

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края
Отдел образования Администрации Таскетского муниципального округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Кандатская средняя школа"

«РАССМОТРЕНО»

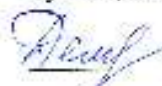
«СОГЛАСОВАНО»

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ММО

Методист МБОУ

Директор МБОУ «Кандатская

 Н.Н. Демченко

«Кандатская СШ»

СШ  О.И. Анотко

Приказ № 1

 В.А. Пиюнова

Приказ №03-02109

от «30» августа 2023 г.

«30» августа 2023 г.

«30» 08. 2023 г.

Внеурочная деятельность

«Мир игр»

Класс: 1-4 классы
Учитель: Рубцова Т.В.

пос. Сплавной, 2023

Пояснительная записка

Программа «Мир игр» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального, основного и среднего общего образования второго поколения.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Актуальность программы:

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мир игр» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Включает в себя, как теоретическую – изучение полезных и вредных привычек, так и практическую часть – организация подвижных игр.

Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

Цели программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха;
- приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- профилактика вредных привычек;
- воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Место курса в учебном плане:

Программа рассчитана для учащихся начальных, основных и средних классов, на 1 года обучения.

На реализацию курса «Мир игр» в 1 классе - 66 ч в год, 2-4 классы — 68ч. в год (2 часа в неделю). Занятия проводятся по 35-40 минут в соответствии с нормами СанПиНа.

70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

Для успешной реализации программы будут использованы Интернет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

Ценностные ориентиры:

В своей работе педагог должен ориентироваться не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоения знаний и представлений в поведении. Педагог учитывает, что ребёнок, изучая себя, особенности организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать своё здоровье.

Методика работы с детьми должна строиться в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Содержание занятий желательно наполнять сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику младшего школьного возраста.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

Данная программа строится на принципах:

- Научности - содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.

- Коллективности – ребёнок получает опыт жизни в обществе, опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.
- Патриотизма – идентификация себя с Россией, её культурой.
- При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

- Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивной площадки
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация питания учащихся;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
- организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с медицинским работником.

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

Алгоритм работы с подвижными играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Режим и место проведения занятий:

Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятий – 35-40 минут.

Место проведения – спортивный зал, пришкольная спортивная площадка, кабинет для внеурочных занятий. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете для внеурочных занятий.

Результатом практической деятельности по программе «Мир игр» можно считать следующие критерии:

- Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
- Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
- Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.
- Класс взаимодействует с младшими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления.
- Классный руководитель координирует проектную работу учащихся, направленную на сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья. Результаты представляем на классных часах и внеклассных мероприятиях начальных классов школы.
- Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.

Формы подведения итогов работы:

Анкетирование детей

Мониторинг состояния здоровья детей

Спортивные праздники с привлечением родителей

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся начальных классов должны: иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о вредных и полезных привычках;
- о народных играх;
- о различных видах подвижных игр;
- о соблюдении правил игры.

уметь:

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- применять игры самостоятельно;
- соблюдать правила игры;
- работать в коллективе.

Планируемы результаты изучения учебного предмета

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии

спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Содержание учебного предмета

Мир игр 1 класс (66 часов)

- 1. Вводное занятие.** План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.
- 2. История развития легкоатлетического спорта.** Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.
- 3. Гигиена спортсмена и закаливание.** Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий
- 4. Места занятий, их оборудование и подготовка.** Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.
- 5. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.** Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.
- 6. Ознакомление с правилами соревнований.** Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.
- 7. Общая физическая и специальная подготовка.** Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика. Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами.
- 8. Ознакомление с отдельными элементами техники бега и ходьбы.** Ходьба. Обычно в равномерном темпе, быстром до 800 м.. Бег. Свободный по прямой и повороту. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).
- 9. Спортивные соревнования.** Согласно плану спортивных мероприятий.
- 10. Народные игры.** Русская народная игра «У медведя во бору», «Филлин и пташка», «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч», «Зарница». Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.
- 11. Игры на развитие психических процессов.**
Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок». Игры на развитие памяти. Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник». Игры на развитие воображения. Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай». Игры на развитие мышления и речи. Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку». Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка. Игры «Баба Яга», «Три характера».
- 12. Подвижные игры.**
Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз». Игра с мячом «Охотники и утки». Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву». Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки». Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы». Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.
- 13. Спортивные игры.**
Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину. Игра. Эстафета. Веселые минутки.

2 класс (68 часов)

1. Вводное занятие. План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.

