
5. **Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Методическое обеспечение программы

Содержание основных направлений программы «Здоровый малыш» и механизмы реализации

Направления работы	Система мер	Ожидаемое состояние	Ответственные
<p>1.Оздоровление детей методами физической культуры и организация лечебно-профилактической работы</p> <p>- Ю.Ф.Змановский, В.Г.Алямовская;</p> <p>- программа «Радуга»;</p> <p>- В.М.Смолевский («Нетрадиционные виды гимнастики»)</p> <p>- Дыхательная гимнастика Стрельниковой.</p>	<p>1.Диагностика: выявление исходного уровня, своевременная коррекция и отслеживание результатов.</p> <p>2.Закаливание: снижение заболеваемости, укрепление защитных сил организма в процессе профилактической работы.</p> <p>3.Рационально организованная предметная среда и двигательная активность, обеспечение физического развития, психологического благополучия, развитие основных психических процессов.</p> <p>4.Организация питания: обеспечение сбалансированного питания как основы жизнедеятельности растущего организма.</p> <p>5.Лечебно-профилактическая работа: предупреждение и комплексный подход к снижению заболеваемости под руководством врача-педиатра.</p>	<p>Снижение общей заболеваемости и улучшение показателей здоровья.</p> <p>Достижение индивидуально максимального уровня физической подготовки</p>	<p>- Заведующая</p> <p>- зам. зав. по ВМР</p> <p>- медсестра</p> <p>- инструктор по физической культуре</p>
<p>2.Формирование основ здорового образа жизни (Программа «Радуга», Т.Н.Доронова)</p>	<p>1.Организация работы с детьми по циклам:</p> <p>-«Букварь здоровья»</p> <p>-«Про тебя самого»</p> <p>-«Медицинский час»</p> <p>-«Защити себя сам»</p> <p>2.Воспитание у детей потребности в здоровом</p>	<p>1.Осознание и становление ценностей здорового образа жизни.</p> <p>2.Активное участие родителей в</p>	<p>- зам. зав. по ВМР</p> <p>- медсестра</p> <p>- инструктор по физической культуре</p> <p>-воспитатели</p>

	<p>образе жизни, формирование мотивационных установок у детей на осознанное отношение к своему здоровью, социализация детей.</p> <p>3. Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, проведения семинаров, оказание консультативной помощи и т.д.)</p>	<p>совместной работе с ДОУ по оздоровлению детей</p>	<p>-специалисты ДОУ</p>
<p>3.Здоровьесберегающие принципы конструирования учебно-воспитательного процесса. (использование нетрадиционных методов оздоровления)</p>	<p>1.Совершенствование материально-технической базы: создание развивающей предметно-пространственной среды.</p> <p>2.Программно-методическое обеспечение.</p> <p>3. Внедрения здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательный процесс</p> <p>4.Соблюдение СанПин.</p>	<p>1.Улучшение физического и психического здоровья детей, развитие учебно-познавательных способностей в процессе обучения.</p>	<p>- Заведующая - зам. зав. по ВМР - медсестра - инструктор по физической культуре -воспитатели -специалисты ДОУ</p>
<p>4.Коррекционная работа с детьми - М.Е.Клюев «Коррекция нарушений осанки»</p>	<p>1.Программно-методическое и материально-техническое оснащение образовательного процесса</p> <p>2.Повышение квалификационного уровня специалистов.</p> <p>3. Релаксационные комплексы.</p> <p>4.Элементы йоги</p> <p>5.Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей</p>	<p>1.Обеспечение оптимальной физиологичности занятий на всех уровнях с целью профилактики отклонений в развитии осанки и стопы.</p> <p>2.Оказание квалифицированной коррекционной помощи детям</p>	<p>- Заведующая - зам. зав. по ВМР - медсестра - инструктор по физической культуре -воспитатели -специалисты ДОУ</p>

ОСНОВНЫЕ БЛОКИ ПРОГРАММЫ И ИХ МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

I блок – Диагностический

Мониторинг качества оздоровительной и коррекционной работы ДОУ

Цель: обеспечить систему непрерывного отслеживания результатов организации работы по программе «Лечебная физкультура» с детьми дошкольного возраста; обеспечение преемственных связей в работе специалистов ДОУ.

Конечный результат	Факторы, влияющие на конечный результат	Периодичность	Содержание информации	Ответственные
1.Здоровье и физическое развитие детей	1.Состояние физического развития воспитанников	2 раза в год	Диагностика физического развития, скрининг-программа	медсестра
	2.Уровень физической подготовленности	3 раза в год	1.Диагностика развития физических умений и навыков. 2.Заполнение индивидуальных карт. 3.Посещение занятий по программе наблюдения специалиста.	Инструктор по физической культуре, медсестра, зам. зав. по ВМР
	3.Состояние лечебно-профилактической работы: - профилактика ОРЗ и гриппа, повышение	Ежеквартально	1.Анализ заболеваемости детей. 2.Анализ индивидуальной работы с детьми ДОУ	Медсестра

