МБДОУ «Детский сад № 3 «Ручеек»

Программа

 летней оздоровительной работы

 в старшей группе

Составитель:

Теслюк Анна Викторовна, воспитатель.

П. Тура 2021 г.

Пояснительная записка.

 В летний период у детей повышается двигательная активность. Увеличивается время пребывания на свежем воздухе. В связи с этим была разработана физкультурно – оздоровительная программа на летний период.

 Программа разработана с учетом методических рекомендаций по физическому воспитанию дошкольников, Основной образовательной программой ДО «От рождения до школы», ФГОС ДО.

 В данной физкультурно – оздоровительной программе представлены занятия, разработанные на летний период с учетом увеличения времени пребывания детей на свежем воздухе. Физкультурно – оздоровительная программа направлена на:

 • Укрепление физического здоровья детей

• Повышение иммунитета

• Развитие двигательных навыков

• Приучение детей к личной гигиене

Цели. Укрепление физического здоровья детей, повышение сопротивляемости организма; создание условий для формирования у детей дошкольного возраста потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи:

1. Укрепление физического здоровья: - развивать и укреплять костно-мышечную систему организма дошкольника; - формировать правильную осанку, стопу;- стимулировать работу сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма; - приобщать к здоровому образу жизни.

2. Развитие двигательных качеств и умений: - развивать точность и координацию движений; - развивать гибкость, пластичность; - воспитывать выносливость; - развивать умение ориентироваться в пространстве; - обогащать двигательный опыт ребенка.

Формы организации летней физкультурно – оздоровительной программы

* Игры эстафеты
* Подвижные игры
* Закаливающие процедуры
* Физическая культура и утренняя гимнастика на свежем воздухе
* Дыхательная гимнастика
* Гимнастика для глаз
* Дидактические игры
* Чтение художественной литературы
* Заучивание стихов

Летний режим дня МБДОУ «Детский сад №3 «Ручеек»

|  |
| --- |
| 7.30-8.30 Приём детей. Осмотр. Игры. Оздоровительная работа: гимнастика с комплексом ОРУ.  |
| 8.30-9.00 Подготовка к завтраку. Завтрак. Оздоровительная работа: полоскание рта. |
| 8.45-9.45 Самостоятельная деятельность детей, художественно - изобразительная деятельность |
| 9.45-10.00 Второй завтрак  |
| 10.00-11.30 Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика. Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры.  Наблюдения. Оздоровительная работа: бег, хождение босиком  |
| 11.30-11.50 Возвращение с прогулки, водные процедуры: обливание ног. Подготовка к обеду. |
| 12.00-13.00 Обед. Оздоровительная работа: полоскание рта. |
| 13.00-15.00 Подготовка ко сну. Сон. Оздоровительная работа: полоскание рта. |
|  |
| 15.00-15.15 Подъём детей. Оздоровительная программа: гимнастика, босохождение по массажным коврикам |
| 15.15-15.30 Игровая и художественная деятельность детей по интересам, общение |
| 15.30-16.00 Подготовка к полднику. Полдник. |
| 16.00-16.30 Беседы, педагогические ситуации |
| 16.30-18.00 Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Труд детей на участке. Уход домой. |

