

Отдел образования и молодежной политики
администрации Заволжского муниципального района
**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования для детей»**

Принято на педагогическом
Совете МБУДО ЦДОДД
Протокол №54 от «20» сентября 2023 г

Утверждено приказом директора
МБУДО ЦДОДД №46а от 20.09.2023 г
Балашов М.И.



*Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа*
«Игры народов мира»
Уровень освоения - базовый

Направленность: социально - гуманитарная
Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации: 2 года
Руководитель: педагог дополнительного
образования
Тихомирова Наталья Богдановна

г.Заволжск, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Направленность Программы.

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Игры народов мира» имеет социально-гуманитарную направленность.
Уровень освоения – базовый.

Актуальность Программы.

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Рост числа заболеваний среди школьников за последние годы стремительно набирает темпы. Наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения, трудности организации здоровьесберегающего обучения школьников, особенно младших классов. На современном этапе актуальной становится задача обеспечения образования без потерь здоровья обучающихся.

Программа **актуальна**, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Игра - ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально-волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Новизна Программы.

Новизна Программы в том, что она объединила в себе теоретические сведения об игровых традициях русского народа и других народов, учитывает потребность детей младшего школьного возраста в двигательной активности. Позволяет формировать осознанный выбор здорового образа жизни, создает эмоционально положительную основу для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Педагогическая целесообразность.

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию физических качеств, через элементы игры способствует пробуждению интереса детей к разным видам деятельности человека.

Цель и задачи Программы.

Цель Программы: создание единого территориального воспитательно-образовательного пространства для творческой общественно полезной и спортивно-оздоровительной деятельности; расширение кругозора в сфере организации своего досуга через знакомство подвижными и спортивными играми; приобщение детей и подростков к активному отдыху оздоровительного, познавательного и развлекательного характера.

Задачи программы:

Обучающие:

- приобретение знаний о народных играх, о традициях, истории и культуре разных народов;
- обучение разнообразным правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности обучающихся.

Воспитательные:

- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье;
- привитие обучающимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности.
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Категория обучающихся.

Данная программа рассчитана для обучающихся в возрасте от 7 до 11 лет (младший школьный возраст).

Возрастные особенности детей младшего школьного возраста.

Дети младшего школьного возраста отличаются особой подвижностью и постоянной потребностью к движению. Однако при выборе игр нужно помнить, что организм младших школьников не готов к перенесению длительных напряжений. Их силы быстро истощаются и довольно быстро восстанавливаются.

Подвижные игры должны занимать большое место в жизни детей младшего школьного возраста, так как это соответствует их возрастным особенностям.

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

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

Срок реализации Программы.

Срок реализации Программы – 2 года.

Общее количество часов программы- 140.

Число часов 1- го года обучения -70, 35 недель по 2 часа в неделю.

Число часов 2- го года обучения -70, 35 недель по 2 часа в неделю.

Форма образовательной деятельности и режим занятий.

Форма обучения – очная, групповая, количество обучающихся в группе от 12 до 15 человек.

На занятиях применяются дифференцированный и индивидуальный подход к каждому обучающемуся.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (академический час – 45 минут).

Продолжительность учебного года в 35 недель определена Уставом МКУ ДО ЦДОДД. В каникулы занятия по Программе осуществляется в обычном режиме.

Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год представлен в Приложении 1 к Программе.

Календарный учебный график на 2023-24 учебный год.

Год обучения	Кол-во часов в неделю	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Режим занятий	Размер академического часа
1-й	2	02.10.2023	02.06.2024	35	70	2 р в неделю по 1 ак. часу	45 мин

Ожидаемые результаты Программы. По итогам освоения Программы обучающиеся

должны знать:

- о народных традициях народов мира;
- подвижные игры разных народов.

будут уметь:

- быстро принимать решение и приводить его в исполнение,
- проявлять инициативу,
- оказывать товарищескую поддержку,
- добиваться достижения общей цели,
- организовывать и проводить подвижные игры,
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

В результате обучений обучающиеся должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Универсальные компетенции:

— умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

— умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметные результаты:

— организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;

— обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;

— представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— формировать навыки здорового образа жизни;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Учебный план.

1 год обучения.

