



Редакция журнала «Музыкальная палитра»

Российская Федерация, г. Санкт-Петербург
Тел./факс (812) 597-0031 | Тел. (812) 597-0032
www.muspalitra.ru | e-mail: zakaz@muspalitra.ru

РЕЦЕНЗИЯ

Авторская методическая разработка **Виткаловой Ирины Сергеевны**, инструктора по физической культуре Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 10 муниципального образования Каневской район Краснодарского края – **«ИГРАЕМ ВМЕСТЕ»: практический материал для организации игрового досуга дошкольников вместе со взрослыми в рамках реализации проекта «Любимые игры моей семьи»**, представленная для рассмотрения в Редакционную коллегию учебно-методического журнала «Музыкальная палитра», – прошла конкурсный отбор и была включена в издательский портфель выпуска МП № 7(164), 2023 г.

- Журнал «Музыкальная Палитра» выходит в свет с 2000 г. Зарегистрирован Северо-Западным региональным управлением Государственного комитета РФ по печати — свидетельство № П4295 от 17.03.2000, свидетельство о перерегистрации ПИ № ФС77–29669 от 27.09.2007 / ISSN 2949-3056
- Область распространения: Российская Федерация.
- Подписные индексы: ПН153 (п/г); ПН058 (год).
- Методическое направление: музыкальное и художественно-эстетическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста, методика, новый репертуар.
- Научно-методическая поддержка: Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Аничков мост» (лицензия серии 78Л02 0000761 (рег. № 1828), выданной 15.04.2016 Комитетом по образованию г. Санкт-Петербурга, срок действия лицензии – бессрочно).

В ходе обсуждения представленного материала было отмечено, что авторская методическая разработка **Виткаловой Ирины Сергеевны** включает апробированные материалы из опыта работы, отражает современные подходы к организации детского досуга в создании условий для поддержки инициативы каждого ребенка в игровой деятельности, раскрывающих его творческий потенциал, подчеркивающих его обаяние. Стихотворный и игровой материал подобран в соответствии с возрастными возможностями детей старшего дошкольного возраста, воспитывает желание проявлять творческую инициативу, выполнять предложенные игровые упражнения, решает главные задачи проекта «Любимые игры моей семьи»: пополнить багаж игр и научиться создавать свои игры.

Автор профессионально владеет необходимыми методами и приемами в стремлении создать радостную и доброжелательную атмосферу в совместной деятельности детей и взрослых. Данная разработка направлена на популяризацию занятий физической культурой и спортом среди семей воспитанников дошкольного возраста, привлечение родителей (законных представителей) к формированию и закреплению у детей навыков здорового образа жизни.

Представленный материал соответствует современным требованиям к работе в художественно-эстетическом и физическом развитии детей в контексте ФГОС ДО и ФОП ДО, представляет интерес для широкого круга специалистов по дошкольному и музыкальному воспитанию детей.

Редакционной коллегией учебно-методического журнала «Музыкальная палитра» данный материал опубликован в выпуске МП № 7(164), 2023 г. (вышел в свет: 5 ноября 2023 г.) в рубрике «РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛУБ», с. 33.

**Издатель и Главный редактор журнала «Музыкальная палитра»,
директор АНО ДПО «Аничков мост»**
| кандидат педагогических наук, доцент

А.И. Буренина

10 ноября 2023 г.



**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 10 муниципального образования Каневской район**

**Проект
«Любимые игры моей семьи»**

Инструктор по физической культуре

Виткалова Ирина Сергеевна

МБДОУ детский сад № 10

Ст. Каневская

Цель проекта:

Популяризация занятий физической культурой и спортом среди семей воспитанников.

Задачи:

1. Привлечение родителей к формированию и закреплению у детей навыков здорового образа жизни, популяризация занятий физической культурой и спортом.
2. Профилактика нарушений осанки и плоскостопие.
3. Взаимодействие сотрудников с семьями воспитанников, для укрепления здоровья и повышения уровня физической и двигательной подготовки детей.