Перспективный план на лето в старшей группе

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Направление  | Мероприятия  | Содержание  | Сроки проведения |
| ИЮНЬ |
| 1 | Безопасность ребенка | «Ребенок и его здоро­вье» | Рассматривание фотографий и иллюстраций.Беседа «Что такое здоровый образ жизни».Чтение: С. Михалков «Не спать» | Здоровый образ жизни | 1-2 неделя июня |
| 2 | «Ребенок на улице поселка» | Беседы: «Как по улице шагать», «Наши помощники дорожные знаки», «Мы - воспитанные пассажиры». Дидактические игры по желанию детей. Сюжетно-ролевые игры по правилам дорожного движения. | Обобщить знания о правилах дорожного движе­ния | 1-2 неделя июня |
| 3 | «Безопасность ребенка в быту» | Рассматривание иллюстраций.Беседа «Красивые, но ядовитые».Чтение: Я. Тайц «По грибы», загадки.Дидактическая игра «Опасные двойники».Продуктивная деятельность: плакаты «Внимание, опасность!» | Ядовитые расте­ния и грибы.Познакомить с ядовитыми растениями (волчья ягода, мухомор), рассказать, что они опасны для жизни | 3-4 неделя июня |
| 4 | «Ребенок и другие люди» | Беседы: «Один дома», «Гуляю один».Чтение: Е. Васильев и др. «Чтобы не было беды - делайправильно», С. Обоева «Азбука безопасности» | Я и другие люди -закреплять знания о правилах пове­дения с незнако­мыми людьми | 3-4 неделя июня |
| 5 | Социализация детей | «Положитель­ные мораль­ные качества» | Рассказ воспитателя.Рассматривание картин.Чтение произведений художественной литературы.Слушание музыкальных произведений | Воспитыватьуважительноеотношениек культуре другихнародов | 1-2 неделя июня |
| 6 | «Этические представле­ния» | Рассказ воспитателя.Беседа «Кого мы называем „хороший человек"».Чтение: «Поучение Владимира Мономаха» | Закреплять и систематизировать этические представ­ления, подводить к осмыслению поня­тий «интеллигент­ность», «порядоч­ность» | 2-3 неделя июня |
| 7 | Познавательное развитие. | Лето, лето – какого оно цвета? | Беседа: «какое лето»; «Лекарственные растения»; «Крылатые насекомые».Наблюдение на прогулке за растениями, насекомыми, птицами, за облаками (кучевые, перестые, слоистые)Чтение: М. Пришвин «Гаечки», Н. Сладков«Ласточка».Дидактические игры: «мое облако»; «Что растет в лесу?»; «Найди, что опишу». Подвижные игры: «Котята и щенята»; «Птички и кошка»; «Картошка». | - Уточнять и закреплять представления детей об изменениях,  происходящих в природе летом.- Закреплять приметы лета, названия летних месяцев.- Воспитывать бережное отношение к окружающей природе. | 1-2 неделя июня |
| 8 | Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья! | Беседы: «Солнце- большая звезда»; «Каким бывает небо»; «Зачем нужна вода?»; «Что будет, если огород не поливать?».Наблюдение: солнечные зайчики, радуга, лужами, грозой,Дождем, небом.Сравнение: чем отличается дождь от грозы, чем отличается утреннее, дневное и вечернее небо, небо в солнечную и пасмурную погоду.Чтение: И. Бунин «После дождя»,И. Соколов-Микитов «Дождь», «Радуга»,И. Токмакова «Кораблик». Дидактические игры:«похож- не похож»; «Добавь слог»; «Летает- не летает»; «Добрые слова».Подвижные игры: «Мышеловка»; «лиса в курятнике»; «Гуси-лебеди». | - Формировать систему представлений о солнце, о его влиянии на живую и неживую природу, продолжительность дня и ночи, особенности осадков в разное время года.- Закрепить знания о вреде и пользе прямых солнечных лучей.- Закреплять представления о том, что воздух – это среда обитания живых существ. Он помогает многим животным летать и планировать, а растениям – рассеивать семена.- Формировать знание детей о значении воды в жизни человека; знания о необходимости воды для обеспечения здоровья человека.- Дать представления о том, что на глобусе вода обозначена голубым цветом. На земном шаре воды больше, чем суши. Это моря и океаны.- Воспитывать бережное отношение к воде.  | 3-4 неделя июня |
| 9 | Художественно- эстетическая деятельность. | РисованиеЛепка  | «Веселое лето» (коллективное)«Вылепи что хочешь» | Рисование простых сюжетов с передачей движений, взаимодействий и отношений между персонажами.Развивать умение самостоятельно задумывать содержание работы и доводить замысел до конца, используя разнообразные приемы лепки. | 1-2 неделя июня |
| 10 | РИСОВАНИЕАППЛИКАЦИЯ | «Я рисую море…»«Стайка дельфинов» | Создание образа моря различными нетрадиционными техниками: экспериментирование с разными художественными материалами и инструментами.Самостоятельное творческое отражение представлений о морских животных разными изобразительно-выразительными средствами (симметричные силуэты). | 3-4 неделя июня  |
