


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Инчоун»
689313, Чукотский автономный округ, Чукотский район, с. Инчоун, ул. Морзверобоев, д. 18

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБОУ «Центр образования с. Инчоун»
№ 1 от 19.11.2025 г

УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора МБОУ
«Центр образования с. Инчоун»

Н.А. Рожицкая
Приказ № 56/1 от 19.11.2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Юные спортсмены»
для учащихся 1-4 классов
2025-2026 учебный год

Направленность программы: физкультурно-оздоровительное

Категория и возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок освоения программы: 1 год

Объем часов в год: 102 часа

Разработчик программы:
Этывекет Л.И.,
педагог дополнительного
образования

**Инчоун
2025**

Оглавление

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Сведения о Программе, направленность	3
1.3. Объём, сроки освоения, сроки обучения, форма обучения	4
1.4. Цель и задачи программы.....	5
1.5. Календарный учебный график.....	5
1.6. Содержание программы	5-8
1.6.1. Учебный план.....	5
1.6.2. Содержание учебного плана	6
1.7. Планируемые результаты	8

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1. Условия реализации программы	9
2.2. Формы, порядок и периодичность аттестации и текущего контроля	10
2.3. Оценочные материалы	11
2.4. Методические материалы	12
2.5. Воспитательные компоненты	12
2.6. Календарный план воспитательной работы.....	13

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ И ЛИТЕРАТУРА	13
--	-----------

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спортсмен» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказом Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. №3081-р;
- Концепция развития детско-юношеского спорта в российской Федерации от 28 декабря 2021 г. №3894-р.

1.2. Сведения о Программе, направленность

Программа обеспечивает общее физическое развитие младших школьников, освоение и совершенствование техники общефизических упражнений, необходимые теоретические знания.

Актуальность состоит в том, что программа способствует формированию, сохранению и укреплению здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Содержание программы раскрывает: механизмы формирования у обучающихся, ценности здоровья.

Программа является дополнением вариативной части учебного плана по физической культуре, также учитывает мероприятия рабочей программы воспитания МБОУ «ЦО с. Инчоун» в модулях: общешкольные дела (по спортивным мероприятиям, здоровый образ жизни), работа с родителями. Программа включает элементы регионального компонента.

Заниматься в кружке может каждый ученик, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям.

Для каждой возрастной группы, занимающихся программой, предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

При подборе средств и методов практических занятий педагог понимает, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому использует для этой цели комплексные занятия, в содержание которых включаются упражнения из разных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры или гимнастика, подвижные игры и т. д.). Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия, а также индивидуальными особенностями каждого ребёнка.

Адресат программы

Программа рассчитана на возраст детей от 7 до 11 лет.

Уровень программы: базовый

1.3. Объём, сроки освоения, сроки обучения, форма обучения

Программа работы кружка рассчитана на один учебный год обучения. Общее количество – 102 часов, количество часов в неделю - 3 часа.

Форма обучения: очная

Формы организации образовательного процесса и виды занятий

Программа ориентирована на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся, интеллектуального, эмоционального, социального здоровья младших школьников, гигиенических требований и правил, формирование навыков здорового образа жизни.

Основные виды деятельности

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- участия в соревнованиях
- сдача контрольных нормативов;
- зачеты, тестирования.

Формы проведения занятий или виды занятий:

- теоретические занятия;
- занятие – соревнование;
- эстафеты;
- парное и командное участие;
- индивидуальные зачеты.

Режим занятий

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования. Структура каждого занятия зависит от конкретной темы и решаемых в ней задач. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу (1 академический час – 40 минут).

Если занятия объединяются и проводятся по 2 часа, то обязательно с перерывом 15 мин.

Объем и дозировка общеразвивающих физических упражнений определяются в зависимости от уровня физического развития занимающихся, задач занятия и периода тренировки.

1.4. Цель и задачи программы

Цель: сохранение, укрепление и развитие физического, интеллектуального, эмоционального, социального здоровья младших школьников.

Для достижения данной цели определяются следующие задачи:

- обучать физическим качествам (выносливость, ловкость, быстрота, гибкость и подвижность);
- приобщать младших школьников к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни, развивать общую культуру и эрудицию.

1.5. Календарный учебный график

Календарный график на 2025-2026 учебный год

Период учебного года	01.09. 2025-26.05.2026
Начало учебных занятий	4 сентября 2025 года
Продолжительность учебного года	36 недель
Продолжительность учебной недели	5 дней
Сроки и продолжительность каникул	с 31.12.2025 г. по 11.01.2026 г. (12 дней), с 27.05.2026 г. по 31.08.2026 г.
Сроки проведения промежуточной аттестации	май
Продолжительность занятий	40 минут

