

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова–на–Дону «Детский сад №111»

**ПРИНЯТО**

на педагогическом совете  
МБДОУ № 111

от «28» августа 2020 г.

протокол № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ № 111

И.В. Бабичева

Приказ № 135

от « 28 » августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дополнительному образованию  
по программе

**«Старт» Л.В. Яковлевой, Р.А. Юдиной**

для детей 6-7 лет

**Разработчик программы:**

педагог дополнительного образования  
инструктор по ФК МБДОУ №111  
специалист высшей категории

**Гайворонская Олеся Федоровна**

2020-2021 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативно – правовыми документами, регламентирующими деятельность МБДОУ № 111:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014);
- Методическими рекомендациями по использованию Примерной основной образовательной программы дошкольного образования при разработке образовательной программы дошкольного образования в образовательной организации (письмо Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.08.2015 г. № 24/4.1.1-5025/М);
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26);
- Лицензии на образовательную деятельность, регистрационный № 5442 от 13.08.2015г., серия 61Л01 № 0003107
- Образовательной программы МБДОУ № 111;
- Устава МБДОУ № 111 (утвержден приказом № 631 от 23.06.2015г.).

**Направленность:** Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Рабочая программа направлена на всестороннее развитие личности в процессе индивидуального физического воспитания ребенка на основе его психофизических особенностей и природных двигательных задатков. Это творческая двигательная программа с элементами спортивной и художественной гимнастики, цирковой акробатики, основанная на наблюдениях за самостоятельной деятельностью детей.

### Цель:

- Развитие физической культуры у детей.
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях.

### **Задачи:**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Содержание образовательной области направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно - гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

### **Принципы:**

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства, амплификация детского развития;

2) индивидуализация дошкольного образования;

3) сотрудничество детей и взрослых, ребенок - субъект образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) продуктивное сотрудничество МБДОУ с семьёй;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития ребёнка).

### **Формы реализации:**

Спортивные тренировки, игровые упражнения, сюжетные игры, подражательные движения, праздники, турниры, соревнования, эстафеты, спортивные игры, контрольные и итоговые занятия.

### **Объём реализации программы:**

2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 72 академических часа (9 месяцев: сентябрь-май).

**Возраст детей:** Программа обучения рассчитана на детей старшего дошкольного возраста – 5-6 и 6-7 лет.

### **Специфика образовательной ситуации**

На основе предлагаемой программы мы систематизируем физкультурно-оздоровительную программу для доп. услуг в ДОУ (для старшей и подготовительной группы) с учётом конкретных условий, спортивной базы, подбора детей и других. Так занятия с элементами художественной гимнастики и цирковой акробатики, а также упражнения на кольцах, канате, турнике, батутах, лыжах и т.п. по причине отсутствия у нас данного оборудования, заменили на более глубокое изучение игровых видов спорта (баскетбол, футбол и т.п.).

### **Условия реализации:**

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно создать следующие условия:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Для занятий физической культурой в ДОУ имеется следующее спортивное оборудование и инвентарь:

<b>Тип оборудования</b>	<b>Основной набор</b>	<b>Кол-во на группу</b>
Оборудование для ходьбы, бега, равновесия	Балансиры	2
	Доска ребристая	1
	Доска гладкая с зацепами (2 и 1,6м)	2
	Скамейка гимнастическая	3
	Дорожка тактильная	4
	Модули мягкие(комплект)	1
	Коврик со следочками	1
	Тактильная дорожка «Водяная лилия»	1
	Набор «Цветные речные камешки»(бэл.)	1
	Степы-ходунки(набор-4шт.)	1
	Тактильная дорожка(складная)	2
	Тактильная дорожка «Волна»	1
	Спортивный набор «Кузнечик»: обручи, палки, подставки, зажимы	2
	Коврик полиуретановый	1
	Конус с отверстиями	4
	Мат гимнастический(набор-4 шт.)	1
	Палка гимнастическая круглая	30
Скакалка короткая	20	
Скакалка длинная	5	
Оборудование для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)	1
	Набор для метания	1
	Мешочек с песком(10 шт.)	1
	Мишень навесная	1
	Мяч резиновый (20см)	20
	Мяч гимнастический(18см)	24
	Мяч набивной	2
	Мяч для массажа	4
	Кольца баскетбольные	2
	Бандминтон	1
	Стойки баскетбольные с кольцом	2
	Ворота футбольные	2
Сетка волейбольная	2	
Оборудование для	Дуга металлическая	5
	Канат 5м	1
	Воротца для подлезания «Радуга»(набор)	1