	сопротивляемости организма; реабилитация детей, перенесших острые заболевания и обострения хронических)			
	4.Состояние работы на группах	Ежемесячно	1.Анализ заболеваемости по группам. Заполнение журнала «Здоровье» 2.Наблюдение за организацией оздоровительных мероприятий по группам	Заведующая, зам. зав. по ВМР, медсестра
	5.Планирование работы с детьми	Ежемесячно 3 раза в год	1.Анализ перспективного и календарного планирования. 2.Анализ диагностического материала	зам. зав. по ВМР, медсестра.
2.Коррекционная работа с детьми	1.Анализ работы по лечебной физкультуре с детьми	2 раза в год Ежемесячно	1.Диагностика имеющихся отклонений в развитии осанки и стопы. 2.Анализ индивидуальных карт. 3.Анализ занятий	Врач ЧГМА, медсестра, зам. зав. по ВМР
3.Внедрение здоровьесберегающих технологий	1. Использование нетрадиционных методов оздоровления	В течение года	1.Анализ использования здоровьесберегающих технологий в	зам. зав. по ВМР, медсестра, воспитатели и

			воспитательно-образовательном процессе ДОУ.	специалисты ДОУ, инструктор по физической культуре
4.Формирование навыков ЗОЖ	1.Использование методов и приемов в формировании навыков ЗОЖ 2.Использование нетрадиционных методов оздоровления	В течение года 2 раза в год В течение года	1.Анализ занятий 2.Данные диагностики 1.Анализ занятий 2.Собеседование с детьми	зам. зав. по ВМР, специалисты ДОУ зам. зав. по ВМР, воспитатели, музыкальные руководители, специалисты ДОУ

АСПЕКТЫ КАЧЕСТВА КОНЕЧНОГО РЕЗУЛЬТАТА



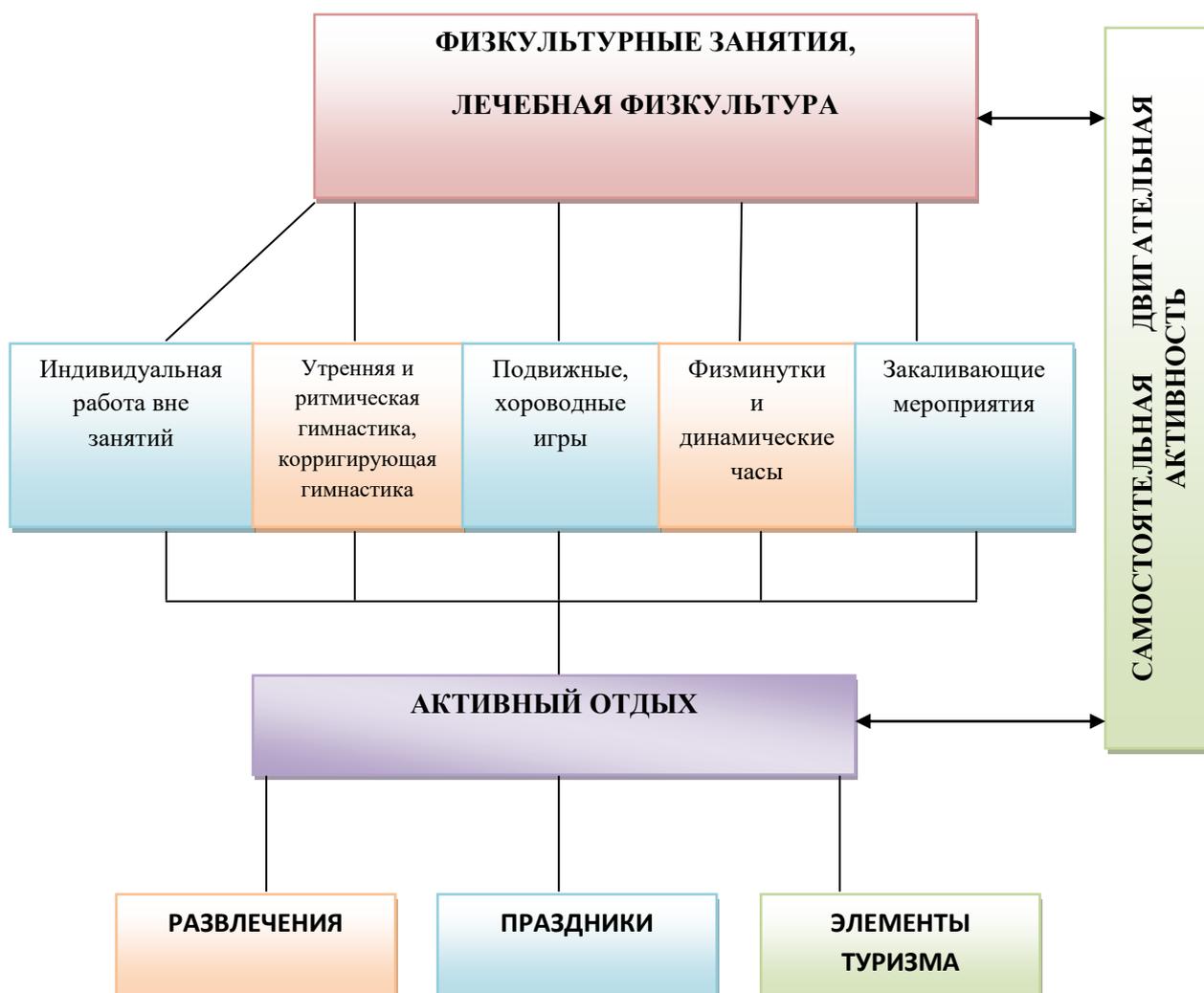
II блок – Тематический

II.1. Организация физкультурно-оздоровительной работы.