2. История развития легкоатлетического спорта. Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.

3. Гигиена спортсмена и закаливание. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий.

4. Места занятий, их оборудование и подготовка. Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.

5. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.

6. Ознакомление с правилами соревнований. Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.

7. Общая физическая и специальная подготовка. Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика. Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами.

8. Тренировка в отдельных видах легкой атлетики.

Бег: низкий старт с последующим ускорением, челночный бег «3 x 10м», бег с изменением темпа. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивностью, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или уменьшающимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный “6-ти минутный бег”.

Броски: большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Метание малого мяча на дальность способом “из-за головы”.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90 и 100 градусов, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега.

9. Спортивные соревнования. Согласно плану спортивных мероприятий.

10. Игры-эстафеты.

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам». Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий.

11. Подвижные игры разных народов.

Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки». Игры мордовского народа. «Котел» «Салки». Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела». Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок. Игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки». Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч» «Отдай платочек». Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки». Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча»

12. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».

Упражнения со скакалками. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением. Упражнения со скалками.

13. Подвижные игры, основанные на элементах:

- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;

- легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;

- лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;

- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

14. Зимние забавы. Зимой на воздухе. «Городки», Скатывание шаров, «Гонки снежных комов». Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Эстафета на санках. Лыжные гонки.

15. Итоговое занятие. Праздник здоровья и подвижной народной игры.

3 класс (68 часов)

1. Вводное занятие (1 час). План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.

2. История развития легкоатлетического спорта. Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.

3. Гигиена спортсмена и закаливание. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий

4. Основы техники видов легкой атлетики. Техника бега на короткие и средние дистанции. Техник бега на длинные дистанции.

5. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.

6. Общая физическая и специальная подготовка. Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика. Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами.

7. Тренировка в отдельных видах легкой атлетики.

Бег: низкий старт с последующим ускорением, челночный бег «3 x 10м», бег с изменением темпа. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивностью, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 50 м (с сохраняющимся или уменьшающимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный “6-ти минутный бег”.

Броски: большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Метание малого мяча на дальность способом “из-за головы”.

Прыжки: в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

8. Спортивные соревнования. Согласно плану спортивных мероприятий.

9. Общие подвижные символические игры. «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

Игры для формирования правильной осанки. «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки». Игры со скакалками. «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка». Игры с бегом. «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок». Игры с прыжками. «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото». Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».

10. Игры для развития внимания. «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».

11. Общеразвивающие игры. «Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казачи и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

12. Игры с разными предметами. «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки». Игры с камешками, шариками и палками. «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

13. Хороводные игры. «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Зайка», «Ручеёк».

14. Игры в помещении. «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл». Игры в фанты. «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби». Игры- шутки. «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка». Сюжетные игры. «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и

ласточки». Загадки, шарады, каламбуры. «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

15. Праздник «Мир русских народных игр». Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочки», «Коробейники», «Сказочница», Гусиное перо».

4 класс (68 часов)

1. Вводное занятие. План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.

2. Гигиена спортсмена и закаливание. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий.

3. Основы техники видов легкой атлетики. Техника бега на короткие и средние дистанции. Техник бега на длинные дистанции.

4. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.

5. Общая физическая и специальная подготовка. Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика. Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами. Повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений, метание набивных мячей (1-2 кг) одной и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок “в горку”; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание и последующее спрыгивание с горки матов; спрыгивание и последующее запрыгивание на горку матов.

6. Тренировка в отдельных видах легкой атлетики.

Бег: низкий старт с последующим ускорением, челночный бег «3 x 10м», бег с изменением темпа. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивностью, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 50 м (с сохраняющимся или уменьшающимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный “6-ти минутный бег”.

Броски: большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Метание малого мяча на дальность способом “из-за головы”.

Прыжки: в длину и высоту с разбега способом «перешагивание».

7. Спортивные соревнования. Согласно плану спортивных мероприятий.

8. Спортивные игры на улице: Лапта. История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства. Отработка игровых приемов.

9. «Казачьи разбойники»: История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства. Отработка игровых приемов.

10. Ходьба на лыжах: Подготовка оборудования, выбор местности для занятий, оказание первой помощи при обморожениях. Организация спортивных соревнований.

11. Взятие снежного городка: Организация городка силами групп школьников, Продумывание игровых правил. Оборудование игровой площадки.

12. Спортивные игры в зале: Волейбол. История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства.