Что мы ожидали по проекту:

Пополнить багаж игр. Научиться создавать свои игры.

Работа над проектом велась в двух направлениях:

Теоретическая часть	Практическая часть.
Беседы о играх в которые играли родители, бабушки и дедушки	Познакомились с играми, не требующими большой подготовки
Просмотр видео и фото файлов с играми, в которые играли раньше	Играли в игры, в которые играли наши родители
Опрос родителей о играх их детства	Придумывали и создавали новые, свои игры
Анкетирование родителей	Изменяли и дополняли правила в уже имеющихся играх
Консультации родителям «Роль игр в жизни ребенка»	Рисовали рисунки на тему «игры дома и во дворе»
	Создали книжку-подсказку «играем вместе»

Итогом проекта послужило изготовление книжки-подсказки «Играем вместе» с играми для детей.

Какая практическая значимость работы?

Мы считаем, что в ходе проекта дети познакомились с новыми играми, вспомнили давно забытые игры, научились придумывать сами и совместно с родителями новые

Продукты проекта:

Дети нарисовали рисунки "Игры дома и во дворе", создали книжку-подсказку «играем вместе», сборник считалок.

Как мы дальше видим развитие проекта?

Будем пополнять книжку-подсказку новыми играми, делиться опытом с другими детьми.

АНКЕТА		
Вопрос	Ответ	Свой вариант ответа
1. Часто ли ваш ребенок играет дома?	<input type="radio"/> Да <input type="radio"/> Нет <input type="radio"/> Затрудняюсь ответить	
2. Как часто вы играете со своими детьми?	<input type="radio"/> Каждый день <input type="radio"/> 2-3 раза в неделю <input type="radio"/> Редко, очень мало свободного времени	
3. Сколько времени в день играет Ваш ребенок самостоятельно?	<input type="radio"/> Менее 1 часа <input type="radio"/> От 1 до 2 часов <input type="radio"/> Затрудняюсь ответить	
4. Как часто ребенок просит Вас поиграть с ним?	<input type="radio"/> Каждый день <input type="radio"/> Редко	
5. В какие игры чаще всего играет ваш ребенок?	<input type="radio"/> Настольные <input type="radio"/> Сюжетно-ролевые <input type="radio"/> Компьютерные	
6. Любимые игры вашего детства		
7. Перечислите любимые игры вашего ребенка		
8. Как сложно Вам придумать какую-либо новую игру для ребенка?	<input type="radio"/> Сложно <input type="radio"/> Не составляет труда	

Тише едешь — дальше будешь

Можно играть, как в доме, так и на улице. На земле очерчиваются мелом две полосы (а на полу определяются другим способом) на расстоянии примерно 20 метров. Все игроки становятся у одной линии, водящий — у другой, повернувшись ко всем спиной. Водящий произносит: «Тише едешь — дальше будешь. Стоп!» Причем, от скорости произнесения фразы: быстро или медленно, растягивая слова или убыстряя их, во многом, зависит интрига. В это время остальные игроки пытаются как можно дальше пробежать к финишу, но на слове «стоп» обязаны замереть в той позе — хоть и на одной ноге! — в какой застал их, обернувшийся водящий. Если он увидит

незаконченное движение игрока — тот выбывает из игры. Побеждает первый, добравшийся к финишу и дотронувшийся до водящего — он занимает его место, и игра начинается сначала.