Задачи:

- Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости и защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
- Формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение распределенного уровня физической подготовки.
- Создание условий для реализации потребностей в двигательной активности в течение дня.
- Выявить интересы, склонности, способности детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительных мероприятий.

Оздоровление детей методами физической культуры



Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание работы	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. Щадящий режим (адаптационный период) 2. Гибкий режим 3. Организация микроклимата и стиля жизни группы 	Все группы
2	Физические упражнения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика 2. Ритмическая гимнастика 3. Физкультурно-оздоровительные занятия 4. Подвижные игры и динамичные часы 5. Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, профилактика плоскостопия и т.д.) 6. Спортивные игры 7. Занятия аэробикой 	<p>Все группы Старшие, подготовительные группы</p> <p>Все группы</p> <p>Все группы</p> <p>Все группы</p> <p>Старший дошкольный возраст</p>
3	Гигиенические и водные процедуры	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умывание 2. Мытье рук до локтя 3. Игры с водой и песком 4. Обеспечение санитарно-гигиенических условий во всех видах деятельности 	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проветривание помещений сквозное 2. Прогулки на свежем воздухе 2 раза в день 3. Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха 	Все группы
5	Активный отдых	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развлечения и праздники 2. Игры и забавы 3. Дни здоровья 4. Походы 5. Каникулы 	Все группы
6	Организация питания	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рациональное 4-х разовое питание 2. Учет индивидуальных особенностей (диатез, аллергия) 	Все группы

7	Свето- цветотерапия	и	1. Обеспечение полноценного светового режима 2. Благоприятное цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
8	Музыкальная терапия		1. Музыкальное сопровождение режимных моментов 2. Музыкальное сопровождение занятий познавательного и художественно-эстетического цикла 3. Музыкальная и театрализованная деятельность	Все группы
9.	Аутотренинг и психогимнастика	и	1. Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы 2. Игры – тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний 3. Коррекция поведения 4. Психогимнастика	Все группы Со второй младшей группы
10	Система закаливающих мероприятий		1. Босохождение во всех видах физкультурно-оздоровительной работы 2. Игровой массаж 3. Солевая дорожка 4. Рефлексотерапия с элементами смешанного дыхания и применением звуковой гимнастики по Бутейко 5. Щеточный массаж 6. Сон без маек	Все группы Вторая младшая, средняя Старший дошкольный возраст Все группы
11	Стимулирующая терапия		1. Витаминные напитки 2. Полоскание горла и полости рта водой комнатной температуры 3. Чесночные медальоны 4. Использование бактерицидных ламп в сочетании с проветриванием (в отсутствии	Все группы

		детей) 5. Витаминизация третьего блюда	
12	Формирование навыков здорового образа жизни	Организация консультаций, бесед, циклы занятий: - «Букварь здоровья» - «Медицинский час» - «Защити себя сам» - «Про тебя самого»	Все группы

Средства укрепления физического здоровья детей

1.	<i>Полноценное питание детей.</i>
	<i>Принципы организации питания:</i> - выполнение режима питания - калорийность питания, ежедневное соблюдения норм потребления продуктов - гигиена приема пищи - индивидуальный подход к детям во время питания - правильность расстановки мебели.
2.	<i>Закаливающие процедуры</i>
	Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости воздействию постоянно меняющихся факторов окружающей среды и является необходимым условием оптимального развития организма ребенка. <i>Основные факторы закаливания:</i> - закаливающие воздействия органично вписываются в каждый элемент режима дня - закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности - закаливание проводится на положительном фоне и при тепловом комфорте организма ребенка - постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур
3.	<i>Физическое развитие</i>
	1. Физическое воспитание оказывает существенное влияние на ход его физического

	<p>развития, содействует овладению необходимыми движениями и повышению оптимальной двигательной активности.</p> <p>2. Укрепление здоровья средствами физического воспитания способствует:</p> <ul style="list-style-type: none"> -повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды; -совершенствованию реакций терморегуляции и закаливание организма; -повышению физической работоспособности; -нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем <p>также коррекции врожденных или приобретенных дефектов физического развития</p> <ul style="list-style-type: none"> -повышению тонуса коры головного мозга и созданию положительных эмоций способствующих охране и укреплению психического здоровья
4.	<i>Гигиена режима</i>
	<ol style="list-style-type: none"> 1.Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию. 2.Рациональное построение режима дня 3.Охрана жизнедеятельности детей 4.Санитарно-просветительная работа (с сотрудниками и родителями) 5.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня 6.Воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим направлениям: <ul style="list-style-type: none"> - привитие стойких культурно-гигиенических навыков, - обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи, - формирование элементарных представлений об окружающей среде, -формирование привычки к выполнению ежедневных физических упражнений.

