

**ПРИНЯТ**

Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 62  
Кировского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ГБДОУ детского сада № 62  
Кировского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_/Москалькова Е.Р.  
Приказ № 80 от 31.08.2023г.

**ПРОГРАММА**

**НАПРАВЛЕННАЯ НА СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

**ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА № 62**

**КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**«ЗДОРОВЬЕ»**

Санкт-Петербург

2023 г.

## 1. Паспорт программы

<b>Наименование Программы</b>	«Здоровье» - Программа по формированию основ здорового образа жизни у детей
<b>Основание для разработки Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, №53, ст. 7598; 2013, №19, ст. 2326);</li> <li>○ Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21 ноября 2011 г. № 323;</li> <li>○ Федеральный закон "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" от 30 марта 1999 г. № 52;</li> <li>○ Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24 июля 1998 г. № 124;</li> <li>○ Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04 декабря 2007 г. № 329;</li> <li>○ Приказ Министерства образования науки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 №1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября.2022 г. № 955;</li> <li>○ Приоритетный национальный проект «Образование»;</li> <li>○ Постановлением главного санитарного врача «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590- 20 от 27.10.2020 №2 «Санитарно эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»,</li> <li>○ Постановлением главного санитарного врача «Об утверждении санитарно – эпидемиологических требований СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 № 28 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,</li> <li>○ Постановлением главного санитарного врача «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 № 2 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</li> <li>○ Закон СПб «Об охране здоровья граждан в Санкт-Петербурге от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции» от 28 декабря 2022 г. № 782 – 146.</li> </ul>
<b>Составители Программы</b>	Луканина Мария Николаевна – старший воспитатель ГБДОУ детского сада № 62 Кировского района Санкт-Петербурга
<b>Исполнитель Программы</b>	Педагогический коллектив ГБДОУ детского сада № 62 Кировского района Санкт-Петербурга, медицинские работники, родители воспитанников
<b>Цель Программы</b>	Создание условий, обеспечивающих реализацию в ДОУ системной эффективной здоровьесозидающей деятельности на основе целенаправленного и планомерного включения ресурсов ДОУ в

	решение проблемы сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.
<b><i>Задачи Программы</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Активизировать использование в воспитательно-образовательной деятельности ГБДОУ здоровьесберегающие технологии;</li> <li>○ Пополнять безопасную и комфортную среду дошкольного образовательного учреждения;</li> <li>○ Скоординировать работу всех специалистов ГБДОУ по сохранению и укреплению здоровья детей, в том числе по профилактике детского травматизма;</li> <li>○ Повысить компетентность руководителей и педагогических работников ГБДОУ по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;</li> <li>○ Продолжать создавать условия для укрепления физического и психического здоровья педагогов;</li> <li>○ Продолжать совершенствовать материально-техническую базу ГБДОУ для сохранения здоровья участников образовательного процесса;</li> <li>○ Формирование навыков культуры поведения, умения вести себя в разных ситуациях;</li> <li>○ Формировать потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье.</li> <li>○ Формировать целостную картину мира и расширение кругозора в части представлений о способах сохранения здоровья и жизни.</li> </ul>
<b><i>Предполагаемые результаты реализации программы</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Функционирование развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ, обеспечивающей здоровьесозидающий характер воспитательно-образовательного процесса и безопасность;</li> <li>○ Компетентность дошкольников, педагогов и родителей в вопросах гигиенического обучения и воспитания;</li> <li>○ Повышение уровня представлений о ценности здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами;</li> <li>○ Повышение количества детей, самостоятельно использующих имеющиеся представления о ценности здорового образа жизни в повседневной жизни;</li> <li>○ Повышение педагогической компетентность родителей о факторах здорового образа жизни;</li> <li>○ Снижение уровня заболеваемости распространенными, в том числе социально обусловленными болезнями;</li> <li>○ Повышение уровня физической активности воспитанников;</li> <li>○ Подготовка физически, психически, нравственно здорового выпускника детского сада.</li> </ul>

## 2. Пояснительная записка

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, ведущим фактором благоприятного развития является забота о здоровье, создании комфортных условий жизни, соответствующих гигиеническим и медико-педагогическим рекомендациям, в том числе и формированию основ культуры здоровья. В дошкольный период жизни закладываются фундамент здоровья ребенка, поэтому формировать у детей потребность в здоровом образе жизни необходимо уже в этот возрастной период.

Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, и предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Здоровый образ жизни – должен стать не суммой полученных знаний, а стилем жизни детей. Дети могут оказаться в неожиданной ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей является стимулирование развития у них самостоятельности и ответственности для умения применить полученные знания в реальной жизни, на практике.

Применение в работе ДОУ программы по формированию основ здорового образа жизни будет способствовать повышению качества воспитательно-образовательной работы, формированию у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечению индивидуального подхода к каждому ребенку; формированию положительной мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

## 3. Цель и задачи программы

**Цель программы:** Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у всех участников образовательного процесса. Всестороннее развитие личности ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

**Задачи программы:**

- Формировать представление детей об основных принципах здорового питания, полезных продуктах. Формировать представление детей о правилах столового этикета;
- Формирование навыков культуры поведения, умения вести себя в разных ситуациях;
- Формировать потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье;
- Формировать целостную картину мира и расширение кругозора в части представлений о способах сохранения здоровья и жизни;
- Скоординировать работу различных ведомств и организаций по сохранению и укреплению здоровья детей, в том числе по профилактике детского травматизма;
- Повысить компетентность руководителей и педагогических работников ГБДОУ по

- вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;
- Создать условия для укрепления физического и психического здоровья педагогов;
  - Продолжать совершенствовать материально-техническую базу ГБДОУ для сохранения здоровья участников образовательного процесса.

#### 4. Основные принципы

1. **Принцип системности** – деятельность по реализации программы проводят в течение целого года при гибком распределении содержания в течение дня.
2. **Деятельностный принцип** – включение ребенка в игровую, познавательную, поисковую и другие виды деятельности с целью стимулирования активной жизненной позиции.
3. **Принцип последовательности** – любая новая ступень в обучении ребенка опирается на уже освоенное в предыдущем.
4. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
5. **Принцип наглядности** – связан с особенностями мышления дошкольников (до 5 лет – наглядно-действенное, после 5 лет – наглядно-образное).
6. **Принцип интеграции** – интегративность всех процессов, реализующихся в образовательном процессе.
7. **Принцип дифференцированного подхода** – решаются задачи эффективной педагогической помощи воспитанникам в совершенствовании их личности, способствует созданию специальных педагогических ситуаций, помогающих раскрыть психофизические, личностные способности и возможности воспитанников.

#### 5. Особенности программы

Программа посвящена актуальной проблеме – формированию у детей дошкольного возраста культуры здоровья. Формирование у детей навыков здорового образа жизни реализуется через активную деятельность всех участников образовательного процесса. Программа ориентирована на формирование у детей позиции познания ценности здоровья физического, психического и социального, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширения знаний и навыков по гигиенической культуре и культуре питания.

Содержание программы включает в себя познавательный материал, соответственно возрастным особенностям детей в сочетании с практическими заданиями, необходимыми для развития навыков ребенка, которые закрепляются в повседневной жизни. На первый план выступает не только задача физического развития детей, сохранения и укрепления их здоровья, но и воспитания у них потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Программа построена на основании современных научных представлений о психическом и физическом развитии ребенка данного возраста, а также в связи с актуальностью проблемы ортобиоза. В нем несколько уровней погружения ребенка в проблему человека и его здоровья.

**Первый уровень** – информативный.

Обращаясь к детям, воспитатель сообщает необходимые сведения о еде, образе жизни, об одежде и элементарной гигиене тела и жилища, о том, как правильно заниматься и отдыхать, соблюдать правила безопасности. Детей знакомят с темами, связанными с окружающим миром и природой.

**Второй уровень** – это уровень развития сознания ребенка на основе полученных

знаний. Разговор о нем, о его трудностях, привычках, о том, как помочь самому себе, как узнать себя, как стать здоровым и как сохранить здоровье. Воспитатель учит ребенка быть внимательным к себе, своему состоянию и настроению. Для уточнения своих знаний, для их активного использования, а также для самопроверки детям предлагаются различные игры и задания. Ведущей формой организации детей является ролевая игра.