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности)	2	1	1	Опрос-игра Наблюдение
2.	Основные правила народных подвижных игр	4	2	2	Соревнование-игра
3.	Командные народные подвижные игры	8	1	7	Соревнование-игра
4.	Народные игры - эстафеты	8	1	7	Соревнование-игра, эстафеты
5.	Игры, способствующие развитию основных физических качеств	10	2	8	Соревнование-игра
6.	Зимние забавы	6	1	5	Соревнование-игра
7.	Игры народов разных стран мира	16	2	14	Соревнование-игра
8.	Сюжетные игры	10	2	8	Соревнование-игра
9.	Хороводные игры	4	1	3	Соревнование-игра
10.	Итоговое (контрольное) занятие	2	-	2	Анализ результатов
	Итого	70	13	57	

2 год обучения

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности)	2	1	1	Опрос-игра Наблюдение
2.	Домашние и дикие животные	16	4	12	Опрос-игра Наблюдение
3.	Народные русские игры как традиционное явление	18	4	14	Опрос-игра Наблюдение
4.	Народные русские праздники	16	4	12	Опрос-игра Наблюдение
5.	Игры сверстников прошлых лет	16	3	13	Опрос-игра Наблюдение
6.	Итоговое (контрольное) занятие	2	1	1	Анализ результатов
	Итого	70	17	53	

Содержание разделов учебного плана

1 год обучения.

1. Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности).

Теория: Основы знаний. Формирование группы, основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах народных подвижных игр.

Практика: Русские игры «Гуси – лебеди», «Жмурки», «У медведя во бору».

2. Основные правила подвижных народных игр.

Теория: Экскурс в историю народных игр, показ видеофильмов. Знания об основных правилах подвижных игр, способа выбора водящих, начальные навыки владения мячом.

Практика: «Горелки с платочком», «Море волнуется раз», «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте».

3. Командные народные подвижные игры.

Теория: Понятие о команде; цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта.

Практика: Игры «Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок» Осетинские народные игры: «Перетягивание», «Борьба за флажки», «Жмурки». татарская народная игра: «Лисички и курочки».

4. Народные игры – эстафеты.

Теория: Что такое эстафета, основные правила проведения эстафет, судейство эстафет (слайд-шоу).

Практика: Начальные навыки владения мячом, передачи и ловля. Начальные навыки прыжков с ноги на ногу, на двух ногах, на одной ноге, через вращающуюся скакалку. Умение ориентироваться в игровом пространстве. Эстафеты «Рыболовы», «Перебежки», «Челнок», «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», «Скакалка», «Бабка-Ёжка», «Сторож», эстафеты с лазанием по гимнастической скамейке, эстафеты с большим и малым мячом, эстафеты с различными предметами, эстафеты парами. Украинская народная игра «В речку гоп». Народная казахская игра «Тенге алу». Белорусская народная игра «Бульба». Бурятская игра «Ловкие оленеводы».

5. Игры, способствующие развитию основных физических качеств.

Теория: История развития народных игр на развитие основных физических качеств. Упражнения для развития физических качеств. Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.

Практика: Русские народные игры «Нитка и иголка», «На прорыв», «Поймай хвост дракона», «Сохрани равновесие», «Бой петухов», «Удочка», «Волна», «Удержи круг», «Перестрелка», «Совушка». Калмыцкие народные игры - «Заяц», «Я - страшный жук» («Би - цогт хогт»), «Ловкий наездник», «Зайцы, берите капусту» («Туулас, хавстан бэртн»), «Луу - сюлинь (хвост дракона)». Дагестанские народные игры - «Подними платок», «Есть в ауле Детский Сад», Чеченские народные игры - «Утушка»(Бобешк), «Охотники», «Овцы в горах». *Зимние забавы* .

Теория: Как правильно одеваться для зимних прогулок, участие в зимних играх.

Практика: Русские игры: «Два Деда Мороза», «Подними предмет», «Спуск с поворотом», «Слалом на санках», «Проехать через ворота», «Снежки», «Чей ком больше», «Кто кого перетянет», «Снеговик-мишень», «Снежная галерея». Карельская народная игра: «Пятнашки на санках». Игры народов Сибири и Дальнего Востока: «Льдинки, ветер, мороз», «Рыбаки и рыбки».

6. Игры народов разных стран мира.

Теория: Знакомство с историей появления игр, их названий, правила ведения игры.

Практика: Народные игры «Хлопки в ладоши» (Япония), «Один в круге» (Венгрия), «Охотничий мяч» (Франция), «Вытолкни из круга» (Казахстан), «Неразбериха», (Куба), «Лес, болото, озеро» (Белоруссия), «Галки» (Молдавия), «Хромая уточка» (Украина), «Огонь - вода» (Украина), «Чухур» (Азербайджан), «Беги, Гуарача, беги!» (Чили), «Больная кошка» (Бразилия), «Салки по кругу» (Танзания).

7. Сюжетные игры.

Теория: Знакомство с играми на основе опыта детей, имеющих у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т.п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц.

Практика: «Космонавты», «Земля, вода, воздух, огонь», «охотник и сторож», «Часовые и разведчики», «Жадный повар», «Зайцы в огороде», «Море волнуется», «Мыши и две кошки», «Канатоходцы», «Почта», «Баба-яга», «Самовар».

Литовская народная игра «Кошка и мышка». Украинские народные игры: «Колдун», «Печки»

8. Хороводные игры.

