

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД №22 «СКАЗКА»
(МБДОУ №22 «СКАЗКА»)

ПРОГРАММА
по здоровьесбережению
«Растем здоровыми»

Автор программы: воспитатель
Шахмирзоева Джейран Мейлановна

г. Сургут, 2021г.

Содержание

Паспорт программы

ВВЕДЕНИЕ

1. Основные принципы реализации программы
2. Анализ здоровья и физического развития воспитанников дошкольной группы
3. Оценка результативности системы и содержания оздоровительной работы дошкольной группы:
 - 3.1. Консультативно-информационное образование детей, персонала, родителей
 - 3.2. Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ дошкольной группы
 - 3.3. Организация полноценного питания
 - 3.4. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы
4. Заключение
5. Список литературы
6. Нормативно правовая база ПРОГРАММЫ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ:

Наименование программы	Программа «Растем здоровыми!» на 2021-2024 гг.
Основание для разработки Программы	Высокая заболеваемость детей дошкольной группы. Повышение заинтересованности родителей в организации сотрудничества с МБДОУ в проведении физкультурно-оздоровительной работы и профилактических мероприятий по формированию привычки к ЗОЖ.
Цель программы	Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.
Основные задачи программы, целевые ориентиры	1. Повышение показателей здоровья воспитанников на 5% и более, за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах. 2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры. 3. Разработка системы педагогического контроля за организацией образовательного процесса на его соответствие требованиям здоровьесбережения.
Исполнители Программы	Старший воспитатель, воспитатели, воспитанники дошкольной группы и их родители.
Важнейшие целевые индикаторы Программы	1. Выполнение режима дня с включением в него здоровьесберегающих технологий. 2. Показатели заболеваемости (снижение количества дней пропущенных ребенком по болезни; средней продолжительности болезни одним ребенком при простудных заболеваниях). 3. Активное участие всех участников образовательного процесса в совместной деятельности по здоровьесбережению. 4. Рабочие материалы по контролю: диагностические карты, опросники, анкеты, циклограммы
Сроки и этапы реализации	Программа рассчитана на 2021-2024г.

Программы	1-й этап - аналитический, апрель-май 2021г., анализ состояния заболеваемости детей и организации оздоровительной работы за 2020-2021г. 2-й этап - разработка проекта программы – май-ноябрь 2021г. 3-й этап - внедрение программы - 2021-2024гг 4-й этап – итоговый - диагностический – апрель-май 2024г.
Ожидаемые конечные результаты	1.Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей. 2. Стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи. 3. Сформированная система контроля выполнения задач программы «Растем здоровыми» 4. Снижение заболеваемости у воспитанников и сотрудников дошкольной группы. 5. Уменьшение количества дней, пропущенных по болезни одним ребенком до 3-х дней:
Управление программой и осуществление контроля за ее реализацией	Воспитатель дошкольной группы «Аленький цветочек» - Шахмирзоева Джейран Мейлановна

ВВЕДЕНИЕ:

"Физическое воспитание есть огромный, но таинственный космос, через постижение которого можно приблизиться к Истине и Счастью".
Н. Ефименко

Одним из приоритетных направлений государственного национального проекта «Образование» является улучшение качества образования, состояния здоровья детей и профилактика их заболеваний.

Дети проводят в дошкольном учреждении, значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека - важный показатель его личного успеха. Если у ребенка появится привычка к занятиям спортом, будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность в более старшем возрасте. (Из Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» Д.А.Медведева). [11]

Сбалансированное горячее питание, медицинское обслуживание, включающее своевременную диспансеризацию, физкультурные занятия, в том числе спортивные досуги, праздники и развлечения, реализация профилактических программ, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни - все это будет влиять на улучшение их здоровья. Кроме того, должен быть осуществлен переход от обязательных для всех мероприятий к индивидуальным программам развития здоровья дошколят. В 2011 -2012 учебном году введен новый норматив занятий физической культурой - не менее трёх занятий в неделю с учётом индивидуальных особенностей детей. [15]