Хали-хало

Правила игры Для начала считалочкой выбирают водящего. Водящий берет в руки мяч и загадывает остальным ребятам слово. Обычно говорят к какой категории принадлежит придуманное слово и его первую и последнюю букву. Например, водящий загадал слово кровать. Он говорит это предмет из мебели, он начинается на букву К и заканчивается мягким знаком. Дети начинают отгадывать слово. Как только водящий услышит правильный ответ, он кричит "Хали-хало", подкидывает мяч как можно выше вверх, а сам убегает. Ребенок, правильно отгадавший слово, ловит мяч и кричит "Стоп". Водящий останавливается. Игрок должен отгадать сколько до водящего шагов. Но шагов непростых. В каждой компании можно придумывать свои шаги. Виды шагов в игре хали-хало:

- Гигантские - самые большие шаги, на всю ширину.
- Нормальные - обычный детский шаг.
- Лилипутские - очень маленькие шажочки.
- Лягушачьи - в прыжках на корточках.
- Зонтики - ребенок кружится в сторону водящего.
- Кирпичи - шаг пятку к носку.
- Верблюжьи - шаг и плевок (главное в водящего не попасть).

Ребенок с мячом делает названное количество шагов и бросает мяч в кольцо, которое делает руками водящий. Если мяч попадает в кольцо - то игрок становится водящим и игра продолжается.

Квадрат

Правила игры Для этой игры нужна компания из четырех человек и мяч. Для начала нужно создать игровое поле. На земле чертится квадрат произвольного размера, разделенный на четыре меньших квадрата, по одному на каждого участника. В центре поля рисуется круг, предназначенный для подачи. Игра начинается с подачи мяча игроком, которого выбирают с помощью жребия (считалки). Мяч бросается одной или двумя руками в центральный круг, так, чтобы он отскочил к игроку, находящемуся по диагонали. Игрок, находящийся по диагонали, должен отбить мяч после одного касания о землю в его четверти. Отбивать мяч нужно ногами, коленом, головой, руками трогать нельзя.

Я знаю пять имен

Правила игры Ребята договариваются об очередности перехода мяча и о последовательности тем. Первый игрок начинает чеканить одной рукой мячик об землю, приговаривая: — Я знаю пять имен девочек. Аня -раз, Катя — два, Поля — три, Маша — четыре, Настя — пять. Игрок должен соблюдать ритм ударов, произнося при одном ударе по мячу одно слово. Если игрок справился с задачей он переходит к следующей теме, заранее определенной, например: - Я знаю пять имен мальчиков (названий городов, животных, насекомых, птиц, стран, городов и т.д) Если игрок сбился, упустил мяч или задумался надолго, то мяч переходит к следующему участнику. Тот начинает сначала: — Я знаю пять имен девочек Для усложнения игры можно ввести условия, что имена не должны повторяться. Когда мяч, сделав круг, вернется к первому игроку, он начинает с той темы, на которой он остановился. Игра длится до тех пор, пока всем не надоест. Победителем считается тот, кто успел охватить максимальное количество тем



«Царь горы»



В эту игру играли зимой. Для игры нужна была небольшая горка. Выбирали «Царя горы», а остальные были «хомяки». «Царь горы» забирался на горку. «Хомякам» нужно было захватить горку, а «Царь горы» должен был защищать свою территорию. Тот «хомяк», которому удастся захватить территорию, становился «Царем горы». Игра повторялась снова.

«Города»

Для этой игры расчерчивали тетрадный лист на колонки. названия колонок были такими: имя женское, имя мужское, город, река(море), растение, животное, песня, название фильма и т.д.

Один из игроков с закрытыми глазами ставил ручку на газету. На какую букву он попал, с этой буквы и должны начинаться слова в колонках. Как только все участники заполняли колонки, начинали проверять. За

правильные ответы ставили очки. Если у игрока слово ни с кем не совпало, то ему давали большее количество очков. Тот игрок, у кого все колонки заполнены и меньше всего совпадений с другими игроками, и выигрывал.

"Цепи кованные".

Количество игроков от 6 человек и более. Для игры требуется ровная площадка размером примерно 10x20 метров.



Игроки должны разделиться на две команды. На ровной площадке игроки команд встают на против друг друга (лицом к лицу) и берутся за руки, образуя цепь. Расстояние между командами 7 - 10 метров.