Количественное распределение физкультурно-оздоровительной работы с детьми в течение месяца

№	Мероприятия	Группы ран-него возраста		II мл. гр.		Ср. гр.		Ст. гр.		Подг. Гр.	
		В нед.	В месс.	В нед.	В месс.	В нед.	В месс.	В нед.	В месс.	В нед.	В месс.
1.	Физкультурные занятия	3	12	3	12	3	12	3	12	3	12
2.	Утренняя гимнастика	5	20	5	20	5	20	5	10	5	10
3.	Гимнастика после сна	4	16	4	16	4	16	5	20	5	20
4.	Подвижные игры	Ежедневно с учетом возраста, видов деятельности в течение дня и составляет 5-6-8 игр в день									
5.	Самостоятельная ДА в зале	Ежедневно									
6.	Спортивные развлечения	-	-	-	-	-	-	-	2	-	2
7.	Индивидуальная работа с детьми	2	8	2	8	2	8	2	8	2	8
8.	Занятия ЛФК (специальная группа)	-	-	-	-	2	8	2	8	2	8

Пять минут здоровья

Содержание «минуток здоровья» требует чёткого соответствия смыслу стихотворения и динамике развития сюжета. Очень нелегко подобрать такие двустишия и четверостишия для всех видов «минуток здоровья» в контексте обозначенных тем. Поэтому многие тексты авторские, в которых слиты воедино слог, ритм, темп, движение, смысл.

Маленькие «спектакли», которые разыгрывают дети, оздоравливаясь и развиваясь, длятся всего 1-3 минуты, а текст укладывается в маленькое четверостишие. Например, игровой самомассаж шеи и грудной области «Лечим медвежонок» (текст автора), который предлагается в теме «Дикие животные»:

Медвежонок наш простужен,

Мёд ему сегодня нужен.

Мы дадим ему на ужин. (Поглаживать шею от подбородка к грудному отделу.)

А потом, а потом мёдом грудку разотрём. (Поглаживать область грудной клетки дугообразными движениями рук сверху вниз и наоборот.)

Каждый вид «минуток здоровья» своеобразен. Так, игровой самомассаж – это уникальная тактильная гимнастика, которая проводится для разных частей тела и биологически активных зон в направлении кровотока от периферии к центру для положительного воздействия на все наши органы и системы. Упражнения здорового зрения – необычные путешествия по офтальмотренажёрам, снимающие значительные зрительные нагрузки детей. Данные упражнения предусматривают движение глазного яблока по всем направлениям, а также включают самомассаж. Для фиксации взгляда используются зрительные метки – картинки, деревянные палочки с предметами на конце, схемы зрительно-двигательных проекций, составляющие единый игровой сюжет. Дыхательная гимнастика – тренинг правильного дыхания, включающий отработку вдоха и выдоха, что позволяет повысить возбудимость коры больших полушарий мозга и активизировать детей на занятии. Гимнастика для мышц спины и стопы – комплекс интересных поз и перевоплощений, которые снимают статическое напряжение и укрепляют мышцы спины и стопы. Психогимнастика – психомышечная тренировка. Ребёнок, осваивая чередование напряжения и расслабления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, конечностей, корпуса), учится сознательно управлять своим телом и саморегулировать своё эмоциональное состояние и поведение.

Ежедневное применение «минуток здоровья» в работе с дошкольниками позволит снизить умственное утомление, улучшить функциональное состояние

внутренних органов и систем, деятельность коры головного мозга, насытить энергетические каналы позитивной энергией, повысить общий тонус, иммунитет у детей, активизировать их познавательные процессы, создать положительный эмоциональный настрой.

Использование «минуток здоровья» требует от педагогов целенаправленного руководства и предполагает создание соответствующей картотеки дидактического и методического материала. Это поможет своевременно предложить дошкольникам интересный занимательно-оздоровительный материал, периодически корректируя и дозируя его содержание и продолжительность.

Оригинальность «минуток здоровья» по своей форме и содержанию (например, игровой самомассаж «Ёж» (с массажными щётками, имитирующими ежика); дыхательно-звуковой комплекс «В зоопарке» с имитацией поз животных; «Пальминг» (оптическое голодание) – для глаз; «Камень превращается в верёвочку» (контрастные образы напряжения и расслабления) и т.д.), а также их насыщенность разнообразной практической и игровой деятельностью позволит ребёнку глубже познать свой организм и возможности его использования, повысить интерес к собственному здоровью, потребность в самостоятельном проведении оздоровительных пауз в детском саду и семье, воспитать его в русле национальных традиций.

Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам

Группы раннего возраста

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика – 8.10
3. Дыхательная гимнастика
4. Постепенное обучение полосканию рта
5. Занятия по развитию движений в группе (в носках)
6. Прогулка: дневная 10.00 – 11.10; вечерняя 16.30 – 17.45
7. Оптимальный двигательный режим
8. «Чесночные» киндеры (с октября по апрель)
9. Фитонциды (лук, чеснок)
10. Сон без маек
11. Закаливание: «солевая дорожка», ходьба по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия

2 младшая группа

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлений жалоб родителей.

2. Утренняя гимнастика в музыкальном зале 8.10

3. Дыхательная гимнастика

4. Полоскание полости рта после завтрака, обеда, ужина.

Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения

5. Физкультурные занятия + динамический час на прогулке 1 раз в неделю

6. «Чесночные» киндеры

7. Фитонциды (лук, чеснок)

8. Прогулки: дневная 10.30-11.40; вечерняя 16.30 – 17.45

9. Оптимальный двигательный режим

10. Сон без маек

11. Дыхательная гимнастика после сна в сочетании с корригирующими упражнениями

12. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы в группе после сна (с 3 квартала)

13. Закаливание: «солевая дорожка»

14. Умывание лица и шеи прохладной водой

Средняя группа

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлений жалоб родителей.

2. Утренняя гимнастика

3. Дыхательная гимнастика

4. Полоскание полости рта после каждого приема пищи

5. Физкультурные занятия в зале + динамический час на прогулке 1 раз в неделю

6. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения

7. Чесночные «киндеры»

8. Фитонциды (лук, чеснок)

9. Прогулки: дневная 10.15 – 11.50; вечерняя 16.30 – 17.45

10. Оптимальный двигательный режим

11. Сон без маек

12. Дыхательная гимнастика после сна в сочетании с корригирующими упражнениями

13. Закаливание: «солевая дорожка»
14. Умывание рук до локтя, лица и шеи прохладной водой, ходьба босиком
15. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы (ЛФК)

Старший дошкольный возраст

1. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлений жалоб родителей.
2. Утренняя гимнастика и ритмическая гимнастика (в чередовании через две недели)
3. Артикуляционная гимнастика
4. Полоскание полости рта после каждого приема пищи
5. Физкультурные занятия в зале + динамический час на прогулке 1 раз в неделю
6. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения, самомассаж
7. Чесночные «киндеры»
8. Фитонциды (лук, чеснок)
9. Прогулки: утренняя 7.00 – 8.00; дневная 10.45 – 12.10; вечерняя 16.30 – 17.45
10. Оптимальный двигательный режим
11. Сон без маек
12. Щеточный массаж
13. Элементы смешанного дыхания с применением звуковой гимнастики
14. Умывание рук до локтя, лица и шеи прохладной водой
15. Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы (ЛФК)

Физкультурно-оздоровительные занятия и их вариативность

1. Утренняя гимнастика.

- традиционный комплекс
- на основе подвижных игр
- сюжетная
- оздоровительные пробежки вокруг детского сада
- преодоление полос препятствий
- ритмическая гимнастика со старшей группы

2. Двигательная разминка между занятиями

- игровые упражнения
- подвижные игры на ориентировку в пространстве
- двигательные задания.

3. Физкультминутки

- упражнения для развития мелкой моторики рук,
- имитационные упражнения,
- логоритмика,
- общеразвивающие упражнения.

4. Подвижные игры и физические упражнения.

- подвижные игры,
- спортивные упражнения,
- двигательные задания, с использованием полосы препятствий,
- упражнения в основных видах движений,
- элементы спортивных игр.

5. Коррекционная работа с детьми по развитию движений

- дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности детей,
- упражнения по формированию осанки и стопы,
- двигательные задания по усмотрению воспитателя.

6. Гимнастика после дневного сна

- игровые упражнения,
- сюжетно-игровая гимнастика,
- дыхательная гимнастика с элементами корригирующей,
- ходьба по массажным дорожкам.

7. Занятия по физической культуре

- традиционное,
- игровое,
- сюжетно-игровое,

- тренировочное,
- по интересам детей,
- комплексное,
- контрольно-проверочное,
- тематическое,

8. Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе

- под руководством воспитателей, специалистов ДОУ.

9. Неделя здоровья

- подвижные игры и упражнения, разработанные по сценарию,
- физкультурные досуги,
- тематические дни гигиены и здоровья.

10. Физкультурные праздники и досуги

- игры и упражнения,
- спортивные игры,
- упражнения в основных видах движения,
- игры-эстафеты,
- с использованием нетрадиционного оборудования,
- музыкально-ритмические упражнения.

II.2. Формирование основ здорового образа жизни

Задачи данного направления решаются в процессе познавательно – игровой, художественно-эстетической деятельности, через беседы, занятия, тренинги. Закрепление полученных знаний совершенствуется в совместной с педагогом деятельности в вечернее время, в ходе экскурсионной работы, через создание проблемных ситуаций в повседневной жизни детей в дошкольном учреждении. Распределение программного материала обеспечивает преемственность между всеми специалистами дошкольного учреждения

Задачи:

- воспитание у детей навыков личной физической культуры,
- формирование потребности в физическом совершенствовании,
- вооружение знаниями, умениями, навыками, воспитание привычки к здоровому образу жизни,
- формирование основ безопасного поведения.