1.6. Содержание программы и учебный план

1.6.1. Учебно-тематический план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Тема 1. Вводный блок. Техника безопасности по темам	4	4		Беседа, индивидуальный, фронтальный опрос
2	Тема 2. Краткий обзор развития физкультуры	1	1		Сообщение
3	Тема 3. Рабочие места, оборудование, снаряжение	1	1		Беседа
4	Тема 4. Гигиена и самоконтроль занятий	4	3	1	Беседа, сообщение, индивидуальный, фронтальный опрос
5	Тема 5. Общая физическая подготовка	10	1	9	Контроль общефизического состояния, нормативы, результаты медосмотра
6	Тема 6. Контрольные упражнения	4		4	Нормативы индивидуальные
7	Тема 7. Соревнования	8		8	Судейство
		32	10	22	
8	Тема 8. Культурно-массовая и воспитательная работа	70	10	60	Индивидуальные и групповые зачеты
8.1	Игры с элементами легкой атлетики	4	1	3	
8.2	Разновидности прыжков	6	1	5	
8.3	Бег, кросс: их разновидности	6	1	5	
8.4	Упражнения на развитие гибкости.	5	1	4	
8.5	Упражнения на освоение навыков равновесия.	5	1	4	
8.5	Игры на развитие быстроты реакции.	6	1	5	
8.6	Национальные виды спорта	8	1	7	
8.7	Упражнения и игры с различными мячами.	12	1	11	
8.8	Силовые упражнения	8	1	7	
8.9	Лыжная подготовка.	10	1	9	
ВСЕГО		102	20	82	

1.6.2. Содержание программы

Программа включает:

1. Спортивные игры - ознакомление с техникой игры в пионербол, футбол. Двусторонние игры по упрощенным правилам. Изучение правил игры, судейство. Вопросы тактики. Двусторонние игры.
2. Подвижные игры - одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.
3. Гимнастика: круговая тренировка: (сгибание, разгибание рук в упоре лежа, подъём туловища из положения лежа, прыжки на скакалке); акробатические упражнения - перекаты, «мост», «берёзка», «лодочка», кувырок вперёд, назад; опорный прыжок через козла; эстафеты с элементами акробатики.
4. Лыжная подготовка - обучение технике ходьбы на лыжах различными способами, повороты, способы подъема в гору, спуски в различных стойках, способы торможения.
5. Понятие «Низкий старт», разновидности ходьбы, медленный бег до 8 мин, челночный бег, бег на короткие, средние дистанции и кросс, эстафетный бег по кругу и встречная эстафета, прыжок в высоту способом «перешагивание», метание мяча в цель из различных исходных положений и на дальность, самоконтроль при физических занятиях.
6. Общеразвивающие упражнения включаются в каждое занятие с целью укрепления костно-связочного аппарата, развития мышц, подвижности в суставах и координации движений, улучшения сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.

Общеразвивающие упражнения выполняются на месте и в движении, без предметов и с предметами, на гимнастических снарядах, индивидуально или с партнером.

Упражнения на ловкость, гибкость, силу, быстроту, точность, координацию и внимание проводятся из различных исходных положений рук и ног, усложняются дополнительными движениями отдельных частей тела и отягощениями.

Особенностями данной программы является применение принципа вариативности - содержание занятия, планируется с учетом индивидуальных возрастно-половых психофизиологических особенностей обучающихся, их личных желаний. Это позволяет организовать учебный процесс посильный для всех, так как обучающиеся, не теряя в объеме и содержании учебного материала, движутся в освоении программы каждый своим темпом.

Содержание по темам *Тема*

1. Вводный блок.

Правила поведения в спортивном зале. Техника безопасности при занятиях со снарядами. Страховка при занятиях со снарядами. Инструктаж по технике безопасности и поведению при чрезвычайных ситуациях.

Тема 2. Краткий обзор развития физкультуры.

История возникновения Олимпийских игр. Создание спортивных обществ и развитие физкультуры и спорта в Советском Союзе и России.

Тема 3. Рабочие места, оборудование, снаряжение.

Спортивная терминология. Специальная терминология различных видов спорта. Рабочее место. Снаряжение для тренировок и соревнований: одежда, обувь.

Тема 4. Гигиена и самоконтроль занятий.

Общий режим дня. Режим питания и питьевой режим. Использование естественных природных факторов для укрепления здоровья и закаливания. Вред курения, употребления алкогольных напитков и наркотиков. Гигиена занятий. Понятие о тренировке и "спортивной форме".

Тема 5. Общая физическая подготовка

Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Краткие сведения о строении и физиологии организма человека. Костно-связочный аппарат, мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о сердечно-сосудистой системе. Дыхание во время занятий. Влияние занятий физическими упражнениями на функционирование опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма. Особенности и различия в занятиях юношей и девушек. Значение общей физической подготовки.

Общеразвивающие упражнения со скакалками, с гимнастическими палками, на гимнастических стенках, с набивными мячами и т.д. Базовые и специальные упражнения и комплексы в различных видах спорта (легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные игры, настольный теннис, туристическая подготовка).

Практические занятия. Разминка. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса в различных положениях (стоя, сидя, лежа, лежа в наклоне): разводка, подтягивания, круговые вращения руками. Упражнения для мышц шеи и туловища: наклоны, вращения и повороты головы; наклоны, повороты, круговые движения туловищем. Упражнения для мышц брюшного пресса. Упражнения для мышц спины: наклоны, прогибы. Упражнения для мышц ног: приседания, отведения, прыжки, выпады.

Тема 6. Контрольные упражнения.

