**ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО Педагогическим советомМБОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»(протокол от 27.05.2024 года № 5) | УТВЕРЖДЕНО приказом директора МБОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»от 13.08.2024 года № 185 у/д  |

 | УТВЕРЖДЕНО приказом И. о. директора МБОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»от 10.07.2020 № 42/1 у/д  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Модуль 1**

**к дополнительной общеразвивающей программе**

**«Подвижные игры»**

**на 2024-2025 учебный год**

**группа 01-106**

 Возраст обучающихся: 6-15 лет

Год обучения: первый

Автор составитель:

Баева Наталья Николаевна,

 педагог дополнительного образования

 г. Липецк, 2024

**Рабочая программа**

**Модуль 1 «Начальный уровень»**

**Цель:** приобщение к физической культуре и спорту, адаптация в современных условиях жизни.

**Задачи:**

Обучающие (предметные)

- познакомить учащихся с многообразием игр, которые можно использовать во время проведения праздников и вечеринок, а также многообразием народных игр;

Развивающие:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовки учащихся;

- развивать основные физические качества: быстрота, ловкость, меткость, выносливость;

Воспитательные

- воспитание и укрепление морально–волевых качеств обучающихся;

**Планируемые результаты.** К концу освоения программы Модуля 1 обучающийся должен

знать:

* виды игр: подвижные, малоподвижные, неподвижные игры

- основы личной гигиены;

- правила игр России;

* основы межличностного общения

уметь:

* различать виды игр;
* проводить простейшие игры;

**Содержание Модуля 1**

1. **Вводное занятие (2 часа)**

Теория -1 часа

Практика -1 часа

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

**II. Игры с использованием бега (20 часа)**

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега – 1 час

Практика- 19 час

-комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»

-комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».

-комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

-комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

-комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

**III. Игры с мячом (20 часа)**

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом. -**1 час**

Практические занятия **19 час.**

- совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».

- развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».

- обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

**IV. Игры с прыжками (22 часа)**

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой - 2 часа

Практика – 20 часов

- комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».

- комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»

- комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».

- комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

**V. Игры малой подвижности (22 часа)**

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой

Подвижности -1 час

Практика- 21 час

- комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».

- комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».

-упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

- гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «

Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

**VI. Народные игры (26 часов)**

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология -1 час

Практика – 25 часов

-разучивание народных игр. Игра «Бегунок»

-разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»

-разучивание народных игр. Игра «Котел»

-разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник"

**VII. Зимние подвижные игры (8 часов)**

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности – 2 часа

Практика – 6 часов

- игра «Лепим снежную бабу».

- игра «Лепим сказочных героев».

- игра «Санные поезда».

- игра «На одной лыже».

- игра «Езда на перекладных»

**VIII. Игровые эстафеты (18 часа)**

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки -2 часа

Практика – 16 часов

- веселые старты

- эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».

- эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

- эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».

- эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**IX. Промежуточная аттестация (2 часа)**

