

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
« Детский сад общеразвивающего вида № 183 «Рябинка»*

Паспорт

Познавательный-исследовательский, творческий,
долгосрочный проект

для старшего дошкольного возраста
на тему **«Здоровье – это здорово!»**

Подготовила:

Зимарина Н.В. воспитатель

1 категории

Краснодар - 2015

Проект «Здоровье – это здорово!» - старший дошкольный возраст.

Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его,
Здоровье не купишь, никто не продаст,
Его берегите, как сердце, как глаз.
Ж. Жаббаев.

Тип проекта: познавательный-исследовательский, творческий; ребенок и здоровье; фронтальный; долгосрочный

Участники проекта: дети старшей группы №5, воспитатели группы №5, родители.

Срок реализации: 21.09.2015г. - 11.12.2015г.

Проблема:

- ❖ Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания.
- ❖ Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска)

Актуальность:

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Одна из основных задач ФГОС ДО - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневной двигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения.

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями

Быть здоровым - естественное желание каждого человека. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте. Важно с самого детства формировать у человека здоровый образ жизни. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

[Здоровье](#) является естественной, абсолютной ценностью. Это основа жизни человека, необходимое условие полноты реализации человеком своих

жизненных смыслов. Актуальность проблемы значительно обостряется и тем, что многочисленные статистические данные констатируют негативные тенденции в ухудшении здоровья детей.

Цель проекта: создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни.

Задачи проекта:

Обучающие:

- ❖ Формирование знаний об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем;
- ❖ Формирование потребности в физических упражнениях и подвижных играх; поддерживание интереса к занятиям спортом;
- ❖ Формирование знаний об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем;

Развивающие:

- ❖ Развитие познавательных способностей, творческого воображения, коммуникативных навыков.
- ❖ Расширение знаний детей о здоровье как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания.

Воспитательные:

- ❖ Воспитание у детей самоуважения, чувство социальной значимости, самоутверждения в своей неповторимости, индивидуальности в глазах сверстников и взрослых;
- ❖ Воспитание у всех участников проекта активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции;
- ❖ Привлечение родителей, социум к активному участию в воспитательном процессе по формированию здорового образа жизни детей;

Ожидаемые результаты по проекту:

- ❖ организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;
- ❖ снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
- ❖ сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ повышение компетентности родителей в области здоровья и

здоровьясбережения.

Особенности реализации проекта:

Образовательная деятельность проводилась с учётом возрастных особенностей и психофизического состояния детей.

Методы и формы реализации проекта:

Методы:

- ❖ Наглядно-действенный
- ❖ Практический
- ❖ Словесно-образный

Формы реализации проекта:

- ❖ Дидактические и словесные игры
- ❖ Подвижные игры
- ❖ Пальчиковые игры
- ❖ Сюжетно-ролевые игры
- ❖ Продуктивная деятельность
- ❖ Чтение художественной литературы
- ❖ Работа с родителями

Этапы реализации:

Этап 1- подготовительный этап (21.09.2015г.- 09.10.2015г.) :

- ❖ составление перспективного плана работы по проведению проекта;
- ❖ подбор литературы, фотографий, иллюстраций, презентаций, стихотворений, рассказов, загадок;
- ❖ создание в группе соответствующей предметно-развивающей среды;
- ❖ привлечение родителей для оказания разнообразной помощи педагогу.

Этап 2-основной этап (09.10.2015г.-03.12.2015г.) :

Дидактические и словесные игры:

- «Чудесный мешочек»
- «Мой день»
- «Мой режим»
- «Что кому принадлежит»
- «Спортивные игры»
- «Спортлото»

- «Спорт зимой и летом»
- «Спортивная угадайка»
- «Что к чему»
- «Собери символ»
- «Спортивная четверка»
- «Загадай – отгадай»
- «Найди отличия»
- «Что я знаю о спорте»
- «Полезное – вредное»
- «Витаминный бильярд»
- «Поварята»
- «Где растёт каша»
- «Во фруктовом царстве, овощном государстве»
- «Витаминный домик»
- «Витаминные друзья»
- «Четвёртый лишний»

Сюжетно-ролевые игры:

- «Мы спортсмены»
- «Поликлиника»
- «Больница»
- «Аптека»
- «Овощной магазин»
- «Скорая помощь»
- «Спортзал»

Подвижные игры:

- «С кочки на кочку»
- «Медведи и пчелы»
- «Бросай – лови»
- «Догони пару»
- «Кошки и мышки»
- «Через ручеек»

Пальчиковые игры:

- «Весёлый человечек»
- «Девочки и мальчики»
- «Грибы»
- «Огород»
- «Овощи»
- «Друзья – садоводы»
- «Яблонька»
- «Спортсмены»
- «Зимние забавы»
- «Прогулка»

- «Салат»
- «Солнышко, солнышко!»