**Система работы дошкольного учреждения по пропаганде
здорового образа жизни и решению проблем адаптации детей к
условиям современной жизни**

Цикл занятий «Здоровый малыш»		
Младший	Средний	Старший
<ul style="list-style-type: none"> - формировать культурно-гигиенические навыки; - выполнять элементарные поручения по уборке помещения группы и участка 	<ul style="list-style-type: none"> - расширять культурно-гигиенические навыки; - поддерживать порядок в группе, брать на себя ответственные поручения 	<ul style="list-style-type: none"> - формировать привычку культурно-гигиенических навыков; - своевременно поддерживать чистоту вокруг себя, дать знания о вреде мусора; - анализировать свои поступки; - быть внимательным к своему здоровью
Цикл занятий «Про тебя самого»		
<ul style="list-style-type: none"> - познакомить со строением собственного тела (руки, ноги, туловище, голова); - познакомить с ролью каждой части тела, их гигиеной; - познакомить с физическими упражнениями, укрепляющими мышцы 	<ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить с телом человека, с органами слуха и зрения, их значение в жизни человека; - приучать детей к целенаправленному выполнению физических упражнений 	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать знания о собственном теле, дать элементарное представление о внутреннем строении организма; - совершенствовать знания о гигиене тела; - воспитывать привычку в ежедневных занятиях физическими упражнениями
Цикл занятий «Медицинский час»		
<ul style="list-style-type: none"> - учить детей в необходимости сообщать о недомоганиях 	<ul style="list-style-type: none"> - продолжать учить детей в необходимости сообщать о 	<ul style="list-style-type: none"> - учить оказывать элементарную помощь при порезах, ушибах;

взрослым	недомоганиях взрослым	- дать понятие о значении профилактической работы по предупреждению заболеваний; - показать значение закаливающих мероприятий
Цикл занятий «Защити себя сам»		
- познакомить с помещениями детского сада, опасными местами в группе; - познакомить с возникновением пожаров на основе художественных произведений; - познакомить с профессиями медсестры и пожарного на основе литературных произведений; - дать элементарные представления об уличном движении	- расширять знания о помещениях детского сада и их опасными местами (лестничные марши, двери и т.д.); - продолжать знакомить с причинами пожаров; - познакомить со службой 01,03; - обогащать знания о правилах дорожного движения; - познакомить с правилами поведения на улице дома	основные направления: - взрослый как источник опасности; - безопасность дома; - природа-наш дом; - эмоциональное благополучие; - безопасность на улицах города и поселка

II.3. Коррекционно-профилактическая работа

- профилактика и снижение заболеваемости.
- восстановление возникших сдвигов функциональных резервов организма, оптимизация условий пребывания детей в ОУ,
- оздоровление детей методами нетрадиционной медицины.

Организация занятий по лечебной физкультуре

Занятия лечебной физкультурой проводятся во вторую половину дня. Система работы выстроена на основе программы М.Е.Клюева «Коррекция нарушения осанки». Отбор детей происходит на основе диагностических

данных: осмотр детей врачом на осанкомере, диагностика развития стопы – плантография.

Общая цель комплексной системы по лечебной гимнастике – улучшение контроля за физическим развитием каждого ребенка с учетом возрастных и физических особенностей, связанных с нарушением осанки и заболеванием опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие).

Частные цели лечебной гимнастики:

Учебные	Коррекционные	Валеолого-психологические
<ul style="list-style-type: none"> - обучение основам лечебной гимнастики; - совершенствование навыков владения индивидуальными упражнениями; - обучение всем видам дыхательных упражнений; - увеличение жизненной емкости легких 	<ul style="list-style-type: none"> - создание мышечного корсета; - увеличение силовой выносливости мышц; Замедление процесса прогрессирования заболевания; - стабилизация позвоночника; - уменьшение дуги сколиоза 	<ul style="list-style-type: none"> - формирование осознанного отношения к своему здоровью; - создание благоприятных условий для лечения и оздоровления своего организма; - развитие волевых качеств; - создание благоприятного психоэмоционального фона для лечения заболевания

Принципы лечебной физкультуры:

- систематичность занятий;
- доступность;
- индивидуальный подход: соответствие предлагаемого комплекса двигательным возможностям;
- постепенность в повышении и снижении нагрузки;
- строгая дозировка;
- постепенное изменение сложности упражнений;
- медленный темп упражнений;
- длительность обучения основным упражнениям;
- активность самого ребенка.

III блок - Управленческий

Цель:

- обеспечение координации методической и практической деятельности специалистов ДООУ с другими социальными и административными структурами;
- контроль по реализации программы, сбор и обобщение информации

IV блок – Работа с родителями

Цель: повышение педагогической культуры родителей, обеспечение тесного взаимодействия в вопросах оздоровления воспитанников ДООУ

Консультативно-информационная работа

- активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДООУ;
- оформление папок, выставок, фотовыставок, письменных консультаций, информационных стендов;
- организация лекториев и тренингов с участием сотрудников ДООУ, врачей детской поликлиники о здоровье и ЗОЖ;
- организация консультативного пункта для родителей с целью профилактики и реабилитации ранних отклонений в состоянии здоровья ребенка.