Именно индивидуальный подход предполагает использование современных образовательных технологий и создание образовательных здоровьесберегающих программ, которые разовьют у ребенка интерес к сохранению собственного здоровья. Система образования в обществе на современном этапе ее развития выполняет не только образовательную функцию, но и все больше становится институтом здоровья человека. В современных условиях развития общества проблема сохранения здоровья детей является самой актуальной. Особенно остро этот вопрос стоит в дошкольных учреждениях, где вся практическая работа, направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Поэтому считается, что проблема оздоровления детей не кампания одного дня и деятельность не одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок. [1]

Разработка этой программы, привела нас к переосмыслению работы с дошкольниками и родителями в вопросах отношения к здоровью ребенка, необходимости актуализации внимания воспитателей в вооружении родителей основами психолого-педагогических знаний и ихвалеологическом просвещении. Роль педагога дошкольной группы состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Программа предоставляет педагогам возможность самостоятельного отбора методик, содержания обучения и воспитания дошкольников, позволяет сочетать в работе как традиционные программы и методики, так и инновационные, способствующие укреплению и сохранению здоровья детей, педагогов и родителей.

Особого внимания заслуживает вопрос о влиянии регионального фактора на физическое состояние детей, проживающих в г.Сургуте. Природно-климатические условия в сочетании с экологическим неблагополучием, предъявляют к организму ребенка высокие требования в процессе учебы, труда и отдыха, поэтому значительное количество детей дошкольного возраста имеет различные функциональные отклонения в состоянии здоровья. Программа «Растем здоровыми» направлена на решение вопросов оздоровления детей в комплексе: с участием всех участников образовательного процесса, с учетом условий нашего города.

Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии.

На сегодняшний день в дошкольной группе практически здоровые дети составляют менее 19%.

Цель программы: сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.

Задачи:

1. Повышение показателей здоровья воспитанников на 15% и более, за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья детей: осознанного отношения к своему здоровью, формирование представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.

2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.

3. Разработка системы педагогического контроля за организацией образовательного процесса на его соответствие требованиям здоровьесбережения.

1. Основные принципы реализации программы

1. Принцип научности – использование научно-обоснованных и апробированных программ технологий и методик.

2. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей.

3. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

4. Принцип систематичности - реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.

5. Принцип адресности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья воспитанников.

Основные участники реализации программы:

- Воспитанники дошкольной группы «Аленький цветочек».
- Педагогический коллектив.
- Родители (законные представители) детей посещающих дошкольную группу «Аленький цветочек».

Основные направления программы

1. Консультативно-информационное образование детей, персонала, родителей: раскрываются новые подходы учреждения в организации физкультурно-оздоровительной работы, система работы специалистов, стратегический план улучшения здоровья детей);

2. Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ (кадры, спортивный зал, спортивная площадка);

3. Организация рационального питания;

4. Комплексная физкультурно-оздоровительная работа: раскрываются виды и типы НОД, проводимых в ОУ, формы организации закаливания дошкольников, способы повышения двигательного режима детей в течение дня,

профилактические мероприятия в период повышения ОРВИ и гриппа. Работа по организации и формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.

2. Анализ здоровья и физического развития воспитанников дошкольной группы

Анализ сведений о здоровье воспитанников за период с декабря 2021 по декабрь 2022г. показал неуклонный рост процента заболеваемости детей и рост дней, пропущенных по болезни одним ребенком дошкольного возраста. При этом распределение детей по группам здоровья с 2021г. почти не меняется. Возникает вопрос: если в дошкольной группе приходят дети с примерно одинаковым уровнем здоровья из года в год, почему количество заболеваний в дошкольном отделении ежегодно растет? Дошкольная группа открылась в сентябре 2021 года. В сад пришли домашние дети из частного сектора, где основная часть домов имеет печное отопление, т.е. в вечернее время температура в помещении имеет высокий показатель, а к утру помещение остывает до $t=14-16^{\circ}$. Дети зачастую ходят дома без комнатной обуви. В связи с резкими перепадами t° в домашних условиях – высокие показатели простудных заболеваний в дошкольной группе. В 2022-2023г. высокий процент заболеваемости обусловлен эпидемией гриппа. Мы пришли к выводу, что здоровье детей зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и дошкольная группа образовательного учреждения, как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка. В «Концепции дошкольного воспитания» подчеркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передает семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов.... Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов». [12]

В дошкольном отделении проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям дошкольной группы. Дети поступали в детский сад неравномерно, в сентябре массово, с октября по май постепенно. Педагогами осуществлялся весь комплекс адаптационных мероприятий, направленных на создание психологически комфортных условий пребывания ребенка в группе: индивидуальный подход, щадящий режим, консультации для родителей, подборка мероприятий «В детский сад хожу без слез». Для родителей вновь поступающих детей ежегодно в начале сентября проводится организационное родительское собрание «Первый раз в детский сад». О

Однако положительной динамики по степени легкой и средней адаптации детей к детскому саду не происходит, и это связано с возрастным контингентом детей.

