

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 30»**

Рекомендована и утверждена
Методическим советом
МАОУ СОШ № 30
протокол № _____
от _____ 2020 г.

Утверждена
директор МАОУ СОШ № 30
_____ И.С.Разуваева
приказ № _____
от _____ 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры»**

Возраст обучающихся: 7 – 11 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:
учитель физической культуры
Дрожжук Дмитрий Валерьевич**

Тамбов, 2020

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена для учащихся 7-11 лет на основе Федерального государственного образовательного стандарта общего образования и в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; с Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р); с Приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП»; с приказом Министерства просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; с приказом Министерства просвещения России от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО».

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. В спортивных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы. Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное «включение» элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Программа модифицированная стартового уровня **физкультурно-спортивной направленности** включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Она предназначена для детей 7 – 11 лет .

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и

полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, игры всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Новизна данной программы заключается в том, что в её содержание включены подвижные игры, способствующее не только физическому развитию детей, но и знаниям, способствующим освоению культурного наследия русского народа. У учащихся формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаётся эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию.

Педагогическая целесообразность. Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания, личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Основная задача педагога заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно.

Отличительными особенностями программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума. Программа легко может быть адаптирована к детям с ОВЗ или учеников с высокими образовательными потребностями за счет изменения количества практических заданий и их уровня сложности. Программу можно рассматривать как элемент ранней профориентации, поскольку дети знакомятся с основами работы учителя физкультуры, тренера.

Адресат программы. Возраст детей 7-11 лет. Условия набора детей в объединение: принимаются все желающие без ограничения по здоровью при наличии медицинской справки. Наполняемость в группах составляет 10 - 15 человек.

Срок освоения программы. Срок реализации - 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 учебному часу, всего 36 учебных часов в год.

Формы обучения. Очная, занятия проводятся на улице или при плохой погоде в зале.

1.2. Цель и задачи

Цель программы - удовлетворить потребности младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические и умственные способности, нравственные качества.

Задачи:

Образовательные

- познакомить учащихся с подвижными играми, правилами, техникой, тактикой игр;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

Развивающие

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

Воспитательные

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи;
- пропагандировать здоровый образ жизни, прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Отличительными особенностями программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

Программа легко может быть адаптирована к детям с ОВЗ или учеников с высокими образовательными потребностями за счет изменения количества практических заданий и их уровня сложности.

Программу можно рассматривать как элемент ранней профориентации, поскольку дети знакомятся с основами работой учителя физкультуры, тренера.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Названия разделов	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	
2.	Игры на развитие скоростно-силовых способностей	5	1	4	Опрос. Игры
3.	Игры на развитие выносливости	4	1	3	Опрос. Игры
4.	Игры с прыжками	5	1	4	Веселые старты
5.	Игры с мячом (1 часть)	2	1	1	Опрос. Игры
	Игры с мячом (1 часть)	3	1	2	
6.	Игры на развитие глазомера и координации движений	5	1	4	Фестиваль игр
7.	Эстафеты	5	1	4	Весёлые старты
8.	Игры на формирование двигательных умений	5	1	4	Праздник «Игромания»
9.	Итоговые занятия	1	-	1	Спортивный праздник
	Всего за год	36	9	27	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Цели и задачи курса. Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практика. Входная диагностика. Игры «Золотые ворота», «Ручеек».

Раздел 2. Игры на развитие скоростно-силовых способностей

Теория. Понятия «сила» и «силовые способности». Скоростно-силовые способности: выносливость и силовая ловкость. Темп выполнения упражнений.

Правила проведения игр.

Практика. Проведение игр «Кто подходил», «Салки» «Здравствуйте», «Догони меня», «Мышеловка», «У медведя во бору», «Береги предмет», «Обыкновенные жмурки», «Не намочи ног».

Раздел 3. Игры на развитие выносливости

Теория. Что такое «физическая выносливость»? Зачем она нужна человеку. Равномерный бег. Тренировка выносливости. Правила проведения игр.