**Конечная цель программы** – выработка осознания необходимости здорового образа жизни у дошкольников.

## **6. Основные пути реализации программы**

Программа реализуется во время непосредственной образовательной деятельности, и во время образовательной деятельности, организованной в режимных моментах – в утренние и вечерние часы и на прогулке. Предлагается разнообразная форма организации детей.

<b>Непосредственная образовательная деятельность</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Объяснения;</li> <li>• Беседа;</li> <li>• Рассказ;</li> <li>• Рассматривание иллюстраций;</li> <li>• Рассказы из жизни;</li> <li>• Чтение литературных произведений;</li> <li>• Дидактические игры;</li> <li>• Моделирование ситуаций;</li> <li>• Использование современных образовательных технологий;</li> <li>• Просмотр специальных фильмов и мультфильмов.</li> </ul>
<b>Специально организованная деятельность</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;</li> <li>2. гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);</li> <li>3. НОД по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные и т.д.);</li> <li>4. подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;</li> <li>5. оздоровительный бег, босохождение по дорожкам здоровья в помещении и на улице;</li> <li>6. динамические паузы;</li> <li>7. гимнастика после сна (включающая корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж);</li> <li>8. закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);</li> <li>9. рациональное питание;</li> <li>10. психологическая поддержка;</li> <li>11. проектная деятельность;</li> </ol>

	<p>12. прием детей на свежем воздухе в течение года;</p> <p>13. оснащение спортивным инвентарем, оборудованием, наличием спортзала, спортивных уголков в группах</p>
<p><b>Совместная деятельность детей и педагога</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Наблюдения на прогулке;</li> <li>• Игровые ситуации;</li> <li>• Дидактические игры;</li> <li>• Продуктивная деятельность;</li> <li>• Игры-драматизации;</li> <li>• Игры-моделирования;</li> <li>• Тематические досуги и развлечения;</li> <li>• Индивидуальная работа по здоровьесбережению;</li> <li>• Подвижные игры;</li> <li>• Спортивные праздники и развлечения;</li> <li>• Участие в соревнованиях;</li> <li>• Коммуникативные игры;</li> <li>• Музыкальные паузы;</li> <li>• Игровые беседы с элементами движений;</li> <li>• Дни здоровья.</li> </ul>
<p><b>Интеграция с другими образовательными областями</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• социально-коммуникативное развитие;</li> <li>• познавательное развитие;</li> <li>• речевое развитие;</li> <li>• художественно-эстетическое развитие;</li> <li>• физическое развитие.</li> </ul>
<p><b>Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• совместная физкультурно-досуговая деятельность;</li> <li>• наглядная агитация по вопросам физического воспитания (стенды, памятки, газеты, выставки);</li> <li>• оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной активности;</li> <li>• посещение родителями режимных моментов;</li> <li>• обогащение литературы по здоровому образу жизни;</li> <li>• анкетирование;</li> <li>• вовлечение родителей в образовательный процесс.</li> </ul>
<p><b>Самостоятельная нерегламентированная деятельность детей</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• дидактические игры;</li> <li>• подвижные игры;</li> <li>• рассматривание иллюстраций, альбомов;</li> <li>• сюжетные игры;</li> <li>• самостоятельная деятельность в центрах активности.</li> </ul>

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребенком, как увлекательная проблемно-игровая деятельность, делая акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении определенных ситуационных задач.

Решая проблемные ситуации, дети воспринимают знания без отрыва от жизни, не разобщено, а целостно, легче и эффективнее осваивая их.

Специфика ситуационной задачи заключается в том, что она носит ярко выраженный практико-ориентированный характер. Поэтому, с одной стороны, в ее решении ребенок использует имеющиеся у него знания, умения и навыки, а с другой – совершая поисково-практические действия, самостоятельно открывает новое знание,

приобретает новые умения.

Еще одно преимущество ситуационных задач – это возможность интеграции в одной задаче разнообразного содержания. Используются ситуационные задачи разных типов. Это и построение задач на основе программного содержания по разделам, и создание практико-ориентированных задач, требующих экспериментирования и прикладных действий детей. А также задачи из реальной жизни, задачи на применение знаний, умений и навыков на значимом для ребенка материале.