| 11 | Физическое развитие | Строевые упражнения | Перестроение в три колонны, построение в круг,  | - продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями; - приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спор­тивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование.– развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);– накопление и обогащение двигательного опыта детей.  | Июнь |
| Ходьба, бег. | Ходьба в колонне по одному.Бег врассыпную. Бег на скорость: (30 м примерно 7,5-8,5 секунды). Обычная ходьба.Бег на скорость (30 м примерно 7,5-8,5секунды). | Июнь |
| Равновесие  | Ходьба по гимнастической скамейке (с приседанием посередине). Ходьба по узкой доске,Ходьба по наклонной доске.  | Июнь |
| Прыжки  | Прыжки через скакалку.Прыжки в длину с разбега Прыжки в длину с места. | июнь |
| 12 | Работа с родителями | Консультация для родителей «Здравствуй, лето». | Консультация | * Распространение   педагогических знаний среди родителей, теоретическая помощь родителям в вопросах воспитания детей.
* Обогащение педагогических знаний родителей о перегревании и о солнечных ваннах.
 | 1-2 неделя июня |
| 13 |  | Консультация для родителей «Страх воды у детей». | Консультация | 1-2 неделя июня |
| 14 |  | 1. Индивидуальные беседы с родителями. Тема: «Головной убор» (о необходимости головного убора летом).
 | беседа | 3-4 неделя июня |
| 15 |  | Консультация для родителей «Перегревание. Солнечные ожоги». | консультация | 3-4 неделя июня |
| ИЮЛЬ |
| 16 | Безопасность ребенка | «Ребенок и его здоро­вье» | Беседы: «Чистота и здоровье».Дидактические игры: «Туалетные принадлежности», «Правила гигиены».Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника». Чтение: Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо». Просмотр мультфильма по сказке К. Чуковского «Мойдодыр».  | Чтобы быть здоровым, надо быть чистым | 1-2 неделя июля |
| 17 | «Ребенок на улице» | Целевая прогулка по улице, к пешеходному переходу. Беседа «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать». Обсуждение опасных ситуаций.Чтение: Б. Житков «Что я видел», Н. Сорокин «Переход», В. Семернин «Запрещается - разрешается», загадки о транспорте, правилах дорожного движения. Дидактические игры: настольно-печатные игры типа «Гусек» по правилам дорожного движения. Сюжетно-ролевая игра «Водители и пешеходы». Продуктивная деятельность: коллективная работа «Машины на нашей улице» | Правила дорож­ного движения, безопасный маршрут от дома до детского сада | 1-2 неделя июля |
| 18 | «Безопасность ребенка в быту» | Рассматривание обстановки групповой комнаты.Беседы: «Если вещи лежат на месте», «Где положишь,там и возьмешь».Дидактические игры: «У нас порядок», «Что где лежит».Продуктивная деятельность: коллективная уборка групповойкомнаты | Порядоки безопасность для ребенка в быту | 3-4 неделя июля |
| 19 | «Ребенок и другие люди» | Беседа «Люди знакомые и незнакомые»,  | Правила поведе­ния с незнакомы­ми людьми | 3-4 неделя июля |
| 20 | Социализация детей | «Культура поведения» | Рассматривание Красной книги. Рассказ воспитателя.Чтение: П. Воронько «Березка», С. Николаева «Экскурсия в весенний лес», В. Сухомлинский «Почему плачет синичка?», «Стыдно перед соловушкой», Я. Райнис «Дедушка и яблонька», Р. Тимерлин «Где лежало „спасибо"?», Э. Шим «Жук на ниточке». Экологические акции: «Наш поселок должен быть чистым», «Памятка выезжающим на природу» | Продолжать формировать навыки культуры поведения на природе | 1-2 неделя июля |
| 21 | «Этические представле­ния» | Беседа «Труд человека кормит, а лень портит». Чтение: В. Зайцев «Я одеться сам могу», Б. Заходер «Портниха», М. Ивенсон «Всегда найдется дело для умелых рук», Д. Лукич «Четыре девочки», В. Сухомлинский «Блестящие ботинки», Б. Шергин «Одно дело делаешь, другого не порть», «Длинная нитка - ленивая швея» | Закреплятьпредставленияо трудолюбии и лени | 3-4 неделя июля |
| 22 | Познавательное развитие | «Опасности вокруг нас»«Где мы живем?» | Беседа: «Опасные предметы»;«Что делать, если кому-то нужна помощь».Закреплять знания о съедобных и ядовитых грибах.Рассматривание иллюстраций зданий разного назначения,фотографий зданий ближайшего окружения.Беседы: «Наша улица», «Дома бывают разные».Дидактические игры и упражнения: «Я живу на улице...»,«Мой адрес...»,«Кто знает, пусть продолжит», «Что будет, если…».Подвижные игры: «Самолет»«Медведь и пчелы»«Кто скорее до флажка» | - Продолжать учить элементарным основам безопасности жизнедеятельности на улице, дома и на природе.- Закреплять умение в случае необходимости набирать телефонный номер пожарной службы, милиции и «скорой помощи».- Улица, на которой я живу, домашний адрес.- Здания разного назначения: жилые дома, школа, библио­тека, парикмахер­ская, поликлиника, больница, аптека, банк, магазин. Что есть в городе для детей | 1-2 неделя июля |
