

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 54»**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБДОУ «Детский сад №54»

Протокол № 4 от «28»__08__2025__г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ «Детский сад №54»

Л.С Грода
« 04 » 09 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Крепыши»**

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
Стрелкова Н.Н.

Северск 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования	3
Пояснительная записка (общая характеристика программы).	3
Цель и задачи программы.	3
Содержание программы: учебный план, содержание учебного плана.	4
Планируемые результаты.	6
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.	6
Формы аттестации	6
Оценочные материалы	7
Методические материалы.	7
Условия реализации программы.	8
Календарный учебный график	9
Список литературы	10

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

Направленность общеобразовательной программы дополнительного образования детей «Крепыши» имеет физкультурно-спортивную направленность, соответствует базовому уровню.

Пояснительная записка (общая характеристика программы).

Актуальность программы: 1) в использовании новых подходов организации деятельности детей; 2) в применении разнообразных методов и приемов обучения; 3) в выборе эффективных путей укрепления здоровья детей; 4) в приобщении к здоровому образу жизни.

Программа дополнительного образования «Крепыши» **направлена** на полноценное физическое развитие детей, реализацию его потребности в движении, на формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка, развитие физических качеств дошкольника, обеспечение физического и психического здоровья, формирование привычек здорового образа жизни, взаимодействие педагога с семьей.

Новизна программы дополнительного образования «Крепыши» заключается в использовании нетрадиционных подходов к процессу формирования у ребенка необходимых навыков физической культуры; в создании мотивации к накоплению и использованию двигательного опыта; в проявлении индивидуальных творческих начал ребенка; в использовании нетрадиционного физкультурного оборудования.

Педагогическая целесообразность: 1) в расширении условий для развития личности ребенка; 2) в удовлетворении потребности детей в общении и движении; 3) в возможности реализовать творческий потенциал педагога.

Программа дополнительного образования детей **рассчитан** на детей подготовительной к школе группы (седьмого года жизни). Состав группы постоянный. Набор осуществляется на основе выявления запросов родителей и результатов диагностики. Количество обучающихся – 15 детей.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий: 4 раза в месяц, с кратностью проведения 1 раз в неделю; - длительность занятия – 30 минут.

Цель: формирование физических способностей у детей старшего дошкольного возраста в процессе организации подвижных игр.

Задачи:

Обучающие:

- формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека;
- учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем;
- Расширять кругозор в области физической культуры, способствовать развитию интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями
 - закреплять правильной осанки и укрепление всех групп мышц, содействие.

Развивающие:

- развивать психофизические качества (быстроту, силу, гибкость, выносливость, ловкость);
- развивать кругозор в области физической культуры, способствовать;
- развитию интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.

Воспитательные:

- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- воспитывать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, соблюдать правила в играх

Планируемые результаты освоения программы:

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок имеет представление о возможности комбинирования подвижных игр.
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены.
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ: УЧЕБНЫЙ ПЛАН, СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Общий срок реализации программы (количество лет)	1 год
Год обучения (первый, второй и т.д.)	Первый
Возраст воспитанников	6-7 лет
Количество воспитанников в группе в текущем году	15 чел.
Количество часов в неделю	1 академический час
Общее количество часов в год	36 ч.

Календарный учебный график

№	Раздел программы	Количество занятий							
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февр.	март	апрель
	Крепыши	4	4	4	4	4	4	4	4
	Итого	36							

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Тема занятий	Срок проведения	Количество часов		количество часов всего
			теория	практика	
1.	«Летом мы тренировались, вот чем сами занимались»	сентябрь	-	30'	30/
2.	«На солнечной полянке»		5'	25'	30'
3.	«Палочка – превращалочка»		5'	25'	30'
4.	«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»		5'	25'	30'
5.	«Мы сильные, выносливые»	октябрь	5'	25'	30'
6.	«Сам себя я развиваю сам задание выбираю»		5'	25'	30'