Игроки первой команды кричат: "Цепи, цепи кованные, разбейте нас." Игроки второй команды спрашивают "Кем из нас?"

Первая команда называет игрока, который, разбежавшись, должен разбить цепь. Если названному игроку удастся разбить цепь противника, он забирает одного игрока по месту разрыва цепи. Если разорвать цепь не удалось, разбивающий игрок становится "звенком" противоположной команды.

Команды меняются ролями. Игроки второй команды кричат: "Цепи, цепи кованные, разбейте нас. и так далее. Проигрывает та команда, в которой остается один игрок.

"ДЕСЯТОЧКИ"

Игроки устанавливают очередность и игра начинается. Сначала первый игрок старается выполнить как можно больше пунктов. Если он сбился, то мяч переходит к следующему игроку. Выигрывает тот, кто смог выполнить следующие 10 пунктов.



1. Бросить мяч об стену и поймать (10 раз)
2. Бросить мяч об стену, хлопнуть в ладоши и поймать (9 раз)
3. Бросить мяч об стену, 2 раза хлопнуть в ладоши и поймать (8 раз)
4. Бросить мяч об стену правой рукой и

поймать (7 раз)

5. Бросить мяч об стену левой рукой и поймать (6 раз)

6. Бросить мяч об стену из-под ноги и поймать (5 раз)

7. Повернуться спиной к стене, бросить мяч о землю между ног. Он сначала ударяется об землю, потом об стену, после этого поймать мяч (4 раза)

8. Ударить мяч об стену три раза подряд, сложив руки как в волейболе (3 раза)

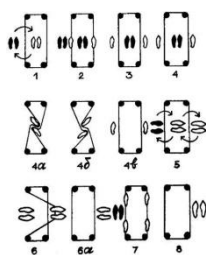
9. С закрытыми глазами бросить мяч об стену и поймать (2 раза)

10. Бросить мяч об стену, обернуться вокруг себя и поймать (1 раз)

Если игрок сбился, то в следующий раз, когда он получает мяч, он начинает выполнять упражнение на котором сбился заново. Например, он сделал 3 раза упражнения из “девяточек” (бросить мяч об стену, хлопнуть один раз и поймать), а на 4 раз сбился. Значит в следующий раз, он делает “девяточки” заново.

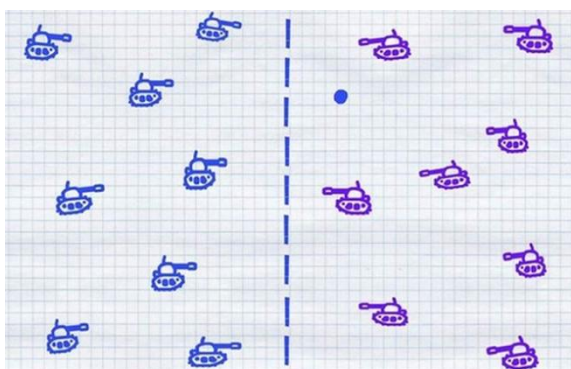
Задания могут меняться в зависимости от региона, где играют в эту игру.

«Резиночки»



Для игры нужен отрезок резинки длиной 2-4 метра. Участников должно быть не менее трех. Резиночка связывается и образует замкнутый контур.

Она растягивается на ногах двоих участников, а третий начинает игру. В процессе резиночку поднимают на ногах все выше и выше, усложняя таким образом уровень прыжков от самого простого в районе щиколотки до самого сложного – на поясе. Если игрок правильно выполняет все упражнения на предыдущем уровне, он повторяет их на следующем. А если играющий ошибается или сбивается, то ход получает следующий игрок, а предыдущий отправляется держать резиночку.



«Танчики»

1. Во-первых, берем лист бумаги и сгибаем его пополам (лист может быть любым, но лучше брать без линий и клеточек, почему? Поймете позже) .

