

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» имеет физкультурно – спортивную направленность.

Актуальность программы. 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. Достижение этих задач в большей мере зависит от умелой организации и соблюдения методических требований к проведению игр, нежели к их содержанию.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их со сверстниками в свободное время.

Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Цель - содействие всестороннему развитию, направленному на формирование физической культуры личности школьника. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение школьниками основами физической культуры, слагаемыми которой являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Задачи программы:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства управления здоровьем, физического развития и физической подготовки человека;

- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование ее напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Распределение программного материала по классам: 1кл-17ч (1 час в 2 недели); 2 кл-17ч (1 час в 2 недели); 3 кл – 17ч (1 час в 2 недели); 4кл –17 час (1 час в 2 недели). Всего за 4 года – 68 час.

Форма обучения по программе – очная.

Данная программа реализуется в группах учащихся разных возрастных категорий в форме кружка.

Требования к уровню подготовки учащихся, окончивших 4 класс

Знать и иметь представление:

- о способах и особенностях движений и передвижений человека, роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;

- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, сек.	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см Сгибание рук в висе лежа (кол-во раз)	130 5	125 4
К выносливости	Бег 1000 м Передвижение на лыжах 1,5 км	Без учета времени Без учета времени	
К координации	Челночный бег 3 x 10 м, сек.	11,0	11,5

Форма аттестации: тестирование

Материально-техническое обеспечение

Дидактические материалы

1	Подвижные и спортивные игры	
1.2	Маты гимнастические	Г
1.3	Мячи: набивные весом 1 кг, 2 кг	Г
1.4	Мяч малый теннисный	К
1.5	Скакалка детская	К
1.6	Палка гимнастическая	К
1.7	Обруч гимнастический	К
1.8	Контейнер для хранения малых мячей	Д
1.9	Стойка для прыжков в высоту	Д
1.10	Рулетка измерительная	Д
1.11	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Г
1.12	Комплект щитов баскетбольных с сеткой и кольцами	Д
1.13	Мячи баскетбольные	Д
1.14	Сетка для переноса и хранения мячей	Г
1.15	Сетка волейбольная	Д
1.16	Мячи волейбольные	Г
1.17	Мячи футбольные	Г
1.18	Компрессор для накачивания мячей	Д
2	Спортивные залы (кабинеты)	
2.1	Спортивный зал игровой	9м*18м
2.2	Кабинет учителя	
2.3	Подсобное помещения для хранения инвентаря и оборудования	1.5м*3м
3	Пришкольный стадион (площадка)	
3.1	Легкоатлетическая дорожка (100м)	Д
3.2	Сектор для прыжков в длину	Д
3.3	Площадка игровая (10м*20м)	Д
3.4	Гимнастический городок	Д

Условные обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Г – комплект, необходимый для практической работы.

Учебный план

1 год обучения

1 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	К своим флажкам	2	
2	Два мороза	2	
	Итого	4	

2 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Прыгающие воробушки	1	
2	Зайцы в огороде	1	
3	Лисы и куры	2	
	Итого	4	

3 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Кто дальше бросит	1	
2	Точный расчет	1	
3	Метко в цель	2	
	Итого	4	

4 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Мяч водящему	2	
2	Мяч в корзину	1	
3	Попади в обруч	2	
	Итого	5	

2 год обучения

1 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	К своим флажкам	2	
2	Два мороза	2	
	Итого	4	

2 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Прыгающие воробушки	1	
2	Зайцы в огороде	1	
3	Лисы и куры	2	
	Итого	4	

3 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
--	------------------	--------------	------

1	Кто дальше бросит	1	
2	Точный расчет	2	
3	Метко в цель	2	
	Итого	5	

4 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Мяч водящему	1	
2	Мяч в корзину	1	
3	Попади в обруч	2	
	Итого	4	

3 год обучения

1 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Пустое место	2	
2	Белые медведи	2	
	Итого	4	

2 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Прыжки по полоса	1	
2	Волк во рву	1	
3	Удочка	2	
	Итого	4	

3 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Кто дальше бросит	1	
2	Точный расчет	2	
3	Метко в цель	2	
	Итого	5	