Практика. Игры «Волки, зайцы, лисы», «Вызов номеров», «День и ночь», «Волк во рву», «Горелки», «Медведи и пчелы», «Охотник и сторож», «Третий лишний», «Шишки, желуди, орехи».

Раздел 4. Игры с прыжками

Теория. Зачем человеку прыгать? Понятие «прыгучесть». Правила дыхания во время прыжков. Последовательность выполнения прыжков. Профилактика детского травматизма. Правила проведения игр.

Практика. Игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам», «Попрыгунчики-воробышки», «Удочка», «Аисты», «Не намочи ноги», «Лиса в курятнике», «Не оставайся на полу», «Солнышко», «Зеркало». Веселые старты.

Раздел 5. Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом. Совершенствование координации движений. Передачи мяча. Ловля и передача мяча в движении. Метание мяча. Броски и ловля мяча.

Практика. Игры «Мяч по полу», «Охотники и утки», «Покати-догони», Веселые старты.

Игры «Прыгай выше и дружнее», «Быстрые и меткие», «Бегуны и метатели», «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Зайцы в огороде».

Раздел 6. Игры на развитие глазомера, внимания и координации движений

Теория. Точность броска мяча в корзину. Развитие внимания. Что такое «координация движения». Зачем нужна координация движения?

Практика. Игры «Успей поймать», «Космонавты». «Попади в последнего», «Дальше и выше». Игры «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка», «Через ручеёк». «День и ночь», «Волк во рву». Игры на «Класс, смирно», «За флажками». Игры «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Фестиваль игр.

Раздел 7. Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Виды эстафет. Беговые эстафеты. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками). Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Профилактика детского травматизма при проведении эстафет.

Практика. Эстафеты «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши», «Кто дольше не собьётся», «Удочка», «Паровозик». Игры «Упасть не давай», «Совушка». Веселые старты.

Раздел 8. Игры на формирование двигательных умений

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Формирование двигательных умений: в ходьбе, беге, прыжках. Строевые упражнения на перемещение. Построение, перестроение.

Практика. Игры «Красный, зелёный», «Альпинисты», «Два мороза», «Море волнуется», «Хвостики», «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Перемена мест». Праздник «Игромания».

Раздел 9. Итоговое занятие

Практика. «Богатырские потешки». Итоговая диагностика.

1.4. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты

В ходе реализации программы «Здоровей-ка» учащиеся приобретут новые компетенции.

Результаты обучения

Учащиеся будут

знать:

- игры на развитие двигательных-скоростных качеств и выносливости;
- историю возникновения русских народных игр;
- игры на развитие глазомера и координации движений;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- правила поведения во время игры.

уметь:

- выполнять упражнения в игровых и спортивных ситуациях;
- владеть скакалкой, обручем, мячом и другим спортивным инвентарём;
- проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные, спортивные игры и соревнования.

Результаты развития: учащиеся укрепят свое здоровье и опорно-двигательный аппарат.

Результаты воспитания: в объединении сформируется дружный, сплоченный коллектив, появится понимание вести здоровый образ жизни и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Названия разделов и тем программы	Количество часов			Формы контроля/ аттестация
		Всего	Теория	Практика	
I	Вводное занятие	1	1		
1.	Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Значение подвижных игр и эстафет для здоровья. Пр. Входная диагностика. Игры «Золотые ворота», «Ручеек».	1	1		
II	2. Игры на развитие скоростно-силовых способностей	5	1	4	
2	Сила и силовые способности. Пр. Игры «Кто	1	0,5	0,5	Опрос