| 23 | «Что у нас под ногами?» | Отметить изменения в цветнике, закреплять знания названий, основных стадий развития и правил ухода.Дидактические игры: «Назови три предмета», «Третий лишний» (растения), «Вершки - корешки»Подвижные игры: «Звуковая цепочка»«Волк»«Сороконожка».Наблюдение за: тенью; ветром;Почвой; теми, кто обитает на дереве.Рассматривание: крапивы; одуванчиков; березы. | - Закреплять представление детей о том, что те места, где нет асфальта, где растут цветы, деревья, трава называются живой землей, т.е. почвой.- Расширять представления о составе и свойствах почвы. | 3 неделя июля |
| 24 | «Живые витаминки» | Беседы: «Ягоды лесные и садовые»,«Грибникам на заметку».Чтение: В. Брюсов «Венок из васильков»,Л. Воронкова «Медок и Холодок»,Дидактические игры на закреплениезнаний о ягодах и грибах. Подвижные игры: «Горелки»«Ловишки»«Караси и щука» | - Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов.- Расширять представление о пользе других растений, богатых витаминами: А,С,В.- Формировать навыки здорового образа жизни. | 4 неделя июля |
| 25 | Художественно- эстетическое развитие | РИСОВАНИЕ | «Придумай знак по правиламПоведения в лесу» | Самостоятельное и творческое отражение представлений о правилах поведения на природе, об опасности костров для окружающей среды и для собственного здоровья разными изобразительно-выразительными средствами. | 1-2 неделя июля |
| 26 | АППЛИКАЦИЯ | «Разноцветный светофорик» | Освоение скульптурного способа лепки; развитие чувства формы и пропорции. Закрепление знаний правил дорожного движения. |
| 27 | ЛЕПКА | «Муравьишки в муравейнике» (папье-маше) | Знакомство с новой техникой папье-маше (лепкой из бумажной массы); развитие мелкой моторики. |
| 28 | АППЛИКАЦИЯ | «Нарядные бабочки» | Вырезание силуэтов бабочек из бумажных квадратов или прямоугольников, сложенных пополам, и оформление по своему желанию. | 3-4 неделя июля |
| 29 | РИСОВАНИЕ | «Загадки с грядки» | Рисование овощей по их описанию в загадках и шуточном стихотворении; развитие воображения. |
| 30 | ЛЕПКА | «Витаминный натюрморт» | Лепка фруктов и ягод из соленого теста; создание объемных композиций; знакомство с натюрмортом. |
| 31 | Физическое развитие | Строевые упражнения | Построение в колонну по одному. Перестроение в колонну по два. Равнение в затылок. Перестроение в колонну по три.  | - продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями; - приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спор¬тивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование.– развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);– накопление и обогащение двигательного опыта детей. | Июль |
| 32 |  | Ходьба. Бег. | Ходьба в колонне по двое.Ходьба с высоким подниманием бедра. Ходьба с перекатом с пятки на носок.Челночный бег.Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег мелким и широким шагом.  | Июль |
| 33 |  | Равновесие | Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов. Ходьба по наклонной доске боком. Кружение парами, держась за руки.  | Июль |
| 34 |  | Прыжки | Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся). Прыжки через скакалку с вращением ее вперед, назад.  | Июль  |
| 35 | Работа с родителями | «Витаминная корзина». |  Консультация для родителей  | * Реализация единого воспитательного подхода при обучении ребенка правилам безопасности в детском саду и дома.
* Привлечение внимания родителей к вопросам о витаминах, о правильном их употреблении.
 | 1-2 неделя июля |
| 36 |  «Использование природных факторов для закаливания детей летом». | Индивидуальные беседы с родителями. | 3-4 неделя июля |
| АВГУСТ |
| 37 | Безопасность ребенка | «Ребенок и его здоро­вье» | Беседы: «Если хочешь быть здоров», «Как сберечь своездоровье», «Здоровье - главное богатство».Продуктивная деятельность: плакаты о здоровом образе жизни. | Здоровье - глав­ная ценность человеческой жизни | 1-2 неделя августа |
| 38 | «Ребенок на улице» | Рассматривание иллюстраций.Беседы: «Играем во дворе», «И во дворе ездят машины». | Правила поведения во время игр во дворе | 1-2 неделя августа |