Од познавательного цикла:

- «Личная гигиена дошкольника»
- «Что нужно делать, чтобы быть здоровым»
- «Что такое микробы»
- «Здоровое питание – здоровая жизнь»
- «Когда овощи могут помочь, а когда могут навредить нашему здоровью?»
- «Помоги себе сам и своему другу»
- «Где прячется здоровье?»
- «Здоровое сердце»
- Интерактивная энциклопедия «Мое тело». «Как устроено тело». «Я и мой день». «Какой я интересный». «Я снаружи и внутри»

Экспериментальная деятельность:

- «Значение воздуха для организма»
- «Значение органов чувств для человека» (глаза, нос, уши, рот)
- «Значение кожи в жизни человека»
- «Кровеносная и дыхательная системы»

Беседы:

- «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»
- «Личная гигиена»
- «Полезные продукты»
- «Виды спорта»
- «Если хочешь быть здоров, закаляйся»
- «Где живут витамины»
- «Люди с ограниченными возможностями»
- «Спортивная олимпиада»
- «Как стать здоровым»
- «Знакомимся со своим организмом»
- «Здоровье – главная ценность человеческой жизни»
- «Мои помощники»
- «Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья»
- «Олимпийские игры»
- «Полезная пища»
- «Режим дня дошкольника»
- «Зачем человеку сон»

Чтение художественной литературы:

- Прокофьева С.Л. «Румяные щечки»
- Анпилов А. «Зубки заболели»
- Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр»

- Горн Г. «Энциклопедия здоровья в сказках и рассказах для самых маленьких»
- «Гномы и режим дня»(Беляева Светлана)
- «Побудка» (П. Мазикин.)
- «Наши полотенца» (Н. Найденова)
- «Прощай, подушка», «Зарядка» (П. Синявский)
- «Завтрак», «Занятия», «Прогулка», «Тихий час», «Домой!» (М. Сенина)
- Правила поведения для воспитанных детей в детском саду.
(Г.П. Шалаева, О.М. Журавлева, О.Г. Сазанова)
- Стихи о спорте В. Пахомова, Е. Мельниковой, Г. Дядиной, Т. Варламовой, Н. Лубянку, О.Высотской и др.
- Стихи о здоровом питании К. Луцис
- Стихи о здоровом образе жизни.
- Инсценировка «Не болейте никогда, ешьте овощи всегда!»
- Пословицы и поговорки о здоровье, загадки.

Продуктивная деятельность:

Лепка:

- ❖ «Дети на прогулке»
- ❖ «Овощи, фрукты» (из соленого теста)
- ❖ «Корзина полезных продуктов»
- ❖ «Лепка человека»

Аппликация:

- ❖ «Туалетные принадлежности». (По мотивам стихов К. Чуковского «Мойдодыр»)
- ❖ «Заготовка овощей на зиму»
- ❖ «Зайкин огород»
- ❖ «Спортивный магазин »

Рисование:

- ❖ «Дети делают зарядку»
- ❖ «На яблоне поспели яблоки»
- ❖ Раскрашивание полезных продуктов
- ❖ Рисование пластилином «Светит солнце, дождь идет на земле трава растет»

Конструирование:

- ❖ «Спортивная площадка во дворе»
- ❖ «Лесная спортивная школа»
- ❖ «Больница для зверюшек»
- ❖ «Стадион»

Работа с родителями:

Консультация для родителей:

- ❖ «Как укрепить иммунитет ребенка»
- ❖ «Закаливание в домашних условиях»
- ❖ «Дыхательная гимнастика игрового характера для детей 5-6 лет»
- ❖ «Как приучить ребенка к чистоплотности»

Памятки и буклеты для родителей:

- ❖ Буклет «Какие пищевые продукты помогают стать закалённым?»
- ❖ Памятка «Организация здорового ритма жизни и двигательной активности детей»
- ❖ Памятка «Семь родительских заблуждений о морозной погоде».