Теперь лист разделен на два “поля”. Одно из них ваше, другое – противника. Во-вторых, расставляем (рисуем) танки по полю.

Это нужно сделать произвольно, чтобы противнику было сложнее в вас попасть. Танки должны быть небольшого размера, около 2x1 клеточки. Примерно как на картинке) . Особо их не выводите, чтобы жалко не было. Количество зависит от размера поля. Около 10 танков на двойной лист. (по 5 с каждой стороны) .

2. Все. С полем и танками разобрались, теперь самое вкусное – правила. Первый выстрел определяется жребием либо по согласию сторон. Игрок стреляет, пока не промахнется. После чего право выстрела передается другому игроку. А сам выстрел делается следующим образом. Игрок ставит точку на своем поле, так, чтобы она совпадала с танком противника на вражеском поле.

После этого он сгибает лист пополам, по линии сгиба, и находит эту точку на обратной стороне листа. Чтобы ее было видно сквозь лист, нужно сделать точку жирной. Теперь игрок рисует точку на месте этой, только уже на обратной стороне его поля. При этом отметка с его поля должна “отпечататься” на поле врага.

Если ее отпечаток попал на танк, то он считается убитым (попадания в дуло не считается убийством танка) и игрок делает еще один шаг, а если промахивается, то передает право выстрела. Игра ведется до тех пор, пока все танки одной из сторон не будут уничтожены.

3. Так же можно ходить (стрелять) по очереди, а не дожидаясь промаха противника. Такая версия будет более легкой для новичков, которые часто мажут). Я объяснил правила, по которым играю сам, вы можете менять их как вздумается, и получиться может еще лучше и интереснее!

P.S. Лучше играть на листе без клеток и линий, так как с отметками легче определить расположение танка.

Не давайте врагу считать клетки, линии, измерять расстояние руками и рассматривать поле с боков!! !Только сверху и то недолго!

"Пианино"

Игроки садятся в одну линию и все, кроме крайних игроков, кладут свои руки на колени соседей справа и слева. Таким образом, все руки перекрещиваются. Далее, игрокам нужно хлопнуть руками по коленям по порядку. И, поскольку все руки перемешаны, угадать свою очередь довольно сложно.

Игрок, который хлопнул не в свою



очередь или замешкался, штрафуются: он убирает «ошибившуюся» руку за спину. Таким образом, у его соседа изменяются условия и игра немного усложняется. Кроме того, для усложнения игры участники всё время ускоряют темп.

Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок. Он и объявляется победителем. И всё начинается сначала.

"Узелок"

Правила игры: Выбирается два ведущих для игры - "папа" и "мама". "Мама" отходит на 10-15 метров от играющих и отворачивается(подсматривать нельзя). В это время все(кроме "папы")становятся в круг и берутся за руки(условно создавая нить). "Папа" подходит к кругу и начинает командовать "ниточкой" - одному игроку говорит переступить через пару рук, второму пролезть между ними, третьему "закрутиться" вокруг стоящих рядом и т.п. Важно – ни в коем случае не разжимать руки и запутаться как можно сильнее(получается "клубок", из которого торчат руки-ноги-головы играющих).



Дальше все хором кричат считалочку: «Папа ниточку запутал, мама, узел развяжи!!!»

"Мама" приходит и пытается "распутать ниточку" - командовать игроками, чтобы они менялись местами, переступали обратно через руки, "ныряли" через гущу людей и т.п. Очень важно при этом распутывать так аккуратно, чтобы "узел" не развалился и играющие могли бы продолжать держаться за руки. Особенно интересна ситуации, когда ниточка почти распутана, остается 1-2 человека, но руки-ноги у них закручены так, что "мама" в недоумении начинает снова всех обратно запутывать.