7.	«Веселые зверята»		5'	25'	30'
8.	«Мы здоровье набираем, тренировки продолжаем»		5'	25'	30'
9.	«Движение – здоровье»	ноябрь	5'	25'	30'
10.	«Мы едем, едем, едем в далекие края»		5'	25'	30'
11.	«Мы сильные и меткие»		5'	25'	30'
12.	«Волшебные упражнения»		5'	25'	30'
13.	«Мы туристы»	декабрь	5'	25'	30'
14.	«Мы в игры играем, силу развиваем»		5'	25'	30'
15.	«Тренируемся по кругу»		-	25'	30'
16.	«Чудеса под новый год»		5'	25'	30'
17.	«Эстафету принимай»	январь	-	30'	30'
18.	«Мы баскетболисты»		5'	25'	30'
19.	«Упражняйтесь вместе с		5'	25'	30'
20.	нами»				
21.	«Зимние забавы»		5'	25'	30'
22.	«Страна «Спортландия»	февраль	5'	25'	30'
23.	«Юные акробаты»		5'	25'	30'
24.	«Тренируемся по кругу»		-	30'	30'
25.	«Веселый стадион»		5'	25'	30'
26.	«Веселые старты»	март	5'	25'	30'
27.	«Тренируемся по кругу»		-	30'	30'
28.	«Молодцы – удалцы»				
29.	«Праздник зарядки»		-	30'	30'
30.	«Защитники»	апрель	5'	25'	30'
31.	«Веселые считалочки»		5'	25'	30'
32.	«С другом ловкость развиваем и задания усложняем»		5'	25'	30'
33.	«Мой веселый, звонкий мяч»		5'	25'	30'
34.	«Тренируемся по кругу»	май	-	30'	30'
35.	«Тренируем гибкость, силу, меткость»		5'	25'	30'
36.	«Тренируем выносливость, прыгучесть, быстроту»		5'	25'	30'
37.	«Вот чему мы научились»		-	30'	30'
Итого: 36 занятий			2 ч 20 м	15 ч 40 м	18 ч

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Этапы реализации программы:

1. Этап подготовительный:

- педагогическая диагностика детей (определение уровня развития);
- ознакомление родителей с содержанием работы по программе дополнительного образования;
- подбор и изучение методической литературы;

- составление учебно-тематического плана; - создание условий для деятельности детей.

2. Этап практический:

- проведение занятий в соответствии с учебно-тематическим планом;
- участие детей в спортивных праздниках ДООУ и города;
- проведение совместно с родителями спортивных вечеров развлечений, досугов.

3. Этап заключительный:

- педагогическая диагностика;
- сравнение имеющихся и ожидаемых результатов;
- определение эффективности деятельности педагога.

В процессе организации работы по дополнительной образовательной программе решается комплекс задач:

- 1) образовательная,
- 2) оздоровительная,
- 3) 3) воспитательная.

В группе оздоровительных задач особое место занимает охрана и укрепление здоровья, всестороннее физическое совершенствование всех функций организма, повышение его активности и общей работоспособности.

Все физкультурные занятия обязательно включают вводно - подготовительную часть – разминку (ее назначение - подготовить организм к нагрузкам, настроить на занятие); основную, в ходе которой решается комплекс запрограммированных задач; заключительную, назначение которой - восстановить пульс и дыхание. Такой подход диктуется необходимостью оптимальных доз физических и эмоциональных нагрузок, т.е. которые обеспечивают эффект без вреда здоровью.

В содержании программы дополнительного образования детей предусмотрены различные **формы организации и проведения занятий** с детьми.

1. **Учебно – тренирующая.**

Специфика данной формы заключается:

- 1) в использовании разных видов ходьбы, строевых упражнений, упражнений на ориентировку в пространстве, разминочный бег.
- 2) в проведении ОРУ, ОВД и подвижных игр.
- 3) в проведении восстановительной ходьбы (малоподвижные игры) и дыхательных упражнений.