4 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Гонка мячей по кругу	1	
2	Овладей мячом	1	
3	Охотники и утки	2	
	Итого	4	

4 год обучения

1 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Пустое место	2	
2	Белые медведи	2	
	Итого	4	

2 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Прыжки по полоса	1	
2	Волк во рву	1	
3	Удочка	2	
	Итого	4	

3 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Кто дальше бросит	1	
2	Точный расчет	2	
3	Метко в цель	2	
	Итого	5	

4 четверть

	Учебный материал	Кол-во часов	Дата
1	Гонка мячей по кругу	1	
2	Овладей мячом	1	
3	Охотники и утки	2	
	Итого	4	

Содержание программы

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.

1 год обучения «К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки».

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.

«Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».

Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.

«Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».

Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге.

Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча, развитие способностей к реакции, ориентированию в пространстве.

«Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему», «У кого меньше мячей», «Школа мяча», «Мяч в корзину», «Попади в обруч».

Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

При соответствующей игровой подготовке игры, рекомендованные для 3 класса «Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-баскетбол, мини-гандбол, варианты игры в футбол.

Знания о физической культуре. 1 класса. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.

Самостоятельные занятия. 1 год обучения. Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами.

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.

2 год обучения «К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки».

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.

«Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».

Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.

«Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».

Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге.

Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча, развитие способностей к реакции, ориентированию в пространстве.

«Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему», «У кого меньше мячей», «Школа мяча», «Мяч в корзину», «Попади в обруч».

Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

При соответствующей игровой подготовке игры, рекомендованные для 3 класса «Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-баскетбол, мини-гандбол, варианты игры в футбол.

Знания о физической культуре. 2 год обучения. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.

Самостоятельные занятия. 2 год обучения. Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами.

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.

3 год обучения «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», игры из 1-2

года обучения.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.

«Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка».

Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.

Все игры из 1-11 классов. Освоение элементарных умений в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления. Броски по воротам с 3-4 м в гандболе и броски в цель (в ходьбе и медленном беге), удары по воротам в футболе.

Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча, развитие способностей к реакции, ориентированию в пространстве.

«Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы»

Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

«Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-баскетбол, мини-гандбол, варианты игры в футбол.

Знания о физической культуре. 3 года обучения. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.

Самостоятельные занятия. 3 год обучения. Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами.

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.

4 год обучения. «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», игры из 1-2 года обучения.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.

«Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка».

Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.

Все игры из 1-11 классов. Освоение элементарных умений в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления. Броски по воротам с 3-4 м в гандболе и броски в цель (в ходьбе и медленном беге), удары по воротам в футболе.

Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча, развитие способностей к реакции, ориентированию в пространстве.

«Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы»

Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

«Борьба за мяч», «Перестрелка», мини-баскетбол, мини-гандбол, варианты игры в футбол.

Знания о физической культуре. 4 год обучения. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.

Самостоятельные занятия. 4 год обучения . Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами.

Календарный учебный график

1 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		2	К своим флажкам	Игра	Входная диагностика
2		2	Два мороза	Игра	Диагностика сердечных сокращений
3		1	Прыгающие воробушки	Игра	Диагностика сердечных сокращений
4		1	Зайцы в огороде	Игра	Диагностика сердечных сокращений
5		2	Лисы и куры	Игра	Диагностика сердечных сокращений
6		1	Кто дальше бросит	Игра	Диагностика сердечных сокращений
7		2	Точный расчет	Игра	Диагностика сердечных сокращений
8		2	Метко в цель	Игра	Диагностика сердечных сокращений
9		1	Мяч водящему	Игра	Диагностика сердечных сокращений
10		1	Мяч в корзину	Игра	Диагностика сердечных сокращений
11		2	Попади в обруч	Игра	Диагностика сердечных сокращений

2 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		2	К своим флажкам	Игра	Входная диагностика
2		2	Два мороза	Игра	Диагностика сердечных сокращений
3		1	Прыгающие воробушки	Игра	Диагностика сердечных сокращений
4		1	Зайцы в огороде	Игра	Диагностика сердечных сокращений
5		2	Лисы и куры	Игра	Диагностика сердечных сокращений
6		1	Кто дальше бросит	Игра	Диагностика сердечных сокращений