13. «Вышибалы». История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства.

14. «Перестрелка». История возникновения игры, правила игры, оборудование, отработка приемов, выбор и ограничение пространства. Проведение спортивных соревнований.

Тематическое планирование (1-4 классы)

№ п/п	Тема	Основные виды занятий	Общее кол-во часов	Дата	Примечание
<i>1 класс</i>					
1	Вводное занятие	План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.	1		
2	История развития легкоатлетического спорта	Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.	1		
3	Гигиена спортсмена и закаливание	Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий	1		
4	Места закаливания	Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики.	1		
5	Оборудование для закаливания и его подготовка.	Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.	1		
6	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой	Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.	1		
7	Ознакомление с правилами соревнований	Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.	2		
8	Общая физическая подготовка	Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика.	5		
9	Специальная подготовка	Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами	5		
10	Ознакомление с отдельными элементами техники бега и ходьбы	Ходьба. Обычно в равномерном темпе, быстром до 800 м.. Бег. Свободный по прямой и повороту. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).	9		

11	Спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий.	4		
12	Русские народные игры	Знакомство с русскими народными играми. Русские народные игры	2		
13	Русская народная игра «Кот и мышь»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
14	Русская народная игра «У медведя во бору»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
15	Русская народная игра «Филлин и пташка»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
16	Русская народная игра «Горелки»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
17	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
18	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
19	Игры на развитие психических процессов	Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».	1		
20	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров»	1		
21	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».	1		
22	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».	1		
23	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».	1		
24	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	Игры «Баба Яга», «Три характера».	2		
25	Подвижные игры	Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые	8		

		упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.			
26	Игры на внимание	«Класс, смирно», «За флажками».	1		
27	Игра с элементами ОРУ	«Море волнуется – раз».	1		
28	Игра с мячом	Игра «Охотники и утки».	1		
29	Весёлые старты с мячом.	Игра «Волк во рву».	1		
30	Весёлые старты со скакалкой.	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1		
31	Игры на свежем воздухе	«Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы».	1		
32	Спортивные игры	Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину.	6		
<u>2 класс</u>			68		
1	Вводное занятие	План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.	1		
2	История развития легкоатлетического спорта	Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.	1		
3	Гигиена спортсмена и закаливание	Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий	1		
4	Места закаливания	Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики.	1		
5	Оборудование для закаливания и его подготовка.	Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.	1		
6	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой	Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.	1		
7	Ознакомление с правилами соревнований	Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.	2		
8	Общая физическая подготовка	Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика.	5		
9	Специальная подготовка	Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на	5		

		гимнастических снарядах и со снарядами			
10	Ознакомление с отдельными элементами техники бега и ходьбы	Ходьба. Обычно в равномерном темпе, быстром до 800 м.. Бег. Свободный по прямой и повороту. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).	9		
11	Спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий.	4		
12	Русские народные игры	Знакомство с русскими народными играми. Русские народные игры	2		
13	Русская народная игра «Кот и мышь»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
14	Русская народная игра «У медведя во бору»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
15	Русская народная игра «Филлин и пташка»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
16	Русская народная игра «Горелки»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
17	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
18	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
19	Игры на развитие психических процессов	Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».	1		
20	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров»	1		
21	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».	1		
22	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».	1		

23	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».	1		
24	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	Игры «Баба Яга», «Три характера».	2		
25	Подвижные игры	Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	8		
26	Игры на внимание	«Класс, смирно», «За флажками».	1		
27	Игра с элементами ОРУ	«Море волнуется – раз».	1		
28	Игра с мячом	Игра «Охотники и утки».	1		
29	Весёлые старты с мячом.	Игра «Волк во рву».	1		
30	Весёлые старты со скакалкой.	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1		
31	Игры на свежем воздухе	«Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы».	1		
32	Спортивные игры	Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину.	6		
<u>3 класс</u>			68		
1	Вводное занятие	План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.	1		
2	История развития легкоатлетического спорта	Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.	1		
3	Гигиена спортсмена и закаливание	Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий	1		
4	Места закаливания	Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики.	1		
5	Оборудование для закаливания и его подготовка.	Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.	1		
6	Техника безопасности во	Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и	1		