Теория: Знакомство с историей появления хороводных игр, их названий, правила ведения игры. Развитие коммуникации детей, умение способности общаться, развитие тактильного и эмоционального взаимодействия.

Практика: Игры «Пошли козлы по лесу», «Плетень», «Каравай», «Берёзка», «Кострома», «Кошки-мышки», «Ручеёк», «Теремок».

9. Итоговое (контрольное) занятие.

Теория: Подведение итогов по программе 1-ого года обучения, просмотр фотографий, слайд-шоу.

Практика: Игровая программа.

Содержание разделов Программы

2 год обучения.

1. Вводное занятие (инструктаж по технике безопасности).

Теория: Инструктаж по технике безопасности, повторение пройденного материала.

Практика: Считалки. Скороговорки. Жребий.

2. Домашние и дикие животные.

Теория: Домашние и дикие животные. Отношение человека к животным в природе, показ видеофильмов.

Практика: «Гуси-лебеди», «Пастух и стадо», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчёлки и ласточки», «Кошки-мышки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка», «Хромая лиса», «Филин и пташки», «Лягушата», «Зайка и ежи», «Медведь и медовый пряник», «Хромой цыпленок», «Оса», «Ящерица». Якутская народная игра «Соколиный бой». Эстонская народная игра - «Лошадки». Татарская народная игра - «Серый волк». Осетинская народная игра - «Гаккарис».

3. Народные русские игры как традиционное явление культуры.

Теория: Народные игры как традиционное явление культуры. История отечественной культуры. Забавы, обряды, игры.

Практика: «Дедушка-рожек», «Домики», «Ворота», «Зарница», «Корзинки», «Каравай», «Невод», «Охотники и утки», «Ловись, рыбка»,

«Птицелов», «Рыбаки», «Едут там трубачи», «Игры с песнями и хороводами», «Кашевары», «Пирог», «Звонарь», «Игра с солнцем», «Карусели» и др.

4. Народные русские праздники.

Теория: Народные праздники как давнее народное наследие наших предков.

Практика: Игры и забавы на масленицу: «Петушки», «Малечена-калечена», «Бой мешками», «Снежный лабиринт», «Снежный тир», «Снежная горка», «Три ноги», «Русская метла». Игры на Пасху: «Игры с крашенками», «Жары», «Грудка», «Мены», «Одиночка», пасхальные эстафеты, игры на Ивана Купалу: «Хвосты», «Молчанка», «Бояре», «Ручеёк» и т.д.

5. Игры сверстников прошлых лет.

Теория: История игр сверстников прошлых столетий.

Практика: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Ловишка», «Третий лишний», «Чижик», «Чехарда», «Отгадай, чей голосок», «Платочек-летуночек», «Народный мяч», «Сахариночка», «Жмурка и бубенец», «Садовник», «Просо» и др.

6. Итоговое (контрольное) занятие.

Теория: Подведение итогов обучения по программе, просмотр фотографий, слайд-шоу.

Практика: Перетягивания в парах (сидя, стоя, за руки, за веревку, за палку), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Тяни на булавы», «Цепикованные», «Колокол», «Тары-бары».

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Методическое обеспечение Программы

Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

К формам проведения подвижных игр относятся:

- сюжетные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,

- подвижные игры с элементами соревнования,
- игры большой, малой и средней подвижности.

Подвижные игры обладают еще одним достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Существует и негативная особенность подвижных игр. Их соревновательный характер приводит к значительному эмоциональному накалу, мобилизации всех сил и повышению работоспособности, играющие увлекаются и забывают об усталости. Хотя развитие выносливости и предполагает наступление утомления, но руководитель должен по внешним признакам не допускать его крайних форм и вовремя снизить интенсивность и объем нагрузок.

Подвижные игры – хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, поэтому они уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продленного дня или дома, после возвращения из школы.

Алгоритм проведения занятий.

Теоретический материал преподается в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются. Широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий должны быть учтены особенности организма обучающихся, эмоциональное, физическое состояние и функциональные возможности каждого из участников игры. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

Перечень педагогических методик и технологий, используемых в процессе обучения:

Для обеспечения успешной реализации программы предполагается использование широкого спектра методов, приемов и средств:

- использование материала для речевой и познавательной активности детей (загадки, пословицы, поговорки, народные приметы);
- игры разнообразного характера (подвижные, познавательно-развлекательные).

Технологии обучения, применяемые при реализации Программы:

- Технология развивающего обучения
- Технология коллективного совместного обучения (работа в паре, групповая работа, работа в парах сменного состава)
- Игровые технологии
- Здоровьесберегающие технологии
- Технологии обучения здоровому образу жизни
- Технология раскрепощенного развития детей

- Информационно-коммуникационные технологии.

Алгоритм работы с играми.

- Знакомство с содержанием игры.
- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.
- Обсуждение игр.