Выставки:

- ❖ стенгазет «Здоровье -это здорово»
- ❖ рисунков родителей и детей «Здоровье -это здорово»

Семинар-практикум для родителей с детьми:

- ❖ «Умный ребенок – здоровый ребенок»,
- ❖ «Здоровому все здорово!»

Интеллектуальная игра с родителями:

«Наши верные друзья - полезные привычки».

Мастер-класс для родителей:

« Комплекс физических упражнений для исправления осанки»

Спортивное развлечение с родителями:

«Мама, папа, я – спортивная семья»

Круглый стол:

«Валеологическое воспитание дошкольников»

Дата	Работа с детьми	Работа с родителями	Совершенствование предметно-развивающей

			среды
12.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Чудесный мешочек» ➤ С/р игра «Мы спортсмены» ➤ Пал/игра «Веселый человечек» ➤ Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» ➤ Чтение художественной литературы Прокофьева С.Л. «Румяные щечки» 	Консультация для родителей «Как укрепить иммунитет ребенка» 13.10.15.	Картотека дид.игр Картотека с/р игр Картотека пал/игр Плакаты, иллюстрации
14.10.15.	Аппликация «Туалетные принадлежности». (По мотивам стихов К. Чуковского «Мойдодыр») П/И «Скочки на кочку» Беседа «Личная гигиена» Чтение художественной литературы А.Анпилов «Зубки заболели»	Семинар-практикум «Умный ребенок – здоровый ребенок» 15.10.15.	Цветная бумага, клей, ножницы Картотека п/и Плакаты, иллюстрации
16.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Мой день» ➤ Пал/игра «Девочки и мальчики» ➤ ОД (познав.разв) «Личная гигиена дошкольника» ➤ Беседа «Полезные продукты» ➤ Чтение художественной литературы Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр» 		Картотека дид.игр Картотека пал/игр Конспект ОД Плакаты, иллюстрации
19.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ С/р.игра «Поликлиника» ➤ ОД (познав.разв) «Что нужно делать, чтобы быть 	Консультация для родителей «Закаливание в домашних условиях»	Картотека с/р игр Конспект ОД

	<p>здоровым»</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Виды спорта» ➤ Чтение художественной литературы Горн Г. «Энциклопедия здоровья в сказках и рассказах для самых маленьких» 	20.10.15.	Плакаты, иллюстрации
21.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисование «Дети делают зарядку» ➤ Дид/и «Мой режим» ➤ Пал/игра «Грибы» ➤ Экспериментальная деятельность «Значение воздуха для организма» 	<p>Памятка «Организация здорового ритма жизни и двигательной активности детей»</p> <p>22.10.15.</p>	<p>Цветные карандаши</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p>
23.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лепка «Дети на прогулке» ➤ Дид/и «Четвертый лишний» ➤ ОД (познав.разв) «Что такое микробы» ➤ Беседа «Если хочешь быть здоров, закаляйся» ➤ Чтение художественной литературы «Гномы и режим дня» С.Беляева 		<p>Доска для лепки,стеки,пластилин,салфетки.</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Конспект ОД</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>
26.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Что кому принадлежит» ➤ С/р игра «Больница» ➤ П/И «Медведи и пчелы» ➤ Пал/игра «Огород» ➤ «Беседа «Где живут витамины» ➤ Чтение художественной литературы «Побудка» П. Мазикин 	<p>Круглый стол «Валеологическое воспитание дошкольников»</p> <p>27.10.15.</p>	<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека с/р игр</p> <p>Картотека п/и</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>
28.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Аппликация «Зайкин огород» 	Консультация для родителей	Цветная бумага

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Спортивные игры» ➤ ОД (познав.разв) «Здоровое питание-здоровая жизнь» ➤ Беседа «Люди с ограниченными возможностями» ➤ Чтение художественной литературы «Наши полотенца» Н. Найденова 	«Дыхательная гимнастика игрового характера для детей 5-6 лет» 29.10.15	<p>Картотека дид.игр</p> <p>Конспект ОД</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>
30.10.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Витаминные друзья» ➤ С/р.игра «Аптека» ➤ Пал/игра «Овощи» ➤ Экспериментальная деятельность «Значение органов чувств для человека» (глаза,нос, уши,рот) 		<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека с/р игр</p> <p>Картотека пал/игр</p>
02.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисование «На яблоне поспели яблоки» ➤ Дид/и «Спортлото» ➤ ОД (познав.разв) «Когда овощи могут помочь, а когда могут навредить нашему здоровью» 	Буклет «Какие пищевые продукты помогают стать закалённым?» 03.11.15.	<p>Акварельные краски</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Конспект ОД</p>
05.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Конструирование «Спортивная площадка во дворе» ➤ Дид/и «Витаминный домик» ➤ Пал/игра «Друзья-садоводы» ➤ Беседа «Спортивная олимпиада» ➤ Чтение художественной литературы «Прощай, подушка» П. Синявский 		<p>Конструктор</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>