ползания и лазания	Тоннели	2
	Лестница деревянная с зацепами	1
	Стенка гимнастическая деревянная	5
Оборудование для общеразвивающих упражнений	Гантели металлические	20
	Погремушки	30
	Мяч-массажер	4
	Кубики	40
	Мяч пластиковый	40
	Обруч	20
	Палка гимнастическая	30
	Диск «Здоровье»	3
	Бубен	1
	Флажки	20

1. Совместная деятельность педагога с детьми направлена на поддержку инициативных ситуаций развития ребенка. Для этого созданы следующие условия:
  - ✓ условия для свободного выбора деятельности;
  - ✓ условия для принятия детьми решений, выражения своих чувств;
  - ✓ недирективная помощь детям, поддержка детской инициативы;
  - ✓ создание разных пространств предъявления детских способностей и достижений:
    - стенды и фотовыставки;
    - открытые занятия;
    - спортивные праздники, эстафеты, развлечения, соревнования.
2. Самостоятельная деятельность детей;
3. Контроль за уровнем освоения данной программы планируется в ходе контрольно-диагностических занятий 2р. в год( в начале и в конце года).
4. Для реализации программы используются технические средства: ноутбук, фотоаппарат.
5. Конструктивное взаимодействие с семьей предполагает объединение усилий по обеспечению развития и обучения ребенка, использование традиционных форм работы с родителями: родительские собрания, консультации, беседы, открытые занятия, тематические встречи, спортивные праздники и соревнования и др., а так же интернет технологии: электронная почта, сайт детского сада, сетевые сообщества.

### **Планируемые результаты:**

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Овладение элементами спортивных игр и упражнений, улучшение здоровья, расширение двигательного диапазона, улучшение физической подготовленности.

## Учебно-тематический план

составлен в соответствии с календарным графиком на 2020-2021 учебный год,  
утвержденным приказом заведующего №135 от 28.08.2020г.

Дата	№/ № по прог рам ме	Вид и тема	Кол- во часов	Примечание
<b>Сентябрь</b>				
4.09.20	1	Контрольно-диагностическое занятие	1 час	
7.09.20	2	<b>(Праздник обручей).</b> Выявить интерес детей к играм с обручем. Развивать умение манипулировать обручем, ловкость рук, глазомер и быстроту реакций.	1 час	
11.09.20	3	<b>(Спортивная скакалка).</b> Развивать быстроту реакции и умение ориентироваться в пространстве; умение манипулировать скакалкой.	1 час	
14.09.20	4	<b>(Весёлые старты с мячом).</b> Проверить технику владения мячом. Учить играть парами и маленькими подгруппами по определенным правилам.	1 час	
18.09.20	5	<b>(Футбольный мяч).</b> Проверить качество двигательных навыков в играх с элементами футбола.	1 час	
21.09.20	6	<b>(Страна Спортландия).</b> Учить детей развивать и обогащать игровые упражнения из Школы мяча.	1 час	
25.09.20	7	<b>(Физкульт-ура!)</b> Воспитывать спортивный интерес. Упр. в умении ориентироваться в пространстве. Определить качество техники прыжков.	1 час	
28.09.20	8	<b>(Познай себя и свои способности).</b> Направить внимание детей на познание своих возможностей и способностей. Учить технике перемещения с мячом.	1 час	
<b>Октябрь</b>				
2.10.20	1	<b>(В гостях у сказочных героев).</b> Учить при выполнении упр. в парах двигаться синхронно и сохранять равновесие, упр. в прыжках в длину.	1 час	
5.10.20	2	<b>(Светофор и регулировщик).</b> Учить прыгать в длину с высоты 80см. Развивать интерес детей об играх с мелким спортивным инвентарем: кеглями, летающими тарелками, кольцами и т. д.	1 час	
9.10.20	3	<b>(Футбольный мяч).</b> Проверить качество двигательных навыков в играх с элементами футбола.	1 час	
12.10.20	4	<b>(Почта).</b> Учить технике приема мяча ногой разными способами; определять границы и размеры площадки. Развивать ловкость движений быстроту реакции, мышления.	1 час	
16.10.20	5	<b>(Пограничники).</b> Углублять знания об играх с мелким спортивным инвентарем: летающими тарелками, набивными мешочками, мячом	1 час	
19.10.20	6	<b>(Страна Спортландия).</b> Учить детей развивать и обогащать игровые упражнения из Школы мяча.	1 час	
23.10.20	7	<b>(Пожарные собаки).</b> Развивать волевые качества; ловкость и быстроту движения; мышечную силу; творчество; умение ставить перед собой цель. Учить синхронности.	1 час	
26.10.20	8	<b>(Снайперы).</b> Упражнять в равновесии, быстроте	1 час	