Тестирование- 1 час

Контрольные испытания – 1 час

## Календарно–тематическое планирование Модуля 1 (понедельник, вторник)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п  |  Дата | Тема занятий  | Кол-во часов  |
| Всего  | Теория  | Практика  |
| **140** | **13** | **127**  |
|  | 16.09.24  | Вводное занятие | 2 |  | 2 |
|  | 17.09.24 | Игры с использованием бега *Теория*. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 2 | 1 | 1 |
|  | 23.09.24 | Игры с прыжками. *Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой | 2 | 1 | 1 |
|  | 24.09.24 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки» | 2 |  | 2 |
|  | 30.09.24 | Игры с мячом. *Теория*. Правила безопасного поведения при играх с мячом | 2 | 1 | 1 |
|  | 01.10.24  | Народные игры. *Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология | 2 | 1 | 1 |
|  | 07.10.24 | Игры малой подвижности. *Теория*. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности | 2 | 1 | 1 |
|  | 08.10.24 | Игры с прыжками. Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 2 | 1 | 1 |
|  | 14.10.24 | Игровые эстафеты. *Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки | 2 | 2 |  |
|  | 15.10.24 | Игры с мячом. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 21.10.24 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 2 |  | 2 |
|  | 22.10.24  | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь» | 2 |  | 2 |
|  | 28.10.24 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 2 |  | 2 |
|  | 29.10.24 | Игры с мячом. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 05.11.24  | Игры с прыжками. Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 2 |  | 2 |
|  | 11.11.23 | Игровые эстафеты. «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» | 2 |  | 2 |
|  | 12.11.24 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место» | 2 |  | 2 |
|  | 18.11.24  | Игры с мячом. Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд» | 2 |  | 2 |
|  | 19.11.24  | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом» | 2 |  | 2 |
|  | 25.11.24 | Игры малой подвижности. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки» | 2 |  | 2 |
|  | 26.11.24 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 2 |  | 2 |
|  | 02.12.24  | Игры малой подвижности. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 2 |  | 2 |
|  | 03.12.24  | Игры с использованием бега. Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» | 2 |  | 2 |
|  | 09.12.24 | Игры с мячом. Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 10.12.24 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 2 |  | 2 |
|  | 16.12.24  | Игры малой подвижности. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 2 |  | 2 |
|  | 17.12.24  | Игровые эстафеты. Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд» | 2 |  | 2 |
|  | 23.12.24  | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики» | 2 |  | 2 |
|  | 24.12.24  | Зимние спортивные игры. *Теория*. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности | 2 | 2 |  |
|  | 30.12. 24 | Зимние спортивные игры.Игра «Лепим снежную бабу»,Игра «Лепим сказочных героев» | 2 |  | 2 |
|  | 13.01.25 | Игровые эстафеты. Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд» | 2 |  | 2 |
|  | 14.01.25 | Игровые эстафеты. «Чемпионы скакалки», «Вьюны» | 2 |  | 2 |
|  | 20.01.25 | Игровые эстафеты. «Стрекозы», «На новое место» | 2 |  | 2 |
|  | 21.01.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель» | 2 |  | 2 |
|  | 27.01.25 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки» | 2 |  | 2 |
|  | 28.01.25 | Игры малой подвижности*.* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны» | 2 |  | 2 |
|  | 03.02.25 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 2 |  | 2 |
|  | 04.02.25 | Зимние подвижные игры. Игра «Санные поезда». Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных» | 2 |  | 2 |
|  | 10.02.25 | Игры малой подвижности. Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек» | 2 |  | 2 |
|  | 11.02.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи» | 2 |  | 2 |
|  | 17.02.25 | Игры с мячом. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 18.02.25 | Игровые эстафеты. Веселые старты | 2 |  | 2 |
|  | 24.02.25 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник" | 2 |  | 2 |
|  | 25.02.25 | Зимние подвижные игры. Игра «Лепим снежную бабу»,Игра «Лепим сказочных героев» | 2 |  | 2 |
|  | 03.03.25 | Игры малой подвижности. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки» | 2 |  | 2 |
|  | 04.03.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь» | 2 |  | 2 |
|  | 10.03.25 | Игры с мячом. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 11.03.25 | Народные игры. Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 2 |  | 2 |
|  | 17.03.25 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 2 |  | 2 |
|  | 18.03.25 | Игры малой подвижности. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки» | 2 |  | 2 |
|  | 24.03.25 | Игровые эстафеты. «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» | 2 |  | 2 |
|  | 25.03.25 | Народные игры. Игра «Бегунок» | 2 |  | 2 |
|  | 31.03.25 | Игры с мячом. Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч» | 2 |  | 2 |
|  | 01.04.25 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра«Воробушки» | 2 |  | 2 |
|  | 07.04.25 | Игры малой подвижности. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 2 |  | 2 |
|  | 08.04.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место» | 2 |  | 2 |
|  | 14.04.25 | Игры с мячом. Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи» | 2 |  | 2 |
|  | 15.04.25 | Игры с прыжками. Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 2 |  | 2 |
|  | 21.04.25 | Игры малой подвижности*.* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны» | 2 |  | 2 |
|  | 22.04.25 | Народные игры. Игра «Котел» | 2 |  | 2 |
|  | 28.04.25 | Малоподвижные игры. Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек» | 2 |  | 2 |
|  | 29.04.25 | Игры с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки» | 2 |  | 2 |
|  | 05.05.25 | Народные игры. Игра «Дедушка – сапожник» | 2 |  | 2 |
|  | 06.06.25 | Игры с мячом. Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи» | 2 |  | 2 |
|  | 12.05.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель» | 2 |  | 2 |
|  | 13.05.25 | Игры с мячом. Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд» | 2 |  | 2 |
|  | 19.05.25 | Игры с использованием бега. Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь» | 2 |  | 2 |
|  | 20.05.25 | Промежуточная аттестация | 2 | 1 | 1 |
|  | 26.05.25 | Игровые эстафеты.Веселые старты | 2 |  | 2 |
|  | 27.05.25 | Народные игры. Игра «Бегунок» | 2 |  | 2 |