	подходил», «Салки».				Игры
3	Скоростно-силовые способности. Пр. Игры «День и ночь», «Здравствуйте».	1	0,5	0,5	Игры
4	Развитие скорости. Пр. Игры «Вызов номеров», «Догони меня».	1		1	Игры
5.	Развитие скоростно-силовых способностей. Пр. Игры «Мышеловка», «Береги предмет», «У медведя во бору».	1		1	Игры
6.	Темп выполнения упражнений. Пр. Игры «Обыкновенные жмурки», «Не намочи ног».	1		1	Игры
III	3. Игры на развитие выносливости	4	1	3	
7.	Физическая выносливость. Пр. Игры «Волки, зайцы, лисы», «Вызов номеров».	1	0,5	0,5	Опрос Игры
8.	Развитие выносливости. Пр. Игры«Горелки», «Медведи и пчёлы»,	1	0,5	0,5	Игры
9.	Равномерный бег. Пр. Игры«Охотник и сторож», «Третий лишний».	1		1	Игры
10	Тренировка выносливости. Пр. Игры«Шишки, жёлуди, орехи». «Волк во рву».	1		1	Игры
IV	4. Игры с прыжками	5	1	4	
11.	Зачем человеку прыгать. Пр. Игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	1	0,5	0,5	Опрос Игры
12.	Что такое «прыгучесть». Пр. Игры«Попрыгунчики-воробышки», «Удочка».	1	0,5	0,5	Игры
13.	Последовательность выполнения прыжков. Пр. Игры«Аисты», «Не намочи ноги», «Лиса в курятнике»	1		1	Игры
14.	Правила дыхания во время прыжков. Пр. Игры «Не оставайся на полу», «Солнышко», «Зеркало».	1		1	Игры
15.	Пр. Весёлые старты.	1		1	Игры
V	5. Игры с мячом	5	1	4	
16.	История возникновения игр с мячом. Пр. Игры «Охотники и утки».	1	0,5	0,5	Игры
17.	Перекаты мяча. Пр. Игры «Мяч по полу», «Покати-догони».	1	0,5	0,5	Игры

18.	Ловля и передача мяча в движении. Пр. Игры «Прыгай выше и дружнее», «Быстрые и меткие».	1		1	Игры
19.	Метание мяча. Пр. Игры «Бегуны и метатели», «Гонка мячей»	1		1	Игры
20.	Броски и ловля мяча. Пр. «Мяч соседу», «Зайцы в огороде».	1		1	Игры
VI	6.Игры на развитие глазомера, внимания и координации движений	5	1	4	
21.	Развитие глазомера. Пр. Игры«Успей поймать», «Космонавты».	1	0,5	0,5	Опрос Игры
22.	Точность броска мяча в корзину. Пр. Игры«Попади в последнего», «Дальше и выше»,«Зайцы, сторож и Жучка».	1	0,5	0,5	Игры
23.	Развитиевнимания. Пр. Игры «Фигуры», «Через ручеёк». «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием».	1		1	Игры
24.	Что такое «координация движения». Пр. Игры«Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1		1	Игры
25.	Пр. Фестиваль игр.	1		1	Фестиваль
VII	Эстафеты	5	1	4	
26.	Виды эстафет. Пр. Эстафета«С кочки на кочку».	1	0,5	0,5	Эстафета
27.	Беговая эстафета. Пр. Эстафеты«Пятнашки», «Кот и мыши»	1	0,5	0,5	Эстафета
28.	Эстафета с предметами. Пр. Эстафеты«Удочка», «Паровозик».	1		1	Эстафета
29.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия. Пр. Эстафеты«Упасть не давай», «Совушка».	1		1	Эстафета
30.	Пр. Весёлые старты.	1		1	Весёлые старты
VIII	Игры на формирование двигательных умений	5	1	4	
31.	Правильная осанка и её значение. Пр. Игры «Красный, зелёный», «Альпинисты».	1	0,5	0,5	Опрос Игры
32.	Гимнастические построения. Пр. Игры «Два мороза», «Море волнуется», «Хвостики».	1	0,5	0,5	Игры

33.	Формирование двигательных умений. Пр. Игры «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Гуси-лебеди»	1		1	Игры
34.	Строевые упражнения на перемещение. Пр. Игры «Веселые ребята», «Перемена мест».	1		1	Игры
35.	Пр. Праздник «Игромания».	1		1	Праздник
IX	Итоговое занятие	1		1	
36.	Пр. Спортивный праздник «Богатырские потешки». Итоговая диагностика.	1		1	Праздник
Всего за год		36	9	27	

2.2. Условия обеспечения программы

Методическое обеспечение

Программа разработана с учетом психологических особенностей ребенка дошкольного возраста. При составлении программы учитывались индивидуальные и возрастные особенности детей, их потенциальные возможности и способности.