		реакции. Учить метать в горизонтальную цель. Развивать ловкость, глазомер.		
<b>Ноябрь</b>				
30.10.20	1	<b>(Лётчики).</b> Развивать физические и волевые качества, моторную память, быстроту реагирования на сигнал, мышление, мышечную силу, Выносливость.	1 час	
2.11.20	2	<b>(Весёлые старты).</b> Учить свободно использовать свой двигательный опыт; самостоятельно прогибаться, выгибаться, растягиваться и расслабляться. Развивать внимание, память.	1 час	
6.11.20	3	<b>(Обезьяны).</b> Развивать чувства полета равновесия; ловкость, быстроту реакции, выносливость, моторную память, мышление. Отрабатывать технику опорного прыжка.	1 час	
9.11.20	4	<b>(Спортивная скакалка).</b> Развивать быстроту реакции и умение ориентироваться в пространстве; умение манипулировать скакалкой.	1 час	
13.11.20	5	<b>(Праздник обручей).</b> Выявить интерес детей к играм с обручем. Развивать умение манипулировать обручем, ловкость рук, глазомер и быстроту реакций.	1 час	
16.11.20	6	<b>(Поле чудес).</b> Учить ловить мяч, летящий навстречу: выбегать вперед, подпрыгивать за ним и отбивать любой частью тела. Развивать фантазию. Учить выполнять кувырок назад.	1 час	
20.11.20	7	<b>(Весёлые старты с мячом).</b> Проверить технику владения мячом. Учить играть парами и маленькими подгруппами по определенным правилам.	1 час	
23.11.20	8	<b>(Пожарные на учении).</b> Упражняться в технике разнообразных упр. на турнике, в сохранении равновесия на возвышенной ограниченной опоре.	1 час	
<b>Декабрь</b>				
27.11.20	1	<b>(Путешествие в зимний лес).</b> Выявить степень развития навыков скольжения переменным ходом с палками. Учить соблюдать правила безопасности.	1 час	
30.11.20	2	<b>Игровая площадка).</b> Заинтересовать детей индивидуально - подгрупповыми играми со скакалкой	1 час	
4.12.20	3	<b>(Игровая площадка).</b> Выявить организаторские способности. Учить воплощать себя в движениях и получать радость и удовлетворение от этого.	1 час	
7.12.20	4	<b>(Светофор).</b> Учить выполнять упр. на лыжах, сохранять равновесие. Учить ходить скользящим шагом. Упр. в расслаблении и восстановлении дыхания.	1 час	
11.12.20	5	<b>(Гуси-лебеди).</b> Учить показывать все свои двигательные навыки. Упражняться в скольжении на лыжах переменным шагом без палок и с палками.	1 час	
14.12.20	6	<b>(Полёт в космос).</b> Развивать физические и волевые качества. Учить детей познавать себя через упр.; останавливать катящийся мяч. Упр. в разных видах прыжков.	1 час	
18.12.20	7	<b>(Здравствуй, сказочный мир!).</b> Учить показывать все свои двигательные навыки. Упражняться в скольжении на лыжах переменным шагом без палок и с палками.	1 час	