**Оценочные материалы к Модулю 1**

## I-я часть (тестирование)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п  | Вопрос  | Варианты ответов  | Правильный ответ  |
| 1  | Олимпийский девиз? («Быстрее, выше, сильнее!»)  | 1. «Быстрее, выше, сильнее» 2. Кто быстрее, выше, сильнее» 3.Сильные, энергичные, быстрые и симпатичные  | «Быстрее, выше, сильнее»   |
| 2  | Какие бывают олимпийские игры? | 1. зимние и летние. 2. осенние и весенние 3.летние и осенние  | зимние и летние.  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 3  | В старину, надевая на ноги, их называли «скороходами». А как называют их сейчас?  | 1.ролики 2. лыжи 3.коньки  | (коньки)  |
| 4  | Начало дистанции – это «старт», а конец ее?  | 1.конечный пункт 2. финиш 3.остановка  | финиш  |
| 5  | Продолжите поговорку. В здоровом теле – здоровый ……… (дух) Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в …… (тепле)  | 1.ум 2. дух 3.разум 1.сапогах 2.тепле 3.носках  | дух   тепле  |
| 6  |  Всемирный день здоровья считается:(7 апреля)  | 1. 1 сентября
2. 7 января
3. 7 апреля
 | 7 апреля  |
| 7  |  Как называют молодых спортсменов? (Юниоры)  | 1. юниоры 2.мастера спорта 3.разрядники  | юниоры  |
| 8  | Что стремятся установить спортсмены на соревнованиях?  | 1. результаты 2.рекорды 3.разряд  | Рекорды  |
| 9  |  Инструмент спортивного судьи.  | 1. свисток
2. жезл

3.указка  | Свисток  |
| 10  | Спортивный снаряд для перетягивания.  | 1. веревка
2. шпагат
3. канат
 | канат  |

## II-я часть (контрольные испытания)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольное упражнение  | Возраст  | Мальчики  |   |   | Девочки  |   |   |
|   |   | низкий  | средний  | высокий  | низкий  | средний  | высокий  |
| Бег 30 м  | 7 8 9 10  | 7,5 7,1 6,8 6,6  | 7,3 7,0 6,7 6,5  | 5,6 5,4 5,1 5,0  | 7,6 7,3 7,0 6,6  | 7,5 7,2 6,9 6,5  | 5,8 5,6 5,3 5,2  |
| Челночный бег 3\*10м  | 7 8 9 10  | 11,2 10,4 10,2 9,9  | 10,8 10,0 9,9 9,5  | 9,9 9,1 8,8 8,6  | 11,7 11,2 10,8 10,4  | 11,3 10,8 10,3 10,0  | 10,2 9,7 9,3 9,1  |
| Прыжок в длину с места, см  | 7 8 9 10  | 100 110 120 130  | 115 125 130 140  | 155 165 175 185  | 90 100 110 120  | 110 125 135 140  | 150 155 160 170  |
| Наклон вперед из положения сидя  | 7 8 9 10  | 1 1 1 2  | 4 4 4 5  | 9 7 7 8  | 2 2 2 3  | 7 7 7 9  | 11 12 13 14  |
| Подтягивания на перекладине (мальчики – на высокой, девочки-на низкой)  | 7 8 9 10  | 1 1 1 1  | 2 2 3 3  | 4 4 5 5  | 2 3 3 4  | 5 6 7 8  | 12 14 16 18  |