Обеспечение программы «Здоровый малыш»:

1. Кадровое обеспечение:

Образование педагогов		
Высшее	Незаконченное высшее	Среднее специальное
10	3	10

По квалификационным категориям

<i>Всего</i>	<i>Высшая квалификационная категория</i>	<i>Первая квалификационная категория</i>	<i>Вторая квалификационная категория</i>	<i>Разряды</i>
23	3	13	4	3

Сведения о работниках, имеющих отличия:

Всего	В том числе			
	Заслуженный работник	Отличник образования	Воспитатель года (лауреат)	Грамоты
10	Стафеева В.М	Гольгина Г.П.	Гольгина Г.П. - 2004 Каменева Е. А.— 2006 Карлина Т.О.-2010	Губернатора, Мэра- зав. ДОУ Мицкевич Е.И. Мин. образования - воспитатель: Малофеева Н.А. Почётный знак общего образования- Муз.рук. Власевская Л.К. Грамота Министерства образования РФ - воспитатель: Ёлгина В.Б.

Методическое обеспечение:

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. -М: Наука, 1980-335 с.
2. Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. Основы безопасности детей дошкольного возраста: Программа для дошкольных образовательных учреждений // Дошкольное воспитание. 1997-№3 - С. 32-40; №4 - С.5-13.
3. Азбукин В. О концепции дошкольного воспитания // Дошкольное воспитание. — 1990. №7 - С. 34.
4. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка.- М.: LINKA PRESS, 1993.
5. Алямовская В.Г. Программа "Здоровье!"// Дошкольное воспитание. 1993. - №12 - С. 8-14.
6. Алферова В.П. (ред.). Как вырастить здорового ребенка. — Л.: Мед-гиз, 1992. -С.87-89.
7. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
8. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. - М., 2001.
9. Кучма В.Р., Сердюковская Г.Н., Демин А.К. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников. - М., 2000.
10. Разговор о правильном питании /Под ред. М.М. Безруких -М., 1996.
11. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.

12. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. - М.: АПКИПРО, 2003.
13. Солдатченко С.С., Кащенко Г.Ф. и др. Ароматерапия. Профилактика и лечение заболеваний эфирными маслами. "Таврида", Симферополь, 1999.
14. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.29 – 34.
15. Ткачева В.И. Играем каждый день //Методические рекомендации. - Мн.: НИО, 2001.
16. М.А. Рунова «Двигательная активность ребенка в детском саду»– М.: 2000
17. М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка»- М.: АРКТИ, 1997
18. Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев «Твое здоровье»– СПб.: Акцидент, 1998
19. Под ред. Е.М. Мастюковой «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников» – М.: АРКТИ, 2002.

2. Материально-техническое обеспечение:

- музыкальный зал, в котором для проведения занятий имеется: пианино, музыкальный центр, дидактические игры, мультимедийный проектор;
- физкультурный зал со всем необходимым спортивным оборудованием: гимнастические скамейки, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, массажёры для стоп, нестандартное оборудование, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое; тренажёрами (велотренажёры, беговая дорожка, батут, диски здоровья);
- на территории детского сада оборудована спортивная площадка;
- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий из 6 предметов» для развития выносливости, гимнастическими стенками турниками и бумами;
- имеются разные виды картотек: подвижные игры с необходимыми шапочками и другими атрибутами; для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр и др.
- в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;

- работают узкие специалисты: педагог-психолог, учитель – логопед, инструктор по физическому воспитанию, воспитатель изостудии, музыкальный руководитель;

- кабинет учителя - логопеда (логопункт) для индивидуальной коррекционной работы;

- кабинет психолога. В кабинете имеется литература по вопросам коррекции и психодиагностики дошкольников, развивающие игры, центр воды и песка.

- Стоматологический кабинет, оснащенный необходимым оборудованием.

Критерии комплексной оценки состояния здоровья детей

Факторы, влияющие на здоровье детей

1. Состояние физического развития детей

- углубленный медицинский осмотр с учетом возрастных особенностей

2. Уровень физической подготовленности детей

- анализ индивидуального уровня развития основных физических качеств и показателей физического развития: гибкость, скоростно-силовые качества, метание, прыжки и т.д.

3. Уровень физической культуры детей

- формирование потребности в здоровом образе жизни и безопасности жизнедеятельности

4. Состояние лечебно-профилактической работы:

- анализ эффективности лечебно-профилактических мероприятий;

- анализ микросоциального климата в период адаптации.

5. Уровень коррекционной помощи детям

- коррекция отклонений в развитии осанки и стопы ребенка

6. Уровень перегрузок:

- анализ режимных моментов с целью соблюдения оптимальных нагрузок на организм;

- выявление факторов социальной среды, влияющих на эмоциональное состояние ребенка.