21.12.20	8	<b>(Передача эстафетной палочки).</b> Учить выполнять упр. на лыжах, сохранять равновесие. Учить ходить скользящим шагом. Упр. в расслаблении и восстановлении дыхания.	1 час	
<b>Январь</b>				
25.12.20	1	<b>(Лесные приключения).</b> Развивать мышление, память и ловкость движений. Учить находить выход в лабиринте из лыжных палок, не роняя их.	1 час	
28.12.20	2	<b>(Лабиринты).</b> Развивать мышление, память и ловкость движений. Учить находить выход в лабиринте из лыжных палок, не роняя их.	1 час	
11.01.21	3	<b>(Цирк).</b> Развивать воображение, творчество. Учить владению своим телом саморегуляции напряжения и расслабления. Упр. в разных видах кувырков.	1 час	
15.01.21	4	<b>(Снайперы и биатлонисты).</b> Развивать глазомер, четкость движений, силу толчка, меткость. Учить сохранять равновесие.	1 час	
18.01.21	5	<b>(Цветик-семицветик).</b> Развивать и воспитывать физ., нравственно-волевые качества. Учить познавать себя и свои возможности. Познакомить с правилами игры в детский баскетбол	1 час	
22.01.21	6	<b>(Клуб знатоков).</b> Развивать глазомер, четкость движений, силу толчка, меткость. Учить сохранять равновесие.	1 час	
25.01.21	7	<b>(Твой стадион).</b> Воспитывать самостоятельность, ответственность и взаимопомощь. Учится самост. Использовать свой двигательный опыт. Развивать чувство равновесия.	1 час	
29.01.21	8	<b>(Снайперы).</b> Упражнять в равновесии, быстроте реакции. Учить метать в горизонтальную цель. Развивать ловкость, глазомер.	1 час	
<b>Февраль</b>				
1.02.21	1	<b>(Цирк зажигает огни).</b> Развивать физ. И нравственно-волевые качества, моторную память, быстроту реакции, мышление. Учить владеть своим телом.	1 час	
5.02.21	2	<b>(Спортивные звёзды).</b> Учить детей бороться за достижение своей цели, выигрывать и достойно проигрывать. Развивать моторную память, быстроту реакции. Упр. в технике прыжков.	1 час	
8. 02.21	3	<b>(Палочка-выручалочка).</b> Помочь детям понять, что лыжные палки- это основные помощники лыжника.	1 час	
12. 02.21	4	<b>(Палочка-помогалочка).</b> Помочь детям понять, что лыжные палки - это основные помощники лыжника.	1 час	
15. 02.21	5	<b>(Снайперы и биатлонисты).</b> Определить степень развития глазомера, точности движений и силы толчка при метании. Выявить интерес к лыжному спорту.	1 час	
19. 02.21	6	<b>(Игры доброй воли).</b> Учить бороться за достижение своей цели. Развивать мышечную силу и выносливость.	1 час	
22. 02.21	7	<b>(На лыжне).</b> Определить степень усвоения техники ходьбы на лыжах разными способами. Упр. в расслаблении и восстановлении дыхания.	1 час	
26. 02.21	8	<b>(Лесные звери).</b> Развивать физ. И нравственно-волевые качества, моторную память, быстроту	1 час	