В группу поступает большой процент домашних детей в возрасте 3-4 года.

3. Оценка результативности системы и содержания оздоровительной работы дошкольной группы

3.1 Консультативно-информационное образование детей, персонала, родителей.

Администрацией совместно с медицинскими работниками ФАП определены основные условия природосообразного, здоровьесберегающего образования у *детей* - это потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа обоснованного поведения.

Но представление о здоровом образе жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребенка в группе должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- Привитие стойких гигиенических навыков;
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде, опасных ситуациях в быту, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных;
- Формирование привычки ежедневных физических упражнений;
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов, представлений о том, что полезно и что вредно организму;
- Выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояния и ощущения;
- Понимать переживаемые чувства других и правильно на них реагировать.

Существуют определенные факторы взаимодействия на формирование у детей привычки к ЗОЖ. Поэтому работа с детьми по формированию привычки к ЗОЖ строится на определенных принципах организации воспитательно-образовательного процесса:

- Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, личностно-ориентированного общения взрослого и ребенка;

- Организация рационального питания и воспитание культуры еды (знание названия блюд, из каких продуктов приготовлено блюдо, полезные свойства продуктов, правила поведения за столом);

- Обучение приемам пальчиковой гимнастики, и гимнастике для глаз, занятиям на тренажерах, способах страховки на спортивном оборудовании, закаливанию, правилам личной гигиены на специально организованных занятиях и в повседневной жизни;

- Проведение тематических занятий на группах;

- Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю (одно на свежем воздухе);

- Проведение недели здоровья (2 раза в год), организация активного досуга в каникулярные дни.

- Проведение оздоровительной работы в летний период.

Работа с педагогическим коллективом – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей. При этом, одной из основных задач, является задача по созданию системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление психического и физического здоровья каждого ребенка.

В педагогическом коллективе внедряются новые системы социального сопровождения дошкольников при выпуске в школу. Внедряются современные методы мониторинга здоровья. Разрабатываются критерии оценки состояния здоровья.

Педагогическим коллективом организуются и проводятся мероприятия по созданию комфортных условий и психологического благополучия во время пребывания ребенка в ОУ по созданию условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ:

- создание развивающей среды в группах;

- создание условий для обеспечения активной двигательной деятельности в группе и на прогулке;

- спортивные и музыкальные праздники и развлечения;

- создание благоприятного психологического климата в группе и дошкольном учреждении в целом;

- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (взрослый-взрослый) и общения с детьми (взрослый-ребенок);

- проведение инструктажей и соблюдение всеми сотрудниками учреждения инструкции по охране жизни и здоровья детей;

- проведение с детьми практических занятий по теме «В мир опасных предметов».

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребенка является *работа с родителями*. Проанализировав данные анкет, полученные в нашем дошкольной группы, мы пришли к выводу, что хотя все родители имеют среднее образование или специальное, уровень знаний и умений в области воспитания привычки к ЗОЖ у большинства родителей невысок, а интерес к данной проблеме возникает лишь тогда, когда ребенку уже требуется медицинская или психологическая помощь. Большинство родителей не понимают самой сущности понятия «здоровье», рассматривают его только как отсутствие заболеваний, а средство оздоровления детского организма видят лишь в лечебных и закаливающих мероприятиях, совершенно не учитывая взаимосвязь всех составляющих здоровья: физического, психического и социального. Поэтому коллектив работает над реализацией следующих задач:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Изучение и распространение положительного семейного воспитания.
- Включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей.

Помимо традиционных форм работы с родителями (родительские собрания, семинар-практикум, консультации, анкетирование, педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам и т.д.), проводятся и новые формы работы:

- Выпуск газеты по здоровьесбережению «О здоровье» (1 раз в квартал);
- Создание в уголках для родителей рубрики «В здоровом теле - здоровый дух»; «Советы доктора Айболита»;
- Родительские собрания на данную тематику;
- Привлечение родителей в проектную деятельность по данной теме;
- Педагогические советы с участием родителей и т.д.