При реализации программы используются различные **методы проведения занятия**:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Каждое занятие по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теория сопровождается показом наглядного материала, преподносится в форме рассказа-информации или беседы, сопровождаемой вопросами к учащимся.

Формы организации учебной деятельности: командная, малыми группами, индивидуальная.

Используются следующие **методы обучения**:

- проблемный;
- эвристический;
- репродуктивный;
- объяснительно-иллюстративный.

Занятия проводятся в следующей **форме**: игры, эстафеты, спортивные мероприятия.

При подборе средств и методов практических занятий педагог строит занятие так, чтобы оно было интересным и увлекательным. Поэтому используются для этой цели комплексные задания, в содержании которых включаются упражнения из разных видов спорта. Задания подбираются в соответствии с учебными, воспитательными, оздоровительными целями занятия.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Для педагога дополнительного образования очень важно установить партнерские отношения с родителями, создать атмосферу поддержки и общности интересов, взаимопонимания, сотрудничества и взаимодействия. Поэтому с родителями проводятся

родительские собрания, индивидуальные консультации, в конце года – анкетирование на предмет оценки удовлетворенности результатами образовательной и воспитательной деятельности в объединении.

Материально-техническое обеспечение

Оснащение учебного процесса имеет свои особенности, определяемые спецификой курса «Подвижные игры».

Для проведения занятий необходим спортивный зал. На занятиях используется спортивное оборудование и инвентарь: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки и стенки, маты.

Дидактическое обеспечение

На занятиях применяются следующие дидактические материалы:

- дидактические разработки игр;
- учебно-демонстрационные плакаты;
- учебно-методическая литература;
- методические журналы по подвижным играм.

2.3. Формы аттестации

Результаты любого из видов деятельности учащихся, в данном случае «спортивно-оздоровительного» распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение учащимися социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими педагогами как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение учащимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие учащихся между собой, т.е. в защищенной, дружественной среде.

Третий уровень результатов – получение учащимися опыта самостоятельного общественного действия. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие учащихся с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Для отслеживания динамики развития учащихся в начале и конце года проводится диагностика по методике «Оцени себя сам», а по окончании курса – анкетирование с целью получения обратной связи, также осуществляются беседы с родителями.

2.4. Оценочные материалы

- проведение мониторинга образовательной среды
- анкетирование детей и родителей на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие учащихся в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города.

Выявление достигнутых результатов осуществляется через следующие методы: беседа, опрос, наблюдение.

Результаты освоения образовательной программы, система критериев, показателей и баллов отражается в сводной таблице:

2.5. Методические материалы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
1. Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1\2 объема знаний, предусмотренных программой);	1
		Средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1\2)	5
		Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	10
2. Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений навыков программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладевал менее 1\2 предусмотренных умений и навыков);	1
		Средний уровень (объем освоенных умений и навыков составляет более 1\2);	5
		Максимальный уровень (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	10
3. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Минимальный уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);	1
		Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога);	5
		Максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10
4. Учебно-коммуникативные умения:	Адекватность восприятия других учащихся	Уровни-по аналогии	1
		С. п.3.1.1	5
			10
5. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1\2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	1
		Средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более 1\2)	

		Максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	5 10
Заключение	Результат обучения ребенка по дополнительной образовательной программе	Низкий Средний Высокий	До 46 47-98 99-140

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник «Богатырскиепотешки».

2.6. Список литературы

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2008.
2. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
3. Геллер, Е.М. Знакомьтесь: Спортландия. – М.: «Знание», 2009.
4. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. - М.: ВАКО 2004.
5. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2008г.
6. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
7. Каралашвили Е.А. «Физкультурная минутка» Динамические упражнения для детей 6-10 лет. Творческий центр «Сфера» - Москва, 2002
8. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре, - ВАКО, Москва, 2003
9. Панкеев И. Русские народные игры. - Москва, 2008.
10. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
11. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от одного года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
12. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006
13. Чайцев, В.Г., Пронина, И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007.
14. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.