		реакции, мышление. Упр. в технике лазанья.		
<b>Март</b>				
1.03.21	1	<b>(Зимние спортивные игры).</b> Познакомить с зимними соревнованиями, которые называются многоборьем.	1 час	
5.03.21	2	<b>(До свидания, Зима!).</b> Учить придумывать и самостоятельно организовывать игры со сверстниками.	1 час	
8.03.21	3	<b>(Девочки и мальчики).</b> Определять степень умения проявлять творчество в двигательной деятельности-отдельно среди мальчиков и девочек.	1 час	
12.03.21	4	<b>(Зимние забавы).</b> Учить перевоплощаться в образы разных героев. Упр. в технике и правилах игры с элементами хоккея.	1 час	
15.03.21	5	<b>(Что,где,когда?).</b> Упр. в умении ориентироваться в пространстве. Развивать чувство ритма при движении под музыку. Учить выполнять движения на разных спорт.снарядах.	1 час	
19.03.21	6	<b>(Физкульт-ура!)</b> Воспитывать спортивный интерес. Упр. в умении ориентироваться в пространстве. Определить качество техники прыжков.	1 час	
22.03.21	7	<b>(Познай себя и свои способности).</b> Направить внимание детей на познание своих возможностей и способностей. Учить технике перемещения с мячом.	1 час	
26.03.21	8	<b>(Борьба за лучшую скакалку).</b> Фиксировать внимание детей на правилах игры и их соблюдении. Упр. в перестроениях со скакалкой.	1 час	
<b>апрель</b>				
5.04.21	1	<b>(Космонавты).</b> Учить ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая трудности. Определить степень умения владеть телом.	1 час	
9.04.21	2	<b>(Цветик-семицветик).</b> Определить спортивное желание детей. Упр. в выполнении гимн.упр. на снарядах. Учить владению мячом, Закреплять технику броска.	1 час	
12.04.21	3	<b>(Снайперы).</b> Упражнять в равновесии, быстроте реакции. Учить метать в горизонтальную цель. Развивать ловкость, глазомер.	1 час	
16.04.21	4	<b>(Игры доброй воли).</b> Развивать координацию и ловкость движений, глазомер и умение ориентироваться в пространстве. Упр. в расслаблении.	1 час	
19.04.21	5	<b>(День футбола).</b> Развивать интерес к игре в футбол. Учить соблюдать правила игры.	1 час	
23.04.21	6	<b>(Весёлые старты).</b> Развивать выносливость быстроту мышления; моторную память, ловкость, быстроту реакции, смекалку, находчивость.	1 час	
26.04.21	7	<b>(Лабиринт).</b> Развивать выносливость быстроту мышления; моторную память, ловкость, быстроту реакции, смекалку, находчивость.	1 час	
30.04.21	8	<b>(Спасатели).</b> Учить владеть своим телом и познавать его. Упр. в технике разнообразных движений ведения мяча.	1 час	
<b>Май</b>				
7.05.21	1	<b>(На старт).</b> Определить качество бега на	1 час	

		выносливость; на скорость. Упр. в технике бросания биты в цель.		
10.05.21	2	<b>(Всё выше и дальше).</b> Определить качество прыжков с места и с разбега в длину и высоту.	1 час	
14.05.21	3	<b>(Спортивные гимнасты).</b> Определить степень чувства равновесия, ловкости, быстроту реакции, силы, выносливости при выполнении упр. на снарядах.	1 час	
17.05.21	4	<b>(Метальщики).</b> Определить качество техники метания в вертикальную и горизонтальную цели, а также вдаль.	1 час	
21.05.21	5	<b>(Через препятствия).</b> Определить уровень развития моторной памяти, пластичности медленных движений.	1 час	
24.05.21	6	<b>(Мы любим спорт)</b> Выявить интерес и способности к спортивной художественной гимнастике, акробатике и спортивным играм.	1 час	
28.05.21	7	<b>(Весёлые старты).</b> Развивать выносливость быстроту мышления; моторную память, ловкость, быстроту реакции, смекалку, находчивость.	1 час	
31.05.21	8	Контрольно-диагностическое занятие	1 час	
<b>ИТОГО</b>			<b>72</b>	

## Методическое обеспечение

### Список литературы:

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» поредакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.- М.: Мозаика-Синтез, 2014.
2. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе гр. .М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
3. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Старт.

### Пособия для педагога:

1. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
2. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
3. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
4. Н. А. Ноткиной, Л. И. Казьминой, Н. Н. Бойнович Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста -СПб: Акцидент ,1998.