Условием интеграции становится насыщение разных видов детской деятельности (игра, экспериментирование, познание, общение) информацией о культуре здоровья и об основах здорового образа жизни с последующим формированием на этой базе эмоционально - положительного отношения к данному процессу.

Программа охватывает все виды деятельности дошкольника, и осуществляется в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей.

Практическая значимость программы заключается в том, чтобы воспитать у детей правильное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья; формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье. Также практическая значимость ее заключается в том, что она способствует реализации творческой активности, выявления способностей самовыражения через различные формы творчества детей.

Для более углубленного раскрытия отдельных тем воспитатели используют проектную деятельность в соответствии с возрастными особенностями детей и их проблемами. Все направления проекта объединяет игровой метод, который придает воспитательно-образовательному процессу привлекательную форму, повышает эмоциональный фон, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Реализация программы будет способствовать развитию устойчивого интереса у детей к сохранению своего здоровья, воспитанию здорового образа жизни. Выраженная субъективность дошкольников требует изменения позиции взрослых в педагогическом процессе дошкольного образовательного учреждения, поиска новых форм организации воспитания и развития детей.

### **Формы и режим занятий**

Программа предназначена для детей дошкольного возраста и рассчитана на 5 лет обучения. Обучение осуществляется во всех видах деятельности детей – 10 минут в ясельной группе и от 15 до 30 минут в группах дошкольного возраста.

#### **Формы организации учебного процесса:**

- коллективная;
- индивидуальная;
- групповая.

#### **Методы и формы обучения**

Программой предусматривается использование традиционных, инновационных форм и методов учебной деятельности.

Из традиционных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса используются:

- Словесный (рассказ, беседа, диалог);
- Метод наблюдения (зарисовка, рисунки);
- Графический (составление схем);
- Практические задания (упражнения на логику);
- Наглядный (таблицы, иллюстрации, мультимедийные презентации)

Для реализации программы используются элементы различных инновационных технологий:

1. **Метод игры.** Игра выступает самостоятельным видом развивающей деятельности дошкольника, является главной сферой общения детей.
2. **Проблемно-поисковое обучение.** Постановка проблемы или создание проблемной ситуации, дискуссия, перевод игровой деятельности на творческий уровень, лабораторные и практические работы.
3. **Метод эмоционального стимулирования.** Создание ситуации успеха в обучении, поощрение.
4. **Элементы здоровьесберегающих технологий.** Медико-профилактические технологии, физкультурно-оздоровительные технологии, образовательные технологии, технологии обеспечения социально-психологического благополучия.
5. **Элементы технологии Геокешинг.** Игра – приключение с элементами туризма и краеведения. Участвуя в игре, дети самовыражаются, узнают новые сведения, обогащающие их представления о мире людей и животных, нравственных ценностях, о важности своего здоровья и здоровья окружающих, учатся правилам безопасного поведения.

## 7. Планируемые результаты

Результатом освоения программы «Здоровье» становится ребенок, не только овладевший основными культурно-гигиеническими навыками, самостоятельно выполняющий доступные возрасту гигиенические процедуры, но и соблюдающий элементарные правила здорового образа жизни.

Это ребенок, который

- имеет устойчиво сформированные ценности здоровья, здоровья окружающих его людей и общества в целом;
- знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представление о себе, своей самооценности, ощущает себя субъектом здоровой жизни;
- бережно, уважительно и заботливо относится к близким людям, своим родственникам, сверстникам, взрослым и предметному миру;
- осознает и разделяет нравственные эталоны жизнедеятельности, такие как гуманность, доброту, заботу, понимание, уважение, честность, справедливость, трудолюбие и т.д.
- имеет представление о том, что такое здоровье и знает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

## 8. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Критерии и показатели оценки эффективности образовательной программы.

№	Критерии	Показатели
1.	Запоминание и воспроизведение учебного материала	Знание и выполнение системы закаливания и первичной профилактики заболеваний
2.	Способность понимать значение изученного материала	Использовать изученный материал в конкретных условиях и новых ситуациях;

		Предполагать результат здорового образа жизни
3.	Синтез знаний, умений в процессе поисково-опытнической работе	Умение ставить проблемную задачу и путем опытнических упражнений разрешить ситуацию, делая вывод
4.	Оценка результатов работы	Умение критично оценивать результаты своего труда и товарищей
5.	Творческая активность	Проявление интереса, любознательности, инициативности.