«Следопыт»



На листках можно распечатать, а можно обвести стопы и кисти рук. На полу выкладываются листы с отпечатками в различном порядке. Детям необходимо пройти путь повторяя следы. Кто сбивается начинает заново

«Снайпер»

Нужен пластиковый стаканчик и воздушный шарик. У шарика нужно немножко отрезать верхнюю часть и одеть шарик на стаканчик. Дно у стаканчика надо вырезать. В стаканчик кладете теннисный мячик или можно обычный лист смятый в форму шарика. Ставите любую цель. Натягиваете шарик, отпускаете и попадаете в цель.



«Подъёмный кран»



Ставите разовые стаканчики в любом удобном для вас месте. Берете в рот воздушный шарик, опускаете его в стаканчик, надуваете, шарик фиксируется в стакане и таким способом можете переносить стакан в любое другое место. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.

«Попади в стаканчик»

К одному краю стола на скотч крепятся разовые стаканчики. Нужно маленьким мячиком, катнув, попасть в определенный стаканчик.



«Мышка в норке»



Что бы сделать такую игру необходимо взять крышку от какой-либо коробки (например, обувной). Из картоны или обычной бумаги вырезать полоски и с помощью клея сделать кольца. Приклеить кольца к коробочке. Вращая коробку необходимо загнать маленький мячик в кольца.

«Веселый парикмахер»

На альбомном листе нужно нарисовать лицо. На том месте где растут волосы наносим краски. Краски должны быть не сильно густые. Дуйте через



питьевую соломку на краски в разных направлениях. Получается довольно забавная прическа



«Limber»

Название игры переводится как «гибкий». Два человека натягивают веревку. Третьему нужно пройти под ней и не коснуться веревки. Проходя, наклоняться можно только назад. С каждым разом веревка опускается все ниже и ниже.

«Паук и мухи»

В дверной проем наклеиваем скотч. Отходим на расстояние и бросаем кусочки бумаги, смятые в шарик. Задача попасть в скотч (паутину).



«Самолётики»



Вырезаете круги в ватмане или в куске ненужных обоев. Складываете самолетик из бумаги. Запустив самолетик нужно попасть в один из кругов.

Зазывалки.

Кто будет играть в интересную
игру?

А в какую - не скажу!

А потом не примем, за уши
поднимем.

Уши будут красные, до того
прекрасные.

Тай-тай, налетай, в интересную
игру.

Всех принимаем и не обижаем.

А кто опоздает - в небо улетает.

1, 2, 3, 4, 5 –

Кто пойдет со мной играть?

1, 2, 3, 4 –

Руки выше, ноги шире!

1, 2, 3, 4, 5 –

Будем мы сейчас играть!

Веселиться до обеда

И друг друга забавлять!

Эй, ребята, все вниманье!

Есть веселое заданье:

Будем прыгать и скакать,

И друг друга развлекать!

Эй, девчонки и мальчишки,

Молчуны и шалунишки,

Подбегайте все скорей

Вместе будет веселей!

Кто не хочет скучать –

Все бегите к нам играть!

От души мы порезвимся,

Вместе все повеселимся!

Тай, тай, налетай

Порезвись и поиграй!

Всех в игру мы принимаем

Никого не обижаем.

А кто не придет.

Того кошка обдерет.

Считалочки.

Ехал мужик по дороге,

Сломал колесо на пороге.

Сколько нужно гвоздей?

Говори поскорей,

Не задерживай наших людей.

– Пять!

Раз, два, три, Четыре, пять.

(Пятый выходит.)

Ехала белка на тележке,

Продавала всем орешки,

Кому два, кому три,

Выходи из круга ты.

Стакан, лимон - выйди вон.

Стакан воды - выйди ты.

Ехала машина тёмным лесом

За каким-то интересом,

Инти, инти, интерес -

Выходи на букву "эс".

Шёл крокодил,
Трубку курил,
Трубка упала и написала:
Шишел-мышел,
Этот вышел.

Начинаеся считалка,
На берегу сидела галка,
Две вороны, воробей,
Три сороки, соловей.