7		2	Точный расчет	Игра	Диагностика сердечных сокращений
8		2	Метко в цель	Игра	Диагностика сердечных сокращений
9		1	Мяч водящему	Игра	Диагностика сердечных сокращений
10		1	Мяч в корзину	Игра	Диагностика сердечных сокращений
11		2	Попади в обруч	Игра	Диагностика сердечных сокращений

3 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		2	Пустое место	Игра	Входная диагностика
2		2	Белые медведи	Игра	Диагностика сердечных сокращений
3		1	Прыжки по полосам	Игра	Диагностика сердечных сокращений
4		1	Волк во рву	Игра	Диагностика сердечных сокращений
5		2	Удочка	Игра	Диагностика сердечных сокращений
6		1	Кто дальше бросит	Игра	Диагностика сердечных сокращений
7		2	Точный расчет	Игра	Диагностика сердечных сокращений
8		2	Метко в цель	Игра	Диагностика сердечных сокращений
9		1	Гонка мячей по кругу	Игра	Диагностика сердечных сокращений
10		1	Овладей мячом	Игра	Диагностика сердечных сокращений
11		2	Охотники и утки	Игра	Диагностика сердечных сокращений

4 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		2	Пустое место	Игра	Входная диагностика
2		2	Белые медведи	Игра	Диагностика сердечных сокращений
3		1	Прыжки по полосам	Игра	Диагностика сердечных сокращений
4		1	Волк во рву	Игра	Диагностика сердечных сокращений
5		2	Удочка	Игра	Диагностика сердечных сокращений
6		1	Кто дальше бросит	Игра	Диагностика сердечных сокращений
7		2	Точный расчет	Игра	Диагностика сердечных сокращений
8		2	Метко в цель	Игра	Диагностика сердечных сокращений
9		1	Гонка мячей по кругу	Игра	Диагностика сердечных сокращений
10		1	Овладей мячом	Игра	Диагностика сердечных сокращений
11		2	Охотники и утки	Игра	Диагностика сердечных сокращений

Методическое обеспечение программы

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям

младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование - безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Для успешного освоения содержания программы используются разнообразные формы учебных занятий: беседа, тренировка, игра, соревнование, состязание. Занятия проходят в групповой и индивидуальной форме.

В результате обучения обучающиеся знакомятся со многими играми. Что позволяет воспитывать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с друзьями в свободное время.

Список литературы

Список литературы для педагога

1. Абрамов Э.Н., Бобкова Л.Г. Разработка рабочих программ по учебному предмету «Физическая культура»: Методические рекомендации. – Курган: ИПКиПРО Курганской области, 2006. – 22 с.
2. Абрамов Э.Н. Оценка по физической культуре: нормативно-правовые и организационные аспекты: Методические рекомендации. – Курган: ИПКиПРО Курганской области, 2005.- 24 с.
3. Коваленко М.И., Пекшева А.Г. Справочник учителя 1-11 классов. - Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – Курган: ИПКиПРО Курганской области, 2005. – 72 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для студентов институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
6. Настольная книга учителя физической культуры: Справ. – метод. пособие / Сост. Б.И. Мишин. – М.: «Издательство АСТ; ООО «Издательство Астрель», 2003. – 626 с.
7. Образовательные программы и методические материалы для реализации третьего дополнительного урока физической культуры /ИПКИПРО Курганской области. – Курган, 2005. – 75 с.
8. Примерные программы по учебному предмету федерального базисного учебного плана «Физическая культура» /ИПКИПРО Курганской области. - Курган, 2005. – 34 с.
9. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования по физической культуре /ИПКИПРО Курганской области. - Курган, 2004. – 24 с.
10. Электронная база нормативно-правовых и методических материалов по физической культуре /ИПКИПРО Курганской области.

Список литературы для детей

1. В. И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений.
2. Светлана Силантьева: Подвижные игры на каждый день для укрепления здоровья детей. Литера, 2012 г. – 64 с.
3. Энциклопедия для детей: Спорт. – М.:Аванта Плюс,2001.
4. Громова О. Е. Спортивные игры для детей. — М.: ТЦ Сфера, 2003. — 128 с. (Серия «Вместе с детьми».)