

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 11»

141301, Московская область, г.Сергиев Посад, ул.Дружбы, 5 «А»
тел./факс 8(496) 542-05-29; E-mail: sepo_mbou_11@mosreg.ru
структурные подразделения

141343, Московская область, Сергиево-Посадский г.о., д.Самотовино, д.59, тел. 541-71-60

141343, Московская область, Сергиево-Посадский г.о., д.Самотовино, д.51 (дошкольное
отделение); тел. 541-74-80

141367, Московская область, Сергиево-Посадский г.о., пос.Загорские дали, д.9а, тел. 548-35-48

141301, Московская область, Сергиево-Посадский г.о., г.Сергиев Посад,

дошкольное отделение: ул.Дружбы, д.106, тел. 542-03-73

Новоугличское шоссе, д.72, тел. 542-07-09

ПРИНЯТО: на Педагогическом совете МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 11". Дошкольное отделение. Протокол № 1 от 30.08.2024г.	УТВЕРЖДЕНО:  /Умнова З.М./ Приказ _____ от _____ 2024 года.
--	--

*Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Будь здоров, дошкольник на пороге школы!»
(стартовый уровень)
Возраст обучающихся: 5 -7 лет
Срок реализации: 2 года*

Составитель:
Петрова Татьяна Анатольевна,
инструктор по физической культуре
первой квалификационной категории.

2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Будь здоров, дошкольник на пороге школы!» (стартовый уровень) разработана в соответствии с

✓ Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);

✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу с 01 марта 2023 года);

✓ Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);

✓ Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

✓ Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

✓ Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3);

✓ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);

✓ Устав и локальные акты учреждения.

Программа адаптирована, разработана на основе авторских дополнительных образовательных программы «Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность» И.Д. Свищев, П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н. Сафронов.

Примерная программа является прикладной, модифицированной, носит лично-ориентированный характер и направлена на овладение обучающимися различными навыками единоборств, самозащиты и основными понятиями физического воспитания и спорта.

Направленность программы «Будь здоров, дошкольник на пороге школы!» (стартовый уровень) - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Старший дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования всех органов и систем организма и сензитивным периодом психического развития. Именно в этом возрасте развиваются те личностные свойства, двигательные качества, навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития, функциональной готовности к обучению в школе, формирования здоровья.

Основополагающим компонентом личности в педагогике лично-ориентированного образования и обучения считается приоритетность здоровья, что находит свое отражение в Конституции РФ, Основах Законодательства Российской

Федерации об охране здоровья граждан. Законе РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», ФГОС ДО.

В настоящее время проблема состояния здоровья и физического развития дошкольников приобрела особую актуальность и социальную значимость. Нервно-психические и соматические заболевания, а также различные функциональные расстройства ведут к нарушению моторного развития детей и замедлению темпа их психофизического развития.

Анализ исследований по вопросам развития двигательных способностей и качеств детей (Е.Н.Вавилова, Н.А. Ноткина, В.И.Зуев и др.) свидетельствует, что почти у 40% старших дошкольников уровень развития двигательных способностей ниже среднего. По данным М.А.Руновой двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60% суточной потребности в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения, дыхания, терморегуляционной системы, является одной из причин ухудшения здоровья старших дошкольников, снижения их жизненного тонуса, повышенная гиперактивность, также является платой за ограничение двигательной активности детей.

Эти неблагоприятные процессы в значительной степени связаны с неудовлетворительным состоянием окружающей среды, деформацией семейных отношений, недостатками в работе лечебно-профилактических учреждений и т.д. В этом контексте становится ясно, что сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается в первоочередную задачу. Для ее решения необходимы совместные усилия всех субъектов образовательно-оздоровительного процесса в детском саду и семье.

Особый акцент в нашей программе сделан на развитии «Я концепции старшего дошкольника», его самостоятельности и активности в применении средств и способов физкультурно-оздоровительной деятельности. У ребенка развивается интерес к движению как жизненной потребности быть здоровым, ловким, сильным, смелым, формируются необходимые качества субъекта - целенаправленность, ответственность, самоконтроль, самооценка, творчество.