Формы контроля и оценочные материалы.

К способам определения результативности освоения программы относятся методы отслеживания (диагностики) успешности овладения обучающимся содержанием программы:

- педагогическое наблюдение,
- педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов, зачетов,
- активности обучающихся на занятиях,
- мониторинг.

Формы подведения итогов:

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере,
- разработать (придумать) свои подвижные игры,
- начать создание картотеки подвижных народных игр Заволжского района (с привлечением не только обучающихся, но и их родителей).

Оценка образовательных результатов обучающихся (промежуточная и итоговая) Программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении обучающимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные праздники;
- «День здоровья».

Одним из показателей работы объединения «Подвижные игры» является результаты мониторинга по уровню подготовленности занимающихся (см. Приложение 2).

Материально-техническое обеспечение.

Вид образовательных ресурсов	Наименование объектов и средств организации учебной деятельности	Примечания
Учебно-методическая литература	Методическая литература для учителя.	
	Энциклопедии.	
	Словари.	
	Справочные пособия.	
	Периодические издания по предмету.	
Учебно-практическое и лабораторное оборудование	Наборы для гимнастических упражнений.	Включают стенку, скамейку, бревно, перекладину, палку, скакалку и т.п.
	Комплект навесного оборудования.	Перекладина, мишени для метания, баскетбольные щиты.
	Мячи. Коврики.	Набивной 1 кг и 2 кг, мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные и футбольные.
	Кегли.	
	Обручи.	
	Флажки.	
	Оборудование для игры в волейбол.	
	Лыжи.	

Кадровое обеспечение.

Занятия проводит педагог дополнительного образования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

Литература для педагога.

1. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие.//
2. В. Е. Гриженя / М.: Советский спорт, 2005.
3. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.
4. Кенеман А. В. 'Детские подвижные игры народов СССР' - Москва: 'Просвещение', 1988 - с.239
5. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.Просвещение, 1989 г.
6. Лях В. И., Зденевич А. А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. //В. И. Лях, А. А. Зденевич / М.: Просвещение, 2008.
7. Макаров В.В., Макарова Г.А." Игра, в которые играют в России", издательство " Академический Проект",2008г .
8. Симонова И.О. " Детские праздники: сценарии, игры, конкурсы", издательство "РИПОЛ классик", 2006 г.
9. Энциклопедия для родителей. Детские развивающие игры", издательство "Просвещение",2008г.

Литература для воспитанников:

1. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
2. «Сценарии праздников для детей . Подвижные игры»– Мир Книги, Москва. 2003.

Литература для родителей.

1. Абысова, Г.А. Влияние занятий физической культурой на здоровье школьников [Текст] / Г. А. Абысова, Н.Я. Эглит -- М., 1992, -- 152 с.
2. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой [Текст]: Книга для учителя / Н.П. Аникеева. - М., 1987. -- 178 с.
3. Бутин, И.М. Развитие физических способностей [Текст] / И.М. Бутин, А.Д. Викулов. - М., 2002. - 250 с.
4. Велитченко, В.К. Физкультура для ослабленных детей [Текст] / В.К. Велитченко. -- 2-е изд., перераб и доп. -- М.: ФиС, 1999. -- 210 с.
5. Войнбаум, Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников [Текст]/ Я.С. Войнбаум. - М.: Просвещение, 2002. - 245с.
6. Гомова, О.С. Спортивные игры для детей [Текст] / под ред. О.С. Гомовой. - М.: Сфера, 2002. - 84 с.

Интернет- ресурсы.

1. <http://igra-naroda.ru>
2. <http://www.pravilaigr.ru>
3. <http://azbuka-igr.ru>
4. <http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000019/index.shtml>

**Оценочные материалы
уровня физической подготовленности воспитанников**

№	Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Н	С	В	Н	С	В
1.	Скоростные.	Бег 30 м (<i>сек</i>)	7,5 и выше	7,3-6,2	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,4	5,8 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м (<i>сек</i>)	11,2 и выше	10,8-10,3	9,9 и ниже	11,7 и выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
3.	Скоростно- силовые.	Прыжок в длину с места (м)	1.00 и ниже	1.15-1.35	1,55 и выше	0.85 и ниже	1.10-1.30	1.50 и выше
4.	Выносливость.	Бег 6 мин (<i>м</i>)	700 и менее	750-900	1,100 и выше	500 и менее	600-800	900 и выше
5.	Гибкость.	Наклон вперед из положения «сидя» (<i>см</i>)	1 ниже	3-5	10 и выше	2 и ниже	6-9	12,5 и выше
6.	Силовые.	Подтягивание м. – из вися д. – из вися лежа (<i>раз</i>)	1	2-3	4 и выше	2 и ниже	4-8	12 и выше

Уровень:

В – высокий

С – средний

Н – низкий