Раз, два, три, четыре, пять -
Вышел зайчик погулять.
Вдруг охотник выбегает,
Прямо в зайчика стреляет.
Пиф! Паф! Ой-ой-ой,
Убегает зайчик мой.

Раз, два, три, четыре, пять -
Игры будем начинать.
Пчёлы в поле полетели.
Зажужжали, загудели.
Сели пчёлы на цветы.
Мы играем - водишь ты.
Черепашка хвост поджала,
И за зайцем побежала.
Оказалась впереди,
Кто не верит - выходи.

Прилетела стрекоза,
Как горошины глаза,
А сама как вертолёт,
Влево, вправо, взад, вперед.

Утром бабока проснулась,
Улыбнулась, потянулася,

Раз - росой она умылась,
Два - изящно покружилась,
Три - нагнулась и присела,
А четыре - улетела.

Раз, два, раз, два,
Вот берёзка, вот трава,
Вот полянка, вот лужок -
Выходи-ка ты, дружок.

**

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем в прятки мы играть.
Небо, звёзды, луг, цветы -
Выходи из круга ты.

Раз, два, три, четыре,
Пять, шесть, семь,
Восемь, девять, десять.
Выплывает белый месяц.
Кто до месяца дойдёт,
Тот и прятаться пойдёт.

Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы дети,
Кукушата просят пить.
Выходи - тебе водить.

Прыг да скок, прыг да скок,
Скачет заяка - серый бок.
По лесоку прыг, прыг, прыг,
По снежочку - тык, тык, тык.
Под кусточек присел,
Схорониться захотел.
Кто его поймает, тот и водит.

Бубенчики, бубенчики,

Летели голубенчики
По утренней росе,
По зелёной полосе,
Сели на сарай.
Беги, догоняй.

Раз, два, три, четыре, пять,
Шесть, семь, восемь, девять,
десять,
Выплыл ясный круглый месяц,
А за месяцем луна,
Мальчик девочке слуга.
Ты, слуга, подай метлу,
А я в карете подмету.

Вышли мыши как-то раз
Посмотреть который час.
Раз-два-три-четыре,
Мыши дернули за гири.
Тут раздался страшный звон -
Разбежались мыши вон.

Завтра с неба прилетит Синий-
синий-синий кит,
Если веришь, стой и жди,
А не веришь - выходи!

На золотом крыльце сидели
Царь, царевич
Король, королевич,
Сапожник, портной,
Кто ты будешь такой?
Говори поскорей,
Не задерживай честный и добрых
людей!

Катилась апельсина До города
Берлина,
Уроки не учила
И двойку получила.

На золотом крыльце сидели
Мишки Гамми, Том и Джерри,
Скрудж Мак-Дак и три утенка,
Выходи, ты будешь Понка!
Если Поночка уйдет,
Скрудж Мак-Дак с ума сойдет!

Список литературы:

1. Агаджанова, С. Н. Физическое развитие детей / С.Н. Агаджанова. - М.: Детство-Пресс, 2012. - 444 с.
2. Алябьева, Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет / Е.А. Алябьева. - М.: Сфера, 2015. - 144 с.
3. Болсунова, Е. Б. Сказочная гимнастика с элементами йоги. 3-4 года. Учебно-методический комплект / Е.Б. Болсунова. - М.: ВАКО, 2016. - 977 с.
4. Борисова, Вера Валерьевна; Шестакова Татьяна Алексеевна Оздоровительный Фитнес В Системе Физического Воспитания Дошкольников И Младших Школьников / Алексеевна Борисова Вера Валерьевна; Шестакова Татьяна. - Москва: Машиностроение, 2011. - 251 с.
5. Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития, 2008. - 144 с.
6. Колдина, Д. Н. Подвижные игры и упражнения с детьми 1-3 лет / Д.Н. Колдина. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. - 112 с.
7. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. - М.: Учитель, 2011. - 136 с.