Традиционная система физического воспитания в организациях дошкольного образования на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения вне учебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка.

Цели и задачи.

Программа ставит *целью*:

— формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; укрепление и сохранение собственного здоровья, воспитание потребности для занятия спортом.

Исходя из этой цели, программа формирует *задачи* обучения:

образовательные (предметные)

- формирование представлений о видах спорта, развитии и правилах соревнований;
- формирование начальных сведений о самоконтроле;
- развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

личностные

- воспитание у юных спортсменов чувства ответственности за свои действия перед коллективом;
- воспитание взаимопомощи и трудолюбия;
- развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания;
- развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности;
- развитие морально-волевых качеств.

метапредметные:

- воспитание коммуникативных качеств;
- воспитание умения заниматься самостоятельно.
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- развитие познавательной активности и интереса к занятиям спортом в целом.

**Отличительные особенности программы
«Будь здоров, дошкольник на пороге школы!»**

Отличительная особенность программы заключается в том, что в ходе реализации программы большое внимание уделяется игровому методу, упражнениям на координацию движений, реакций; особо акцентируются темы по пропаганде здорового образа жизни.

Реализуются инновационные технологии по физической культуре, направленные на развитие у обучающихся жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие таких физических качеств как сила, ловкость, выносливость, гибкость, быстрота.

Объем и срок освоение программы

Программа рассчитана на 2 года обучения детей в объёме 72 часа.

Форма обучения - очная

Режим занятий

Занятия проходят в группе 12 человек, 2 раза в неделю по 1 академическому часу (академический час – 30 мин.).

Планируемые результаты освоения программы «Физкультура для дошколят» (стартовый уровень)

В процессе освоения программы обучение на занятиях направлено на получение обучающимися определённых знаний и умений, формирование ряда компетенций и личностных качеств, достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

В результате изучения курса программы обучающиеся должны:

знать/понимать:

— значение занятий физической культурой в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

— правила безопасного поведения во время занятий;

— наиболее типичные ошибки при проведении занятий;

— упражнения для развития физических способностей;

— способы регулирования и контроля физических нагрузок;

— основные виды движений и правила их выполнения;

— контроль динамики, стабильности спортивных результатов по различным критериям и показателям спортивного мастерства;

— специальную терминологию;

— основные правила проведения соревнований.

уметь:

— соблюдать меры безопасности и профилактики травматизма на занятиях;

— контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях;

— оценивать эффективность занятий;

— выполнять физические упражнения для развития, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для развития выносливости, ловкости;

— выполнять запланированные тренировочные и соревновательные нагрузки;

— взаимодействовать в учебной и игровой деятельности.

Предметные результаты.

— владение основными видами движений;

— умение содержать в порядке спортивный инвентарь;

— владение способами физкультурно-оздоровительной деятельности;

— самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств;

— владение способами контроля и самоконтроля.

Метапредметные результаты.

— планирование и регуляции своей деятельности;

— умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.

— умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

— умение технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

— умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.

Личностные результаты.

— формирование ценности здоровья;

— формирование потребности иметь хорошее телосложение;

— владение умением осуществлять поиск информации;

— владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития;

— воспитание российской гражданской идентичности;

— воспитание чувства ответственности;

— формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.

— умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

— умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами занятиями, владение специальной терминологией.

Компетенции и личностные качества, приобретенные в результате освоения программы:

— усвоение правил поведения в общественных группах;

— трудолюбие, внимательность;

— приобретение навыков поведения в социуме;

— ценностное понимание значения здорового образа жизни;

— умение получать информацию разными способами и использовать её;

— стремление к личностному и физическому самосовершенствованию и саморазвитию;

— умение успешно действовать на основе знаний и умений, приобретённых в процессе обучения в решении профессиональных и жизненных задач;

— умение определять как приоритет социальные привычки, относящиеся к здоровому образу жизни.