| 39 | «Безопасность ребенка в быту» | Беседы: «Правила поведения на воде», «Не зная брода, не cyйся в воду». | Безопасное купа­ние | 3-4 неделя августа |
| 40 | «Ребенок и другие люди» | Беседа «Гуляй, да присматривай». Обыгрывание и обсуждение ситуаций.Беседы: «Все начинается со слова „здравствуй"», «Всегда будь вежлив», «С кем и как можно поздороваться и попрощаться». Чтение: К. Дольто-Толич «Вежливо - невежливо», О. Дриз «Добрые слова», Э. Котляр «Елизавета», В. Масс, В. Осеева «Волшебное слово», Г. Сапгир «Самые слова», В. Солоухин «Здравствуйте!». Игровые упражнения: «Кто первым поздоровается», «До сви­дания, милое создание».  | Как себя вести, если ты гуляешь один.Закреплять формулы словесной вежливо­сти (здравствуйте, до свидания, спаси­бо, пожалуйста, изви­ните) | 3-4 неделя августа |
| 41 | Познавательное развитие | Наш семейный альбом. | Рассматривание картин из серии «Моя семья», семейныхфотографий.Беседа «У нас дружная семья».Чтение: Р. Гамзатов «Мой дедушка», П. Мулин «У нас рабочаясемья», Ю. Яковлев «Мама».Продуктивная деятельность «Подарки любимым»Дидактические игры: «Что за чем», «Стук да стук, найди слово, милый друг», «Найди себе пару», «Кто больше вспомнит»Подвижные игры: «Не намочи ног»,«Сороконожка», «Лягушки» | - Формировать представление о составе семьи.- Учить называть имена и отчества членов семьи, место работы родителей, иметь элементарные представления о профессии родителей.- Совершенствовать умение составлять небольшой рассказ о семье.- Воспитывать любовь, уважение и желание проявлять заботу о родных и близких. | 1-2 неделя августа |
| 42 |  | Скоро осень! | Беседа «Погода летом» (по календарюпогоды).Чтение: К. Ушинский «Четыре желания».Дидактическая игра «Когда это бывает», «Цветы». Подвижные игры: «Котята и щенята»«Найди камешек»«Песенка стрекозы»«Найди себе пару»Беседы: «Сбор урожая», «Что изменилось на огороде и в цветнике».Наблюдения:- за мухами;- поведением птиц;- улиткой;- паучками на клумбе;Рассматривание:- травы;- цветов на клумбе;- растений на огороде;- семян растений.  | - Систематизировать знания о временах года -Отметить изменение высоты солнца,уменьшение светового дня.- Отметить, что птицы собираются в стаи, часто садятся на рябины- Отметить, что зелень растений тускнеет, появляются засохшие листья. | 3-4 неделя августа |
| 43 | Художественно- эстетическое развитие | РИСОВАНИЕ | «Моя семья» | Отражение в рисунке личных впечатлений о жизни и традициях своей семьи. Развитие творческого воображения. | 1-2 неделя августа |
| 44 | ЛЕПКА | «Дружные ребята» | Составление коллективной композиции; расширение изобразительных и смысловых возможностей ленточной аппликации. |
| 45 | РИСОВАНИЕ | «Веселый клоун» | Рисование выразительной фигуры человека в контрастном костюме – в движении и с передачей мимики (улыбка, смех). | 3-4 неделя августа |
| 46 | ЛЕПКА | «Сказочные человечки» | Лепка фигуры человека разной формы: девочка из конуса, мальчик из цилиндра; передача несложных движений. |
| 47 | АППЛИКАЦИЯ | «Цветные ладошки» | Вырезание по нарисованному контуру (кисть руки); составление образов и композиций; «расшифровка» смыслов. Развитие воображения. |
| 48 | Физическое развитие | Строевые упражнения | Повороты направо, налево, кругом. Равнение в затылок. Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны.  | - продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями;- приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование.– развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);– накопление и обогащение двигательного опыта детей. |  |
| 49 | Ходьба. Бег. | Ходьба обычная. Непрерывный бег в среднем темпе Ходьба в колонне по трое. Бег с высоким подниманием бедра. Ходьба приставным шагом вправо и влево.Ходьба в колонне по трое.Бег врассыпную.  |  |
| 50 | Равновесие | Ходьба по наклонной доске на носочках. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком песка на голове. Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине.  |  |
| 51 | Прыжки | Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь).Прыжки через скакалку. Прыжки с высоты (30 см) в обозначенное место.  |  |
| 52 | Лазание | Пролезание в обруч разными способами. Лазание по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.  |  |
| 53 | Работа с родителями |  «Я сам». | Консультация для родителей  | * Ознакомление родителей с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в летний период.
* Активизация педагогических знаний родителей.