Для приобщения родителей к здоровому образу жизни в дошкольном отделении проводятся совместные оздоровительные мероприятия, НОД, развлечения, досуги, соревнования, выставки, выпуск стенгазеты, конкурсы, викторины и т.д.

Особой популярностью среди родителей в дошкольном учреждении пользуется такой конкурс семейных команд как «Папа, мама, я – спортивная семья!», оформление семейных фотоальбомов на тему: «Спорт и семья». Для реализации этой работы используются коллективные и индивидуальные формы деятельности, итогом которой будет индивидуальный стиль взаимоотношений с каждым родителем, который приведет к оптимальным способам решения проблем воспитания конкретной личности в дошкольной группе и дома. Психологическим условием успешного межличностного взаимодействия является внимательность, проникновенность, неторопливость.

3.2 Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ группы.

Здоровьесберегающая инфраструктура, поддерживается благодаря постоянной связи с врачами ГП № 4 п.Юность и главным врачом поликлиники. По результатам мониторинга, по назначению участкового педиатра и медицинских работников, планируются и осуществляются оздоровительно-профилактические и лечебные мероприятия. Наше дошкольное учреждение курирует врач-педиатр по назначению которого дети получают витаминoproфилактику.

Отследить результаты физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной группе помогает педагогический контроль, в который входят:

- Динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей;
 - Обследование физического развития детей;
 - Педагогическое наблюдение за проведением физкультурных занятий;
 - Педагогическое наблюдение за осуществлением системы закаливания;
 - Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий (спортивный зал, участок), оборудования, спортивной одежды, обуви и т.д.
 - Профилактическо-оздоровительная работа в дошкольной группе направлена в первую очередь на выполнение правил СанПиН. Большое внимание следует уделяться профилактическим мероприятиям:
 - Осуществление проветривания помещений, в которых пребывают дети, в соответствии с графиком;
 - Дважды в день влажная уборка групповых помещений;
 - Для обеспечения естественного освещения помещений шторы на окнах укорочены;
 - 2 раза в год выполняется сушка, выморозка постельных принадлежностей (матрацев, подушек, одеял);
 - 2 раза в год осуществляется чистка ковровых изделий;
 - Правильно осуществляется подбор и расстановка комнатных растений;
 - Своевременно (до начала цветения) производится покос газонов и участков;
 - Соблюдение правил применения (дезинфекции) и хранения моющих средств;
 - Во время карантинных мероприятий строго придерживаемся санэпидрежима.
- В период подъема ОРВИ и гриппа, в группах проводятся профилактические мероприятия:
- Своевременное выявление и изоляция детей с первыми признаками заболевания;
 - Контроль за качеством проведения утреннего приема детей в группах (измерение t^0 тела, осмотр кожных покровов);
 - Максимальное пребывание детей на свежем воздухе;

- Контроль за режимом проветривания в группах, регулярной влажной уборкой;
- Введение в меню продуктов, содержащих фитонциды (чеснок, лук);
- Использование рециркуляторов для очистки воздуха групповых помещений (люстра Чижевского).

3.3 Организация полноценного питания

При организации питания необходимо придерживаться естественных потребностей малыша, исключить насильственное кормление. Старшие дети определяют свою норму самостоятельно, а малыши с помощью взрослых, по договоренности. Приучать к еде правильной, здоровой пищи.

- Систематический контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований к пищеблоку;
- Контроль за соблюдением ассортимента продуктов;
- Соблюдение нормативных требований к качеству и количественному объему пищи в соответствии с возрастом детей;
- Обеспечение питьевого режима;
- Витаминизация третьего блюда (постоянно);
- Эстетика организации питания и гигиена приема пищи.

3.4 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.

Забота о здоровье детей в дошкольном отделении, складывается из создания условий, способствующих благоприятному развитию организма. Наиболее управляемым фактором внешней среды является двигательная нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Поэтому на всех видах занятий статического характера применяются:

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
- Гимнастика для глаз, стоп, лица, шеи;
- Физминутки (динамические паузы);
- Хождение по дорожкам «здоровья».

Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья. А двигательная активность сочетаться с общедоступными закаливающими процедурами. Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение устойчивости к воздействию

меняющихся факторов окружающей среды и являются необходимым условием оптимального развития ребенка. Воздушное закаливание (физкультурные занятия в зале босиком), соблюдение температурного режима в течение дня, водное закаливание (мытье прохладной водой рук по локоть после дневного сна), утренняя гимнастика (в теплое время года средние, старшие группы на свежем воздухе, младшие в спортивном зале), правильная организация прогулки, ее длительность, дозированный оздоровительный бег на воздухе (течение года) и многое другое способствует повышению иммунитета ребенка и сопротивляемости детского организма вирусным инфекциям.

Заключение

Данная программа предлагает системный подход к формированию и укреплению здоровья детей. Стил жизни, общения и педагогической работы с детьми направлен в первую очередь на сохранение самостоятельности, неповторимости дошкольного периода детства. При планировании оздоровительной работы с детьми необходимо учитывались:

Медико-гигиенические требования к последовательности, длительности и особенностям проведения различных режимных моментов:

- Местные, региональные условия (климат, природные условия);
- Специфику контингента детей, посещающих разновозрастную группу (время подъема, характер ухода дома, жилищно-бытовые условия и т.д.);
- Индивидуальные особенности каждого ребёнка (пробуждение, свобода участия в той или иной деятельности);
- Чередование и соотношение организованной и самостоятельной деятельности детей с обязательным временем для свободных игр - ведущей деятельности ребёнка дошкольного возраста;
- Изменение работоспособности детей в течении дня;
- Включение моментов, способствующих эмоциональной разрядке. Творческие, доброжелательные, компетентные педагоги, работая по данной программе в системе и в содружестве с семьёй обязательно добьются снижения заболеваемости детей, укрепления их здоровья, сформированности навыков здорового образа жизни и дети будут активнее, самостоятельнее, проявлять инициативу и творчество в разных видах деятельности. Станут более открыты к общению со взрослыми, дружелюбнее и терпеливее по отношению к сверстникам, любознательней и интеллектуально развиты, эмоционально отзывчивыми на красоту окружающего мира, произведений искусства, на состояние других людей, любящие свою Родину, свой народ.

Ведь в здоровом теле - здоровый дух.

Список литературы

1. Гунн Г.М., Современные технологии проблемы охраны здоровья. [Текст]: учебное пособие/ Г.М.Гунн. – СПб.2000.- 192с.
2. Картушина М.Ю., Праздники здоровья для детей 5-6 лет. [Текст]: сценарии для ДОУ/ М.Ю. Картушина - М.: ТЦ Сфера, 2010.- 128с.
3. Картушина М.Ю., Зеленый огонек здоровья. [Текст]: методическое пособие/ М.Ю. Картушина - Архангельск, 2000.- 108с.
4. Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В., В стране здоровья. [Текст]: программа эколого – биологического воспитания дошкольников/ В.Т. Лободин , А.Д. Федоренко, Г.В. Александрова - М.: Мозаика – Синтез, 2011. – 80с.
5. Маханева М.Д.С физкультурой дружить – здоровым быть. [Текст]: методическое пособие/ М.Д. Маханева – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 240с.
6. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой – М.: Мозаика – Синтез, 2011. – 208с.
7. Соломенникова О.А. Экологическое воспитание в детском саду. [Текст]: программа и методические рекомендации/ О.А.Соломенникова. М.: Мозаика – Синтез, 2008. – 112с.

Нормативно – правовое обеспечение Программы

8. Конституция Российской Федерации. – М.: НПП Гаранд - Сервис. 2001. – С. 43,72
9. Семейный кодекс Российской Федерации (новая редакция, испр. и доп.) – М.: Мозаика – Синтез, 2011.- 335с.
10. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее Закон об образовании);
11. Доклад Правительства Российской Федерации о реализации национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» в 2010-м году.
12. Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении (утверждено Постановлением Правительства Российской Федерации от 12.09.2008 г. № 666);
13. «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений», утвержденная приказом Минздрава РФ № 139 от 04.04.2003г.
14. Письмо Минобразования РФ от 14.03.00 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

15. «Санитарн-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (СанПиН 2.4.1.3049-13) от 15 мая 2013 г. № 26
16. Устав и другие локальные акты ОУ.