Формы аттестации

Анкетирование, тестирование; участие в соревнованиях и контрольных мероприятиях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Определение результативности программы осуществляется посредством экспертизы и мониторинга образовательных результатов, которые проводятся в ходе текущего контроля, входного контроля (проводится в начале года), промежуточного контроля (проводится в конце первого полугодия года и в конце года) и итогового

контроля (по окончании обучения), а также посредством мониторинга отзывов детей и родителей.

Текущие результаты фиксируются в дневнике наблюдений инструктора по физической культуре, в грамотах (дипломах, сертификатах и др.) обучающихся, оценочных формах, протоколах, посредством материалов видеозаписи, фото, др.

Промежуточные и итоговые результаты фиксируются в аналитических справках о результатах обучения и итоговых диагностических картах результатов обучения; для оценки результатов используется уровневая оценочная система (Диагностические карты результатов обучения и критерии оценки результатов представлены в приложении № 1).

Основными критериями результативности программы являются достижения обучающихся, собранные в личном портфолио:

- ✓ результаты их участия в соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях, проектной и исследовательской деятельности;
- ✓ результаты анкетирования, тестирования, результаты педагогических наблюдений и др.) и удовлетворённость деятельностью всех участников образовательного процесса (результаты оценки детей и родителей, педагога).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Образовательные результаты могут быть предъявлены посредством участия в соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях, проектной и исследовательской деятельности; в результатах анкетирования, тестирований.

Перечень материально-технического и учебно-методического (информационного) обеспечения

Для обучения используются *специализированные помещения* образовательной организации дошкольного отделения: спортивный зал, спортивная площадка в ОУ, а также пришкольный стадион. Учебные и экскурсионные практики могут проходить на территории организаций партнёров, в том числе на их базе допускается демонстрация результатов.

Для реализации программы используется следующая *материально-техническая база*:

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество	Примечание
1.	Маты гимнастические	7	
2.	Набивные мячи (1 кг)	3	
3.	Фитбольные мячи	8	
4.	Стенка шведская	8	
5.	Скакалка гимнастическая	20	
6.	Палка гимнастическая	6	
7.	Мячик теннисный	10	
8.	Учебно-демонстрационные плакаты	комплект	
9.	Обучающие видеофильмы	комплект	
10.	Компьютер	1	
11.	Проектор	1	

Для *информационного обеспечения* используются *информационно-образовательные ресурсы (ИОР)*.

Для реализации программы задействован следующий *кадровый состав педагогических работников образовательной организации*:

- инструктор по физической культуре, образование высшее педагогическое, квалификация - Специалист по физической культуре и спорту; преподаватель по специальности "Физическая культура и спорт".

Так же учебные и экскурсионные практики могут проходить с привлечением *кадрового потенциала организаций партнёров*.

Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	4	4		
	<i>Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.</i>	1	1		<i>анкетирование, тестирование, опрос</i>
	<i>Влияние занятий на строение и функции организма спортсмена</i>	1	1		
	<i>Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена</i>	1	1		
	<i>Правила соревнований.</i>	1	1		
2	Общая физическая подготовка	15		15	
	<i>Беговая подготовка</i>	4		4	<i>педагогическое наблюдение</i>
	<i>Упражнения на равновесие</i>	4		4	
	<i>Упражнения выносливость</i>	3		3	
	<i>Общеукрепляющие упражнения</i>	4		4	
3	Специальная физическая подготовка	16		16	
	<i>Упражнения на выносливость</i>	4		4	<i>педагогическое наблюдение</i>
	<i>Укрепление мышц ног и спины</i>	3		3	
	<i>Группировка при падении</i>	5		5	
	<i>Упражнения на координацию</i>	4		4	
4	Технико-тактическая подготовка	18		18	
	<i>Основные упражнения</i>	2		2	<i>педагогическое наблюдение</i>
	<i>Приемы в прыжках</i>	5		5	
	<i>Приёмы в подлезании</i>	3		3	
	<i>Тактика движений</i>	3		3	
	<i>Игры</i>	2		2	
	<i>Игровые приемы</i>	3		3	
5	Прикладная подготовка	3		3	
	<i>Спортивная гимнастика</i>	3		3	<i>педагогическое наблюдение</i>
6	Игровая деятельность	9		9	