06.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лепка «Овощи, фрукты» (из соленого теста) ➤ Дид/и «Спорт зимой и летом» ➤ П/И «Бросай лови» ➤ ОД (познав.разв) «Помоги себе сам и своему другу» ➤ Беседа «Как стать здоровым» ➤ Чтение художественной литературы «Зарядка» ➤ П. Синявский 		<p>Соленое тесто</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека п/и</p> <p>Конспект ОД</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>
09.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Аппликация «Спортивный магазин» ➤ Дид/и «Во фруктовом царстве, овощном государстве» ➤ Пал/игра «Яблонька» ➤ Беседа «Знакомимся со своим организмом» ➤ Чтение художественной литературы «Завтрак» М. Сенина 	<p>Интеллектуальная игра с родителями «Наши верные друзья - полезные привычки» 10.11.15.</p>	<p>Цветная бумага</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Плакаты, энциклопедия</p>
11.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Спортивная угадайка» ➤ С/р.игра «Овощной магазин» ➤ ОД (познав.разв) «Где прячется здоровье?» 	<p>Консультация для родителей «Как приучить ребенка к чистоплотности» 12.10.15.</p>	<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека с/р игр</p> <p>Конспект ОД</p>
13.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Где растет каша» ➤ Пал/игра «Спортсмены» ➤ Интерактивная энциклопедия «Мое тело» ➤ Беседа «Здоровье – главная ценность человеческой 		<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Интерактивная доска, USB</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>

	<p>жизни»</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Чтение художественной литературы «Занятия» М.Сенина 		
16.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Конструирование «Лесная спортивная школа» ➤ Дид/и «Что к чему» ➤ ОД (познав.разв) «Здоровое сердце» ➤ Беседа «Мои помощники» ➤ Чтение художественной литературы «Прогулка» М. Сенина 		<p>Конструктор деревянный</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Конспект ОД</p>
18.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Раскрашивание полезных продуктов ➤ Дид/и «Поварята» ➤ П/И «Догони пару» ➤ Пал/игра «Прогулка» ➤ Беседа «Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья» ➤ Чтение художественной литературы «Тихий час» М.Сенина 	<p>Семинар-практикум «Здоровому все здорово!» 19.11.15.</p>	<p>Раскраски</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека п/и</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p>
20.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лепка «Корзина полезных продуктов» ➤ Дид/и «Собери символы» ➤ Интерактивная энциклопедия «Я и мой день» ➤ Беседа «Олимпийские игры» ➤ Чтение художественной литературы «Домой» М.Сенин 		<p>Восковой пластилин</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Интерактивная доска, USB</p> <p>Атрибуты олимпийских игр</p>

23.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Аппликация «Заготовка овощей на зиму» ➤ Дид/и «Витаминный бильярд» ➤ Пал/игра «Салат» ➤ Экспериментальная дея-ть «Значение кожи в жизни человека» ➤ Беседа «Полезная пища» ➤ Чтение художественной литературы «Правила поведения для воспитанных детей в детском саду» Г.Шалаева 	Памятка «Семь родительских заблуждений о морозной погоде». 24.11.15.	<p>Цветная бумага</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Плакаты, иллюстрации, муляжи</p>
25.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Конструирование «Больница для зверюшек» ➤ Дид/и «Спортивная четверка» ➤ Интерактивная энциклопедия «Как устроено тело» ➤ Беседа «Режим дня дошкольников» ➤ Стихи о спорте В.Пахомова 		<p>Конструктор</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Интерактивная доска, USB</p> <p>Плакаты, иллюстрации</p> <p>Сборник стихов</p>
27.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Рисование пластилином «Светит солнце, дождь идет на земле трава растет» ➤ Дид/и «Полезное – вредное» ➤ Пал/игра «Солнышко, солнышко» ➤ Беседа «Зачем человеку сон» ➤ Стихи о спорте Е.Мельниковой 		<p>Восковой пластилин</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека пал/игр</p>

