

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 2 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА» ПГТ.ЖЕШАРТ.
(МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 2 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА» ПГТ.ЖЕШАРТ.)

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете
Протокол № 1
от «29» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 2
комбинированного вида»
пгт.Жешарт

Е.В.Сямтомова
Приказ № 90 от 30.08 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Образовательная область
«Физическое развитие»
(для детей подготовительной группы)
на 2022-2023 учебный год**

Составитель:

Остермиллер Н.В. – инструктор по
физической культуре

Содержание рабочей программы:

1. Пояснительная записка.
2. Цели и задачи программы.
3. Принципы построения программы по ФГОС.
4. Цели и задачи для детей 6 – 7 лет.
5. Возрастные и индивидуальные особенности детей 6 – 7 лет.
6. Интеграция образовательных областей.
7. Организация двигательного режима.
8. Планируемые результаты освоения программы.
9. Особенности организации образовательного процесса.
10. Формы обучения.
11. Содержание работы по физической культуре
12. Работа с родителями.
13. Методическое обеспечение.

1. Пояснительная записка.

Успешность развития и воспитания дошкольника зависит от того, насколько ребенок физически и психологически готов к нему. Поэтому базой для реализации программы является укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ двигательной и гигиенической культуры. Целью занятий физической культурой является приобщение ребенка к основам здорового образа жизни, освоение им гигиенической культуры и культуры движений. Физическое развитие дошкольника предусматривает в первую очередь формирование интереса к активной двигательной деятельности и потребность в физическом самосовершенствовании, получение удовольствия от игр, движений, упражнений. Данная программа разработана для детей подготовительной группы в соответствии с основной образовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 2 комбинированного вида», в соответствии с ведением в действие ФГОС дошкольного образования. Рабочая программа по физическому развитию детей подготовительной группы обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 6 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей. Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с мячами. Рабочая программа составлена на основе комплексной программы развития и воспитания дошкольников в образовательной системе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Для успешной реализации поставленных задач так же используются программы дополнительного образования и методические пособия:

Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», И.М. Новикова;

«Физическая культура в детском саду», Подготовительная группа, Л.И. Пензулаева;

«Методика физического воспитания» Э.Я. Степаненкова.

«Методика проведения подвижных игр» Э.Я Степаненкова.

«Физическое воспитание в детском саду» для занятий с детьми 2- 7 лет Э.Я. Степаненкова.

Занимательная физкультура в детском саду для детей 5- 7 лет К.К Утробина

Организация физкультурно - оздоровительной работы в дошкольном учреждении Т.В. Хабарова.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами федерального государственного стандарта дошкольного образования;

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;

- Федеральный закон от 04.12.07 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 24.03.14 №172 «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- ФГОС ДО. Утв. Приказом Минобрнауки России от 17.10.13 год № 1155;
- Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы», утв. постановлением правительства РФ от 11.01.06 №7;

2. Цели и задачи программы

Цель:

Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учётом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирования основ здорового образа жизни.

Задачи:

- **развитие** физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- **формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

3. Принципы построения программы по ФГОС:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
 - Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
 - Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
 - Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
 - Сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

4. Цели и задачи для детей 6 – 7 лет **образовательная область «Физическая культура»**

Цели:

- приобщение ребенка к основам здорового образа жизни; освоение им гигиенической культуры и культуры движений; развитие потребности в активной двигательной деятельности;
- формирование интереса к двигательной деятельности;
- получение удовольствия от игр, движений, упражнений;
- своевременное овладение основными видами движений

Задачи воспитания и развития в подготовительной группе:

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:
- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
3. Закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и упражнениях;
4. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
5. Закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности;
6. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
7. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту, ловкость и координацию движений.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

5. Возрастные особенности детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению. Достижения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр. В этом возрасте дети активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме инструктор обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие взаимоотношений детей со сверстниками. Дети предпочитают совместную деятельность индивидуальной. Выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий. Переход в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в

детском саду – в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими.

6 Интеграция образовательных областей.

Физическое развитие интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

7. Организация двигательного режима в ДОУ

Двигательная деятельность:

Утренняя гимнастика 12 – 15 минут ежедневно

Физкультурные занятия 3 раза в неделю 30 мин

Гимнастика после сна 5 минут ежедневно

Ходьба по» Дорожкам здоровья» после дневного сна 4 – 6 минут ежедневно

Физкультминутки 2 минуты ежедневно

Физкультурные досуги развлечения 30 – 35 минут 1 раз в месяц

Физкультурные праздники 1 час 2 раза в год

Индивидуальная работа по развитию движений 10 – 15 минут ежедневно

Подвижные игры 10 – 15 минут ежедневно

8. Планируемые результаты

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

9. Особенности организации освоения программы

1 Климатические особенности:

При организации образовательного процесса учитываю климатические особенности региона. Особый акцент - приобщение детей к миру северной природы, на воспитание бережного отношения к природе. Основной упор в играх - на развитие творчества, обогащение самостоятельного игрового опыта, создание условий для самостоятельной игровой деятельности.

2.Национально-культурные особенности:

Обучение и воспитание детей в ДОУ осуществляется на русском языке. В средних, старших и подготовительных группах проходит обучение коми языку.

Реализацию регионального компонента осуществляю через коми народные игры, имитационные игры, разучивание коми считалок и использование коми лексики на занятиях. А также через проведение совместных занятий, праздников, развлечений с воспитателем, реализующий коми региональный компонент.

10. Формы обучения.

- Организованная образовательная деятельность;
- Утренняя гимнастика;
- Динамические паузы;
- Пальчиковая гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Дыхательная гимнастика
- Корригирующая гимнастика
- Релаксация;
- Подвижные и спортивные игры;
- Гимнастика после сна;
- Самомассаж;
- Праздники, развлечения, дни здоровья;
- Закаливающие процедуры;
- Динамический час;
- Двигательная активность в течение дня.

11. Содержание работы по физической культуре

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений **1. Основные движения**

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Круговое с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу,

гимнастическую скамейку несколькими *способами подряд* (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

2. *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения для кистей рук, развития на укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком

выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза. Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге.

3. Спортивные

упражнения

Катание на санках. Выполнять разнообразные игровые

задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот.

Участвовать в играх — эстафетах с санками.

4. Спортивные игры

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея. Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

5. *Подвижные игры* **С бегом.** «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Полоса препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

Спортивные развлечения. «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Я выбираю спорт», «Зимние забавы», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию», «Весёлый стадион», «День здоровья», «День бегуна», «Бравые ребята, к 23 февраля»

12. Работа с родителями

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области физического воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьей

- Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации,

родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на спортивные праздники, создание памяток.

- Знакомство родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду.
- Анкетирование;
- Ориентирование родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);
- Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями, совместными

подвижными играми;

- Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
- Информирование родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
- Создание в детском саду условий для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом.
- Привлечение родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе).

13. Методическое обеспечение.

1. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой; Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», М., 2005

1. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду М:

Мозаика-Синтез, 2005 6 – 7 лет

3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2002

Вавилова Е.А. Учите детей прыгать, бегать, лазать. – М., 1983

4. Лескова Т.П. Бусинская П.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1981

5. Рунова М.А. Двигательная активность в детском саду. – М., 2000

6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. - М., 2010 с детьми 6- 7 лет

7. В.Т. Кудрявцев Б.Б Егоров «Развивающая педагогика» М 2000 г

8. Т. В Хабарова «Организация физкультурно – оздоровительной работы в дошкольном учреждении»