	<i>Элементы баскетбола</i>	3		3	<i>педагогическое наблюдение</i>
	<i>Элементы футбола</i>	3		3	
	<i>Эстафеты</i>	3		3	
7	Контрольные мероприятия	5		5	
	<i>Подготовка к контрольному мероприятию</i>	3		3	<i>педагогическое наблюдение; анализ результатов</i>
	<i>Турнир среди занимающихся</i>	1		1	
	<i>Школьный турнир «Я этому научился»</i>	1		1	
8	Судейская практика	2		2	
	<i>Помощь при организации и проведении школьных и городских соревнований</i>	2		2	<i>педагогическое наблюдение</i>
Итого:		72	4	68	

Содержание программы.

Раздел 1. Теоретическая подготовка. 4 ч.

Теория 4 ч.

Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях:

Техника безопасности при выполнении различных общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений дошкольников. Правила поведения на занятиях и соревнованиях.

Влияние занятий на строение и функции организма спортсмена:

Краткие сведения о строении организма человека. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на укрепление здоровья, развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, формирование правильной осанки и гармонического телосложения, повышение умственной и физической работоспособности.

Гигиена, закаливание, питание и режим занимающегося дошкольника:

Общее понятие о гигиене физической культуры и спорта. Личная гигиена борца. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.

Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. Основные элементы режима для их выполнения. Примерная схема режима дня.

Правила соревнований: Проведение соревнований, по игровым комплексам. Оценка технических действий и определение победителя. Разрешенные и запрещенные действия.

Раздел 2. Общая физическая подготовка. 15 ч.

Практика 15 ч.

Беговая подготовка 4 ч.

Бег на малые дистанции: 100м, 200м. Бег на большие дистанции: 500м, 1000м.

Упражнения на наращивание мышечной массы 3 ч.

Упражнения на укрепления мышечного каркаса спины, шеи, живота, укрепление мышц рук и ног с помощью упражнений с собственным весом и отягощениями.

Общеукрепляющие упражнения 4 ч.

Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без, комплексы из данных упражнений. Выполнение расслабляющих упражнений.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка. 16 ч.

Упражнения на выносливость 4 ч.

Бег на длинные дистанции. Постепенное повышение нагрузки при приседаниях, отжиманиях.

Укрепление мышц ног и спины 3 ч.

Упражнения для мышц ног: приседания, выпрыгивание в длину из полного приседа, упражнения со скакалкой и т.д. Упражнения для спины: наклоны, вращающие движения и т.д.

Группировка при падении 5 ч.

Отработка способов группировки. Самостраховка при падениях вперёд, вбок, назад, из различных и.п.; индивидуально и в парах.

Упражнения на координацию 4 ч.

Упражнения в передвижениях: в беге (лицом вперёд, боком, спиной, змейкой), перепрыгивание через лежащую верёвку (лицом вперёд, боком, спиной, змейкой, разножкой, в стойках и т.д.), челночный бег. Упражнения в парах. Упражнения с предметами (мячик, палка, деревянный меч и т.д.) индивидуально и в парах. Игровые упражнения.

Раздел 4. Техничко-тактическая подготовка. 18 ч.

Основные упражнения

Приемы в прыжках

Приёмы в подлезании

Тактика движений

Игры

Игровые приемы

Раздел 5. Прикладная подготовка. 3 ч.

Спортивная гимнастика

Раздел 6. Игровая деятельность. 9 ч.

Баскетбол 3 ч.

Передвижения с мячом, броски с места, в движении, из под кольца, бросок двумя руками от груди, одной от плеча. Броски со средней, дальней дистанции. Тактические элементы игры (следить за действиями соперника, предугадывать его перемещения).

Футбол 3 ч.

Перемещение с мячом. Маневры: "уход" выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем: движение в одну сторону и уйти с мячом в другую), финт "остановкой" мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом), обманное движение "ударом" по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Эстафеты 3 ч.