**Во избежание травм рекомендуется:**

1. Выполнять упражнения только после разминки с достаточным согреванием мышц.
2. Надевать тренировочный костюм в холодную погоду.
3. Не применять скоростные усилия с максимальной интенсивностью в ранние утренние часы.
4. Не бегать продолжительно по асфальту и другим сверхжестким покрытиям.
5. Прекращать нагрузку при появлении болей в мышцах.
6. Применять упражнения на расслабление и массаж.
7. Освоить упражнения на растягивание «стретчинг».
8. Применять втирания, стимулирующие кровоснабжение мышц, но только по совету врача.

**Организационно-педагогические условия.**

### Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы необходимы:Наличие большого помещения для проведения занятий – спортивный зал или площадка стадиона (при условии хорошей погоды). Помещение должно быть сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным освещением.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Средства обучения**  | **Кол-во единиц на группу**  | **Степень использования в %**  |
| Муз. оборудование  | 1  | 100 %  |
| Теннисные мячи  | 10 шт.  | 50%  |
| Скакалки  | 10 шт.  | 100%  |
| Обручи  | 4 шт.  | 100%  |
| Скамейки гимнастические  | 2шт.  | 100%  |
| Мяч волейбольный  | 2 шт.  | 80%  |
| Мяч баскетбольный  | 1 шт.  | 80%  |
| Мяч футбольный  | 1шт.  | 50%  |
| Кегли  | 6шт.  | 80%  |
| Ракетка для н/тенниса  | 4 шт.  | 50%  |
| Теннисный стол  | 1шт.  | 50%  |

**Кадровое обеспечение.** Руководитель объединения – Баева Наталья Николаевна, имеет высшее профессиональное образование, общий стаж работы 31 год, стаж по должности педагога дополнительного образования 11 лет.

Елецкий государственный педагогический институт по специальности «Педагогика и методика начального обучения».

Курсы повышения квалификации: 2022г. Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Институт современного образования», тема «Современная система дополнительного образования и перспективы ее развития в условиях реализации ФГОС общего и инклюзивного образования», 72 часа.

**Список литературы:**

1. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от года до 14 лет.– М.: Новая школа, 1994.–288 с.
2. С.А.Шмаков. Игры-потехи, забавы-утехи, Липецк «Ориус»,1994
3. С.А.Шмаков. Учимся, играя…Методическое пособие, «ЦГЛ», 2003
4. С.А.Шмаков. Ее величество игра МИП «NВ Магистр», Москва, 1992 5. Климов С.Е. Дворовый спорт/С.Е. Климов.–2-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2011.–166 с.
5. Формирование здорового образа жизни у младших школьников/авт.-сост. Т.Н. Захарова и др.– Волгоград: Учитель, 2007.–174 с.
6. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии/Под ред.

Л.В. Шапковой.– СПб, «Детство-пресс», 2002, 160 с.

1. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: из опыта работы / Авт.-сост. О.Н. Моргунова.– Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007.-176 с.
2. Игры-обучение, тренинг, досу./Под ред. В.В. Петрусинского//В четырех книгах.– М.: Новая школа, 1994.–368 с.
3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО, 2005 г.