	время занятий легкой атлетикой	обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.			
7	Ознакомление с правилами соревнований	Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.	2		
8	Общая физическая подготовка	Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика.	5		
9	Специальная подготовка	Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами	5		
10	Ознакомление с отдельными элементами техники бега и ходьбы	Ходьба. Обычно в равномерном темпе, быстром до 800 м.. Бег. Свободный по прямой и повороту. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).	9		
11	Спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий.	4		
12	Русские народные игры	Знакомство с русскими народными играми. Русские народные игры	2		
13	Русская народная игра «Кот и мышь»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
14	Русская народная игра «У медведя во бору»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
15	Русская народная игра «Филлин и пташка»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
16	Русская народная игра «Горелки»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
17	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
18	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
19	Игры на развитие психических процессов	Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». Упражнения и игры на внимание. Упражнение	1		

		«Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».			
20	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров»	1		
21	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».	1		
22	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».	1		
23	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».	1		
24	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	Игры «Баба Яга», «Три характера».	2		
25	Подвижные игры	Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	8		
26	Игры на внимание	«Класс, смирно», «За флажками».	1		
27	Игра с элементами ОРУ	«Море волнуется – раз».	1		
28	Игра с мячом	Игра «Охотники и утки».	1		
29	Весёлые старты с мячом.	Игра «Волк во рву».	1		
30	Весёлые старты со скакалкой.	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1		
31	Игры на свежем воздухе	«Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы».	1		
32	Спортивные игры	Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину.	6		
<u>4 класс</u>			68		
1	Вводное занятие	План работы кружка. Правила поведения в кружке и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.	1		
2	История развития легкоатлетического спорта	Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.	1		
3	Гигиена спортсмена и закаливание	Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды,	1		

		обуви и мест занятий			
4	Места закаливания	Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики.	1		
5	Оборудование для закаливания и его подготовка.	Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.	1		
6	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой	Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.	1		
7	Ознакомление с правилами соревнований	Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.	2		
8	Общая физическая подготовка	Практические занятия. Строевые упражнения. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах. Акробатика.	5		
9	Специальная подготовка	Подвижные игры. Спортивные игры. Лыжи. Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами	5		
10	Ознакомление с отдельными элементами техники бега и ходьбы	Ходьба. Обычно в равномерном темпе, быстром до 800 м.. Бег. Свободный по прямой и повороту. Выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).	9		
11	Спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий.	4		
12	Русские народные игры	Знакомство с русскими народными играми. Русские народные игры	2		
13	Русская народная игра «Кот и мышь»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
14	Русская народная игра «У медведя во бору»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
15	Русская народная игра «Филлин и пташка»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
16	Русская народная игра «Горелки»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.	1		
17	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства.	1		

		Разучивание игры. Проведение игры.			
18	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
19	Игры на развитие психических процессов	Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра». Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».	1		
20	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров»	1		
21	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».	1		
22	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».	1		
23	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».	1		
24	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	Игры «Баба Яга», «Три характера».	2		
25	Подвижные игры	Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	8		
26	Игры на внимание	«Класс, смирно», «За флажками».	1		
27	Игра с элементами ОРУ	«Море волнуется – раз».	1		
28	Игра с мячом	Игра «Охотники и утки».	1		
29	Весёлые старты с мячом.	Игра «Волк во рву».	1		
30	Весёлые старты со скакалкой.	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	1		
31	Игры на свежем воздухе	«Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы».	1		
32	Спортивные игры	Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину.	6		

УМК

Литература для учителя:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. - М. : Просвещение, 1988
2. Безруких М. М. , Филиппова Т.А, Макеева А.Г Разговор о правильном питании / Методическое пособие.- М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 80 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
8. Ковалько В.И. Школа физкультминутки.- М., ВАКО, 2005.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
10. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
11. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987
12. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988
13. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
14. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011
15. DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
16. DVD «Азбука безопасности на дороге» - ТО «Маски», Москва, 2009.

Литература для родителей и детей:

1. Алексин Н.В.. Что такое. Кто такой.- М.: Педагогика - Пресс, 1992.год.
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – Москва, Просвещение, 1983г.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1995
5. Дедулевич М.Д. Не пропустить миг игры: подвижные игры, игровые поединки – Мозырь Белый ветер 2002г.
6. Елкина Н. В., Тараборина Т. Н. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997.
7. Чудакова Н. В. Я познаю мир: Детская энциклопедия. – Издательство АСТ -ЛТД, 1997.
8. Шебеко В.Н., Овсянин В.А , Карманова А.В.; «Физкульт – ура!» Программа физического воспитания в детском саду под редакцией В.Н. Шебеко – Минск ИЗД. В.М. Скакун, 1997