2. **Сюжетная.** Специфика данной формы состоит в:

- 1) проведении любых физкультурных упражнений, организационно – сочетаемых с сюжетом.

3. **Игровая.** Специфика ее в:

- 1) в проведении игр сдержанной активности.
- 2) проведении 2 – 3 игр с различными видами движений (последняя большой подвижности).
- 3) проведении малоподвижных игр.

4. **Тематическая.** Специфика ее в использовании одного вида физических упражнений.

Движения необходимы ребенку, т.к. способствуют развитию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

В ходе занятий по программе дополнительного образования детей седьмого года жизни формируются двигательные умения и навыки. Умение самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться. Выполнять упражнения активно, с напряжением, выразительно и точно. Сохранять динамическое и статическое равновесие. Ритмично выполнять прыжки, точно поражать цель, быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестнице. Контролировать свои действия в соответствии с правилами, организовать игру с подгруппой сверстников.

На занятиях используется фронтальный, групповой, посменный и поточный метод обучения детей. При фронтальном методе все дети выполняют упражнения одновременно. Этот метод обеспечивает высокую моторную плотность занятия. Педагог имеет возможность индивидуализировать нагрузку для отдельных детей, оказать нужную помощь. Этот метод может использоваться на всех этапах обучения движениям. Групповой метод дает возможность разучивать новые упражнения. При такой организации есть возможность индивидуально работать с детьми, влиять на развитие их самостоятельности. Этот метод организации используется при наличии определенного поведенческого опыта у детей.

При посменном методе дети выполняют упражнения по несколько человек одновременно, а другие наблюдают. По мере овладения движением количество детей увеличивается.

При поточном методе все дети выполняют движения «поток», когда один еще не закончил выполнять, а другой уже приступил к нему.

Опора на принципы постепенности и последовательности, учет индивидуальных особенностей дошкольников в подборе физических упражнений, позволила обеспечить оптимальную физическую нагрузку на каждого ребенка.

Структура занятий выстроена таким образом, что в ходе деятельности детей развивается мелкая и крупная моторика, основные виды движений, разные группы мышц и физические качества.

Методы обучения:

1. Информационно – рецептивный.
2. Метод проблемного обучения.
3. Метод регламентирующих упражнений.
4. Метод круговой тренировки.
5. Игровой.
6. Соревновательный.

Методы исследования:

1. Анкетирование родителей
2. Диагностика детей
3. Мониторинг
4. Анализ заболеваемости детей.

Приемы обучения:

1. Создание мотивации
2. Создание проблемной ситуации
3. Схема или предметная наглядность
4. Показ
5. Игровая ситуация
6. Пояснение, объяснение
7. Побуждение
8. Дозировка

Рекомендации по проведению занятий:

1. Занятия должны проходить на высоком профессиональном уровне с хорошим обучающим эффектом.

2. Помещение (спортивный зал) готовится к занятию с учетом педагогических и гигиенических требований.

3. На занятиях дети должны быть в облегченной одежде (шорты, футболка), босиком.

4. Использование ТСО зависит от содержания занятия с детьми.

5. Для снятия мышечного и психологического напряжения в структуре занятий необходимо предусматривать специальные упражнения.

6. Используемый на занятиях спортивный инвентарь, и оборудование должно соответствовать требованиям безопасности.

7. При организации занятий с детьми строго придерживаться требований инструкции по охране жизни и здоровья детей и ПБ.

8. Стиль общения педагога с детьми должен иметь доверительно – диалоговый характер.

9. Следует обеспечить приподнятое эмоциональное состояние на протяжении всего занятия для получения ребенком радости движения.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

Формы аттестации

- мониторинг физических качеств;
- анкетирование родителей;

Формы подведения итогов реализации программы:

- фотовыставки;
- спортивные праздники в ДОУ и городе;
- совместные с родителями спортивные развлечения и досуги;
- день открытых дверей; - отчет педагога.