Проведение мониторинга достижения детьми планируемых результатов даёт педагогам возможность отследить усвоение программного материала каждым ребёнком и реализацию задач программы, что позволяет более полно анализировать и прогнозировать воспитательно-образовательную деятельность.

Мониторинг проводится 2 раза в год — стартовый и итоговый, для проведения полученных в процессе бесед, анализа продуктов детской деятельности, наблюдений за дошкольниками.

Система мониторинга позволяет оперативно определять трудности реализации программного содержания в каждой конкретной группе, т. е. оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов.

#### ДИАГНОСТИКА СФОРМИРОВАННОСТИ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Ф.И.О. воспитанника	Развитие интереса к различным видам спорта	Осознанное отношение к здоровому образу жизни	Развитие навыков здорового образа жизни	Формирование и развитие навыков основ безопасности жизнедеятельности

Оценка производится по трем показателям развития, где:

- Низкий – у ребёнка плохо сформированы навыки выполнения комплексов дыхательной гимнастики; ребёнок не может ответить на вопросы, касающиеся здорового образа жизни; не проявляет активности при выполнении физических упражнений, игр. Ребёнок не проявляет интерес к занятиям по физической культуре.
- Средний – у ребёнка частично сформированы навыки основ безопасности жизнедеятельности, ребёнок проявляет интерес к подвижным и эстафетным играм, но плохо отвечает на вопросы, касающиеся здорового образа жизни.
- Высокий – ребёнок проявляет интерес к занятиям по физической культуре, грамотно отвечает на поставленные вопросы, может самостоятельно выполнять комплексы дыхательных упражнений, понимает их необходимость для своего здоровья.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гунн Г.М., Современные технологии проблемы охраны здоровья. учебное пособие/ Г.М.Гунн. – СПб.2000.- 192с.
2. Картушина М.Ю., Праздники здоровья для детей 5-6 лет. сценарии дляДОУ/ М.Ю. Картушина - М.: ТЦ Сфера, 2010.- 128с.
3. Картушина М.Ю., Зеленый огонек здоровья. методическое пособие/ М.Ю. Картушина - Архангельск, 2000.- 108с.
4. Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В., В стране здоровья.программа эколого – биологического воспитания дошкольников/ В.Т. Лободин , А.Д. Федоренко, Г.В. Александрова - М.: Мозаика – Синтез, 2011. –80с.
5. Маханева М.Д.С физкультурой дружить – здоровым быть. методическое пособие/ М.Д. Маханева – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 240с.
6. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. – 6 – е изд., испр. И доп. – М.:Мозаика – Синтез, 2011. – 208с
7. Соломенникова О.А. Экологическое воспитание в детском саду. [Текст]: программа и методические рекомендации/ О.А.Соломенникова. М.: Мозаика –Синтез, 2008. – 112с.
8. В помощь воспитателям ДОУ в работе с родителями. Здоровье и физическое развитие. –М.: Школьная пресса, 2009
9. Зимонина В. Н. «Расту здоровым», М.: ВЛАДОС, 2003г
10. Каштанова Г. В., Мамаева Е. Г. «Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников» - М.: АРКТИ, 2006.
11. Кочеткова Л. В. «Оздоровление детей в условиях детского сада» - М.: «ТЦСфера», 2005
12. Кузнецова М. Н. «Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний у детей» - М.: АРКТИ, 2003.
13. Кузнецова М. Н. «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: АРКТИ, 2003.
14. Маханева М. Д. «Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений» - М.: АРКТИ, 2000.
15. Осокина Т.Н. и др. Обучение плаванию в детском саду: Кн. для педагогов детского сада и родителей. — М.: Просвещение, 2001. М. : Айрис-пресс, 2003
16. Савельева Н. Ю. «Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях» - Ростов н/Д: «Феникс», 2005.
17. Сократов Н. В. «Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей» - М.: ТЦ Сфера, 2005.
18. Шарманова, С.Б. Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни /С.Б. Шарманова //Управление ДОУ. - 2006. - №4. - С.40-45.
19. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье» - М.: ТЦ Сфера, 2004