Эстафетные игры с эстафетной палочкой, с мячом, с обручем, с кеглями.

Раздел 7. Контрольные мероприятия. 5 ч.

Подготовка к контрольному мероприятию (совершенствование техники) 3 ч.
Строго регламентированные технико-тактические задания; строгое соблюдение ролей соревнующихся.

Турнир среди занимающихся 1 ч.

Демонстрация занимающимися физической, технико-тактической подготовленности.

Школьный турнир «Физкульт - Ура» 1 ч.

Несоревновательное мероприятие с проведением обусловленных соревнований и турниров.

Раздел 8. Судейская практика. 2 ч.

Помощь при организации и проведении школьных и городских турниров и соревнований 2 ч.

Методическое обеспечение программы

Методы обучения:

- словесный: лекция, беседа, рассказ об исторических данных;
- наглядный: демонстрация практик педагогом, демонстрация практик профи на экскурсиях, демонстрация видеоматериалов;
- объяснительно-иллюстративный: объяснение с использованием таблиц, плакатов и т.п. в печатном издании и посредством информационно-цифровых технологий
- репродуктивный метод
- практические методы физического воспитания (метод строго регламентированного упражнения, метод частично регламентированного упражнения, метод сопряженного воздействия).

Методы воспитания:

- контроля и самоконтроля;
- положительного, личного примера;
- поощрения;
- мотивирования;
- оценки и самооценки;
- др.

Формы организации образовательного процесса:

- индивидуальная;
- индивидуально-групповая;
- групповая;
- фронтальная.

Формы организации учебного занятия:

- практическое занятие,
- экскурсия,
- беседа,
- мастер-класс,
- наблюдение,
- показ (открытое занятие).

Педагогические технологии:

- проектной деятельности,
- индивидуализации обучения,
- группового обучения,
- коллективного обучения (взаимообучения),
- дифференцированного обучения,
- разноуровневого обучения,
- проблемного обучения,
- сотрудничества,
- здоровьесберегающая,
- др.

Алгоритм учебного занятия:

<i>Этап учебного занятия</i>	<i>Задача эта</i>	<i>Содержание деятельности</i>
Организационный	Подготовка обучающихся к работе на занятии	Организация начала занятия. Психологический настрой на деятельность, активизация внимания.
Проверочный	Установление пробелов в знаниях и их коррекция	Актуализация знаний. (Проверка полученных знаний, умений и навыков для продолжения изучения материала и освоения практик).
Подготовительный	Обеспечение мотивации и принятие обучающимися плана деятельности	Постановка общих образовательных, воспитательных, развивающих задач. Сообщение темы и плана занятия. Мотивация учебной деятельности. Формулирование варианта работ, определение соответствующих задач.
Основной	Усвоение новых знаний и способов действий.	Представление новых знаний, закрепление новых знаний, практическая деятельность.
Контрольный	Выявление ошибок, их коррекция.	Наблюдение за практической деятельностью.
Рефлексивный	Самооценка деятельности	Самоанализ.
Итоговый	Оценка деятельности	Обобщение изученного. Актуализация знаний.
Информационный	Обеспечение понимания	Определение перспективы последующих

	логики действий	дальнейших	занятий.
--	--------------------	------------	----------

Список литературы *(печатные издания)*

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
- Конвенция о правах ребенка, ратифицированная Российской Федерацией 15.09.1990г. ;
- Э. Я Степаненкова «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» Москва, Издательский центр «Академия»2017г;
- М. Ю. Картушина «Зеленый огонек здоровья» Программа оздоровления дошкольников, Сфера, Москва 2015;
- Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет Автор: Волошина Л. Н. Издательство: М. : АРКТИ Год: 2019;
- Н. И. Николаева «Школа мяча», Санкт-Петербург, Детство – Пресс, 2018;
- Моргунова О. Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ» Из опыта работы. - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2015;
- О. В. Козырева «Лечебная физкультура для дошкольников», Москва, Просвещение, 2015;
- Т. О. Крусева «Справочник инструктора по физической культуре в ДОУ», Ростов –на -Дону, Феникс, 2015;