30.11.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Дид/и «Загадай отгадай» ➤ С/р.игра «Скорая помощь» ➤ П/И «Кошки мышки» ➤ Интерактивная энциклопедия «Какой я интересный» ➤ Экспериментальная дея-ть «Кровеносная и дыхательная системы» ➤ Стихи о здоровом питании К.Луцис 	<p>Мастер-класс «Комплекс физических упражнений для исправления осанки» 01.12.15.</p>	<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека с/р игр</p> <p>Картотека п/и</p> <p>Интерактивная доска, USB</p> <p>Сборник стихов</p>
02.12.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Конструирование «Стадион» ➤ Дид/и «Найди отличия» ➤ П/И «Через ручеек» ➤ Интерактивная энциклопедия « Я снаружи и внутри» ➤ Инсценировка «Не болейте никогда,ешьте овощи всегда!» 		<p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека п/и</p> <p>Интерактивная доска, USB</p>
04.12.15.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ «Лепка человека» ➤ Дид/и «Что я знаю о спорте» ➤ С/р.игра «Спортзал» ➤ Пал/игра «Зимние забавы» ➤ Пословицы и поговорки о здоровье, загадки 		<p>Пластилин</p> <p>Картотека дид.игр</p> <p>Картотека с/р игр</p> <p>Картотека пал/игр</p> <p>Картотека пословиц, поговорок,загадок</p>

Этап 3 - заключительный этап (04.12.2015г.-11.12.2015г.)

- ❖ Презентация «Я расту здоровым» **04.12.2015г.**
- ❖ Выставка стенгазет родителей «Здоровье – это здорово» **07.12.2015г.**
- ❖ Выставка рисунков родителей и детей «Здоровье – это здорово» **09.12.2015г.**
- ❖ Спортивное развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья» **11.12.2015г.**

Результат проекта:

В ходе реализации данного проекта дети получили первичные представления о составляющих здорового образа жизни: правильном питании, необходимости соблюдения правил гигиены. У детей развито осознанное отношение к укреплению и сохранению своего здоровья, они любят спорт, подвижные игры, занятия по физическому развитию.

Родители получили информацию по укреплению здорового образа жизни в семье. Появился интерес к образовательно – воспитательному процессу, желание общаться с педагогами, участвовать в жизни группы.

Считаем, что удалось достигнуть хороших результатов во взаимодействии педагог – родители.

Родители принимали активное участие в реализации проекта, с интересом знакомились с предложенным информационным материалом.

Список использованной литературы:

1. Алябьева, Е.А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения/ Е.А. Алябьева. - Москва, 2009 г.
2. Бочкарева, О.И. Организация деятельности по формированию культурно - гигиенических навыков и этикета./ О.И. Бочкарева.- Волгоград: ИТД

«Корифей» ,2008г.

3. Галанов, А.С. Игры, которые лечат/ А.С.Галанова. - Москва, ТЦ Сфера, 2006 г.

4. Иванова, А.И. «Человек»/ А.И. Иванова. - М.: ТЦ Сфера,2010г

5.Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. / М.Ю. Картушина. – М.: ТЦ Сфера,2009г.

6. Кулик, Г.И. Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека/ Г.И. Кулик, Н.Н. Сергиенко. - Москва. ТЦ Сфера, 2010 г.

7. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье/Т.А. Шорыгина.- Москва. 2010 г

1. Алябьева, Е.А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения/ Е.А. Алябьева. – Москва, 2009 г.

2. Бочкарева , О.И. Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета./ О.И. Бочкарева.- Волгоград : ИТД «Корифей» ,2008г.

3. Галанов, А.С. Игры, которые лечат/ А.С.Галанова. – Москва, ТЦ Сфера, 2006 г.

4. Иванова, А.И. «Человек»/ А.И. Иванова. – М.: ТЦ Сфера,2010г

5. Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. / М.Ю. Картушина. – М.: ТЦ Сфера,2009г.

6. Кулик, Г.И. Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека/ Г.И.Кулик, Н.Н. Сергиенко. – Москва. ТЦ Сфера, 2010 г.

7. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье/Т.А. Шорыгина. – Москва. 2010 г.

8. Л.В. Оловаренко Образовательная область «Физическое развитие» методические рекомендации по организации оздоровительной работы в ДОО в условиях 2014г.

9.Интернет-ресурсы: infourok.ru›beseda-na-temu-kompyuterdrug-ili-vragMyGazeta.com›, ya-uznay.ru,nsportal.ru›Детский_сад_Разное.../minutki-shalosti