Совместные мероприятия:

- Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- Спортивный праздник «Карапуз»;
- Спортивный праздник «Спортлэнд»;
- КВН «День спорта» в ДОУ;
- Спортивный праздник совместно со школой «Крепыш»;
- Спортивный досуг с родителями «Сильные, смелые»

Практический выход:

- Фотовыставка;
- День открытых дверей;
- Видео – ряд;
- Отчет руководителя кружка.

Способами подведения итогов работы по программе дополнительного образования являются:

- сравнительный анализ индекса здоровья детей;
- анализ результатов участия в спортивных мероприятиях;
- анкетирование родителей;
- творческий отчет педагога.

Мониторинг для отслеживания результативности

Цель: определить индивидуальные особенности каждого ребёнка и, используя пакет диагностического материала, установить уровень психомоторной одарённости детей.

Результаты, полученные в процессе педагогического контроля, несут в себе объективную и специфическую информацию. В каждом отдельно взятом тесте результат будет значительным, если он систематизирован наравне с другими.

После систематизации результатов приступают к их анализу, на основании которого делаются выводы. Основная задача его - поиск закономерностей, поэтому все случайные факторы должны рассматриваться как неспецифические проявления единичного характера, не влияющие на объективный ход событий.

Изучить объект - получить объективное состояние и характер его изменений - можно с помощью количественного анализа явлений. Для этой цели применяется метод математической статистике

Тест №1

Определение статической координации

Стойка на гимнастической скамейке с закрытыми глазами

Критерии

Высокий уровень — 3 балла: выполнение упражнения в течении 10 с., без колебания стоп и балансирования

Средний уровень — 2 балла: выполнение упражнения в течении 10 с., с колебания стоп и балансирования

Низкий уровень — 1 балл: сохранение позы менее контрольного времени (10с.)

Тест №2

Определение динамической координации

Ходьба по узкой гимнастической скамейки (длина 250 см)

Критерии

Высокий уровень — 3 балла: выполнение упражнения не прерывая, 10 с. Без остановок и удержания равновесия с помощью движений рук и тела

Средний уровень — 2 балла: выполнение упражнения, не превышая 10 с. С остановкой и удержанием

Низкий уровень — 1 балл: превышение контрольного времени (10 с.), с балансированием. Выполняется 3 раза, засчитывается лучший результат.

Тест №3 «Нажми кнопку»

Определение быстрого реагирования

Ребёнку даётся секундомер и предлагается 2 раза очень быстро нажать на кнопку. Фиксируется время остановки секундомера.

Критерии

Высокий уровень — 3 балла: время остановки от 1-2 с Средний уровень — 2 балла: время остановки от 2-5с. Низкий уровень — 1 балл: время остановки более 5 с.

Тест №4

Определение ориентировки в пространстве

Определяется выполнением 3 заданий:

1. Повторить за педагогом, изменяющим направление движения, траекторию его пути;
2. Пройти спортивный зал по диагонали и остановиться в центре;
3. Расставить по кругу на одинаковом расстоянии друг от друга 8 предметов Критерии

Высокий уровень — 3 балла: выполнение 3 заданий без ошибок. Средний уровень — 2 балла: выполнение 2 заданий без ошибок Низкий уровень — 1 балл: не выполнение ни одного задания

Тест №5 «Пройди и запомни»

Определение способности восприятия и запоминания собственного движений

Для теста необходим 5-метровый отрезок, начало и конец которого выделяются яркими линиями. Первое задание: ребёнок проходит отрезок с закрытыми глазами 1 раз, запоминая ощущение каждого шага. В сумме они должны сложиться в чувство расстояния. Идти нужно обычным шагом, свободно и непринужденно. Если последний шаг будет неполным - его нужно запомнить (оба носка должны быть не линии финиша).

Второе задание: пройти расстояние с закрытыми глазами, используя образ - эталон движения, сохранившийся в памяти. Расстояние, которое ребёнок не дошёл до линии (или перешёл), измеряется линейкой. Можно сделать 3 попытки.