Список использованной литературы

- Ананьев В.А. Организация безопасности и жизнедеятельности дошкольников, Томский университет, 2000, С 2-14.
- Антонов Ю.Е., Иванова Е.Ю. Основные положения программы "Здоровый дошкольник" // Ж. "Обруч", 1996, № 1. - С. 5-6
- Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. М.: Просвещение, 1981.
- Вержбицкая Н.А. Массаж - одно из средств физического воспитания (из опыта работы преподавателя МПК г. Мурманска) // Дошкольное воспитание. - 1999. - № 3.
- Воспитание правильной осанки. 2-е испр. и доп. изд. (Под ред. А.М. Шлемина). М., 1968, 70 с.
- Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам. - М.: Владос, 1999.
- Громова С. Сюжетные физкультурные занятия с элементами корригирующей гимнастики. // Ж. "Дошкольное воспитание." - 1996.- №№ 6,8,
- Гутникова Л. Спорт + игра = радость. // Ж. "Дошкольное воспитание." - 2001. - № 12.
- Донской Д.Д. Ходить и бегать для здоровья. М., 1985, 64 с.
- Доронова Т. Право на охрану здоровья // Ж "Дошкольное воспитание." - 2001, № 9. С.5-8
- Драгвоз Л.А. Использование элементов музыкально-ритмического воспитания по системе К. Орфа в процессе занятий по физической культуре // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: проблемы и перспективы: Тез. док. регион. науч.-практ. конф. /Под ред. С.Б. Шармановой. - Челябинск: УралГАФК, 1999, с. 77-79.
- Егоров Б.Б., Змановский Ю.Ф. Система эффективного закаливания // Ж "Начальная школа.", 2000, № 7.
- Ерофеева Т.И, Современные образовательные программы для дошкольных учреждений // М, 1999г. С- 170, 99, 2-12.
- Ефименко Н.Н. Театр физического оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. - М., 1999.
- Захаров Е., Карасев А., Сафонов А. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств. 1994, с. 35-36.
- Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. Концептуальные положения. // Ж "Дошкольное воспитание", 1993, № 9.

- Змановский Ю.Ф., Кузнецова М.Н., Баранова Н.В. Оздоровительно-профилактический комплекс в дошкольном учреждении//Ж. "Дошкольное воспитание", 1991, № 10, с.8.
- Казьмин В.Д. Дыхательные гимнастики. - Ростов - на Дону// "Феникс", 2000.
- Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., 1978
- Кечеджиева Л., Ванкова М., Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. М., 1985
- Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линка - Пресс, 2000.
- Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. - М.: Просвещение, 1987.
- Латохина Л.И. Как быть здоровым душой и телом //Дошкольное воспитание. - 1999. - № 10.
- Леонтьева Н.Н., Маринова К.В. Анатомия и физиология детского организма. М., 1986.
- Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. М., с. 362.
- Лесгафт.П.Ф. // Руководство по физическому образованию детей дошкольного возраста//. М, 1952, т,2
- Логинова В.И, Бабаева Т.И. // Детство. С-П, 1997г.
- Максимова С.Ю., Фомина Н.А. Использование средств ритмической гимнастики сюжетно-ролевой направленности в коррекционной работе с дошкольниками, отстающими в психическом развитии //Физическое воспитание детей дошкольного возраста: проблемы и перспективы: Тез. докл. регион. науч.-практ. конф. /Под ред. С.Б. Шармановой. - Челябинск: УралГАФК, 1999, с. 132-134.
- Мартынов С.М. Здоровье ребенка в ваших руках. - М.: Просвещение, 1991.
- Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебн. для ин-тов физ. культ. М., 1991, с. 272.
- Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. - М., 2000.
- Основы безопасности дошкольников /Под ред. В.А. Ананьева. - М.: Академия, 2000.
- Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1986.С 3-7.
- Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ. Практическое пособие, под ред. Моргунова О.Н., -Воронеж, 2005, -145 с.
- Ротенберг Р.И. Расти здоровым. - М.: Физкультура и спорт, 1992.
- Рунова М. Сохранение и укрепление здоровья ребенка// Ж. "Дошкольное воспитание". - 1999. - № 6.
- Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: Здоровый дошкольник. /Авторы-составители Антонов Ю.Е.,

Кузнецова М.Н, Марченко Т.И., Пронина Е.И. - М.: АРКТИ, 2001. - 208 с.6-12.

- Стасюк А.М., Журавлева Н.А. О системе физкультурно-оздоровительной работы. //Ж. "Дошкольное воспитание", 1997, № 9. - С. 39-42

- Филиппова С. К. К вопросу о программах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ//Ж "Дошкольное воспитание". - 1999. - № 12.

- Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. - М.: Просвещение, 1984.

- Шебенко В.И.// Физическое воспитание дошкольника. М, 1998,с-714.

- Щербак А. К гармонии через движение! //Ж "Дошкольное воспитание". - 1998. - №№ 6, 8.

- Яковлева Л., Юдина Р. Работаем по программе "Старт".//Ж. "Дошкольное воспитание". - 1996. - NN 1-12; 1997. - №№ 1-12.