Активизация включенности родителей в работу детского сада. Развитие позитивных взаимоотношений родителей и работников ДОУ.  |  |
| 54 |  |  «Папа, мама, я – очень дружная семья». | 1. Фотовыставка
 |  |  |
| 55 |  |  «Лето и безопасность ваших детей». | Консультация для родителей  |  |  |
| 56 |  |  «Возможные формы совместного отдыха родителей и детей». | Индивидуальные беседы с родителями. |  |  |

Сетка занятий

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| Чтение художественной литературы | Лепка | Ознакомление с окружающей природой | ИЗО | Познавательное развитие |
| ИЗО | Чтение художественной литературы  | Физическое развитие | Чтение художественной литературы | Безопасность ребенка |

Список литературы :

Бондаренко А.К. Дидактические игры в детском саду: Пособие для воспитателя дет.сада.- М.: Просвещение, 1985. – 176 с., ил.

Е.А Алябьева «Нескучная гимнастика» ООО «ТЦ Сфера», 2014г.

Е. И. Подольская «Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет», «Волгоград», 2010.

А. А. Столяр « Давайте поиграем», М., «Просвещение», 1991.

Л. С. Журавлёва «Солнечная тропинка. Занятия по экологии и ознакомлению с окружающим миром»,

Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» старшая группа.