Критерии

Высокий уровень — 3 балла: ошибки, не выходящие за пределы зоны + 15 Средний уровень — 2 балла: ошибки, не выходящие за предел зоны + 30 Низкий уровень — 1 балл: ошибки, выходящие за пределы зоны + 30

Тест №6

Определение физической подготовленности

- Прыжки в длину с места (скоростно-силовые качества, координация).
 - Бросание мяча весом 1 кг вдаль (скоростно-силовые качества).
 - Бег на 30м со старта (скоростная выносливость, скорость).
 - Бег на 10 м с хода (скоростные качества).
 - Метание в даль мешочка (150-200г) правой и левой рукой
- После обследования показатели каждого ребёнка результаты заносятся в таблицу.

Средние возрастно-половые значения показателей физической подготовленности детей 5-7 лет

		5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10 м с хода (сек)	мальчики	2,5-2,1	2,4-1,9	2,2-1,8
	девочки	2,7-2,2	2,5-2,0	2,4-1,8
Скорость бега на 30 м со старта (сек)	мальчики	9,2-7,9	8,4-7,6	8,0-7,4
	девочки	9,8-8,3	8,9-7,7	8,7-7,3
Длина прыжка с места (см)	мальчики	81,2-102,4	86,3-108,7	94-122,4
	девочки	66-94	77,7-99,6	80-123
Длина броска правой рукой (м)	мальчики	3,9-5,7	4,4-7,9	6,0-10,0
	девочки	3,0-4,4	3,3-5,4	4,0-6,8
Длина броска левой рукой (м)	мальчики	2,4-4,2	3,3-5,3	4,2-6,8
	девочки	2,5-3,5	3,0-4,7	3,0-5,6
Дальность броска набивного мяча 1 кг из-за головы (см)	мальчики	187-270	221-303	242-360
	девочки	138-221	156-256	193-313
	девочки	14-20	16-30	18-31

Высокий уровень — 3 балла

Средний уровень. — 2 балла

Низкий уровень — 1 балл

Методика проведения

1. Прыжок в длину с места

Обследование проводится на спортивной площадке (со специально оборудованной прыжковой ямой) или в физкультурном зале (при условии наличия мата) в виде игры «Кенгуру». Детям предлагается встать около черты (на краю пропасти) и прыгнуть как можно дальше через пропасть, оттолкнувшись двумя ногами. Кенгурята должны перепрыгнуть это опасное место и вернуться невредимыми к своей маме - кенгуру. В старшей и подготовительной группах можно дополнительно использовать соревновательный приём «Чей прыжок дальше». Место приземления каждого ребёнка (по пяткам) отмечается флажком.

2. Бросок мяча весом 1 кг вдаль

Тест проводится на дорожке длиной не менее 5 м. Ребёнок подходит к контрольной линии и ему предлагается добросить набивной мяч до яркой стойки, игрушки. Бросок выполняется из И.п: ноги врозь, мяч отведён за голову как можно дальше. Результат фиксируется по длине расстояния от линии до места приземления мяча.

3. Бег на 10м с хода.

Обследование проводится на прямой беговой дорожке длиной 20 м в виде соревнования «Кто быстрее». До линии старта и после финиша (дорожка длиной 10м) остаётся по 5 м. Именно эти линии фиксируются во внимании ребёнка как место старта и финиша и отмечаются яркими ориентирами (мелом, финишной лентой или флажком). Таким образом, испытуемый пробегает отрезок длиной 20 м, а секундомером отмечается время пробега только 10-метрового отрезка (в момент

пересечения настоящего старта и финиша). Целесообразно подобрать пары детей, приблизительно равные по уровню физического развития, типу высшей нервной деятельности и организовать между ними соревнование.

4. Бег на 30 метров со старта.

Обследование проводится на прямой дорожке длиной 30 м, шириной 3м. в виде соревнования парами. Ребёнок стартует с высокой стойки от старта и пробегает 30 м до намеченного финиша. Ориентир (ленту, флажки) следует расположить чуть дальше намеченной линии, чтобы дети раньше не снимали скорость бега.

5. Метание в даль мешочка (150-200г) правой и левой рукой

Проводится на участке. Выбирается дорожка, длина которой 15-20 м, ширина 4-5 м; дорожка размечена на метры или 0,5 м флажками. Отмечается начальная черта, к которой встает метаящий ребенок. Для метания берутся мячи (мешочки) весом 150 г для детей средней группы, 200-250 г для детей старшей и подготовительной к школе групп. Инструктор предлагает ребенку встать у черты и бросить мешочек с песком как можно дальше правой и левой рукой способом “из-за спины через плечо”. Ребенок производит три броска каждой рукой, замер осуществляется после каждого броска. Лучший результат записывается в протокол. Для метания правой рукой используются мешочки красного цвета, а для метания левой мешочек зеленого цвета).

**МОНИТОРИНГ ПСИХОМОТОРНОЙ СПОСОБНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Ф.И. ребёнка	Статическая координация	динамическая координация	Быстра реагирования	Ориентировка в пространстве	Способность восприятия и запоминания собственного движений	физическая подготовленность	Средний балл
	Тест №1	Тест № 2	Тест № 3	Тест № 4	Тест № 5	Тест № 6	

Шкала оценки психомоторной способности

Уровни	Тест №1	Тест №2	Тест №3	Тест №4	Тест №5	Тест №6	Средний балл
Высокий	3	3	3	3	3	3	18-13
Средний	2	2	2	2	2	2	12-7
Низкий	1	1	1	1	1	1	6-1

Методические материалы.

Учебно – материальная база программы

Для реализации данной программы необходимо:

Оборудование:

На занятиях с детьми используется спортивный инвентарь и оборудование.

Дидактическое оснащение:

1. Альбомы;
2. Схемы;
3. Таблицы;
4. Наборы физкультурных пособий; 5. Игровые персонажи.

ТСО:

1. Аудиотехника;
2. Аудиокассеты;
3. Фотоаппарат;
4. Видеокамера.

Методическое обеспечение:

1. Перспективное планирование;
2. Тематическое планирование;
3. Методические рекомендации;
4. Памятки;
5. Методическая литература.

Работа по данной программе дополнительного образования детей рассчитана на условия и специфику деятельности в ДОУ инструктора по физической культуре.

Список литературы

1. Под ред. Шебеко В.Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях \ Минск, Университет. 1998г.
2. Под ред. Глазыриной Л.Д. Физическая культура – дошкольникам \ Владос. 2000г.
3. Фролов В.Г. Физические занятия, игры и упражнения \ М.: Просвещение, 1996г.
4. Ермакова З.И. Физическая подготовка детей старшего дошкольного возраста \ М: Просвещение, 1998г.
5. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка \ М: Просвещение, 1983г.
6. Яковлева Л.В., Родина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет \ СПб: Сфера, 2001г.
7. Ермошина А.М., И.В. Беззубцева И.В. В дружбе со спортом \ М: ЛинкаПресс, 2000г.
8. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников \ СПб: Сфера, 2002г.
9. Под ред. Сайкина Е.Г. Танцевально – игровая гимнастика для детей \ СПб: Сфера. 2000г.
10. Под ред. Бабаевой Т.И., Михайловой З.А. Образовательная программа «Детство». \ СПб: Детство – Пресс. 2000г.
11. Шишкина В.А., Мащенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику \ М: Просвещение, 1998г.
12. Федотов М., Данилова Е., Тропп Е. Энциклопедия физической готовности к школе \ Москва, ОЛМА-ПРЕСС Санкт-Петербург: Издательский Дом «Нева», 2003г.

13. Наглядно- дидактическое пособие. Рассказы по картинкам. «Летние виды спорта». Издательство Мозаика-синтез. 2007г.
14. РотенбергРоберт, Детская энциклопедия здоровья: «Расти здоровым» \ Москва, Физкультура и спорт, 1992г.