Контрольные тесты проводятся четыре раза в год. Для тестов используются контрольные упражнения для оценки общей и специальной физической подготовленности. Кроме этих упражнений для тестирования, можно применять как соревновательные, так и вспомогательные упражнения.

Тема 7. Соревнования.

Соревнования проводятся среди членов коллектива. Проведение соревнований можно планировать на Новый Год, весенние каникулы, конец учебного года. Соревнования можно проводить по упрощенным правилам, а так же по вспомогательным упражнениям. Соревнования учитывают и народный колорит, традиции в выборе видов соревнования: тройной национальный прыжок, перетягивание палки, метание чаута.

Тема 8. Культурно-массовая и воспитательная работа.

Дни Здоровья, участие в спортивных соревнованиях.

1.7. Планируемые результаты обучения

Содержание программы направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

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 ситуациях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорности в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Предметные результаты:

- знать правила поведения и профилактики травматизма на занятиях спортом, - соблюдать личную гигиену, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием подвижных игр;
- соотносить результаты выполнения двигательных действий с эталоном - образцом, правилом;
- устанавливать различия в физической нагрузке по частоте сердечных сокращений (пульсу) при выборе игры и регулировать напряженность физической нагрузки;
- выполнять задания в игре для определения уровня развития физических качеств - силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении игровых заданий, отборов способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха;
- организация самостоятельной игровой деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализ и объективная оценка результатов самостоятельной игры, поиск возможностей и способов ее улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- осознание влияния физических упражнений на организм человека и его развитие;

- понимание вреда алкоголя и курения на организм человека;
- повышение уровня развития и расширение функциональных возможностей организма;
- воспитание физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости), а также развитие связанных с ними комплексов физических способностей, обеспечивающих эффективность игровой деятельности (прыгучесть, скоростные способности, мощность метательных движений, игровая ловкость и выносливость – атлетическая подготовка).

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1. Условия реализации программы

Образовательное учреждение предоставляет необходимое оборудование и программное обеспечение, которое эксплуатируется в течение года. Реализация задач будет способствовать дальнейшему физическому формированию младших школьников, здорового образа жизни и правил личной гигиены.

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение курса.

п Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)
• Технические средства
- ноутбук; - магнитофон
• Демонстрационные пособия
- рисунки; - схемы; - таблицы; - наборы предметных картинок
• Спортивный инвентарь учебного комплекса школы:
- лыжи; - мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные); - кегли; - скакалки; - обручи; - скамейки; - маты; - конь; - канат для перетягивания; - гимнастические палки; - чауны; - гранаты для метания; - теннис настольный; - бадминтон

В МБОУ «Центр образования с. Инчоун» имеются спортивные сооружения для занятий кружка: площадка на воздухе для подвижных игр, комната для хранения инвентаря.

Кадровое обеспечение:

По данной образовательной программе работает педагог дополнительного образования Эттывекет Л.И. – среднее профессиональное образование, ГАПОУ ЧАО "Чукотский многопрофильный колледж", 2016 г., по направлению «педагог дополнительного образования детей (физкультурно-оздоровительная деятельность)», стаж работы 6 лет.

2.2. Формы, порядок и периодичность аттестации и текущего контроля

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входная диагностика, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговый контроль. Входная диагностика — оценка уровня физического развития ребёнка при зачислении в группу, проводится в начале обучения. Форма контроля: опрос, собеседование с ребёнком и родителями (законными представителями). Текущий контроль — оценка уровня и качества освоения тем Программы и личностных качеств учащихся; проводится после изучения каждой темы. Текущий контроль проводится в форме практического задания (соревнования, индивидуальные зачеты, сдача комплексных нормативов) после каждого пройденного материала. Промежуточная аттестация проводится 2 раза в год: сентябрь и май. Итоговый контроль — оценка уровня и качества освоения учащимися программы по завершению обучения, проводится в конце обучения. Форма контроля: участие в школьных, муниципальных спортивных соревнованиях данной возрастной группы, подготовка к сдаче норм ГТО.

2.3. Оценочные материалы

Предметом диагностики и контроля являются участия в спортивных соревнованиях, выполнения личных контрольных нормативов.

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся используются тесты-упражнения; для каждой возрастной группы определены свои нормативы, которые являются критериями оценки эффективности подготовки юных спортсменов. Результаты оцениваются по специальным таблицам (отдельно для девочек и мальчиков).

Контрольные нормативы

8-9 лет.

№ п/п	Виды испытаний	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		удовл.	хорошо	Отлично	удовл.	хорошо	Отлично
1	Челночный бег	10.4	10.1	10.2	10.9	10.7	9.7
2	Бег 30м	6.9	6.7	5.9	7.2	7.0	6.2
	Смешанное передвижение (1км)	без	у	Ч	е	т	А
3	Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)	2	3	4	-	-	-
	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (кол-во раз)	5	6	13	4	5	11
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	7	9	17	4	5	11
4	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями		

Контрольные нормативы.
9-10 лет

№ п/п	Виды испытаний	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		удовл.	хорошо	Отлично	удовл.	хорошо	Отлично
1	Бег 60м	12.0	11.6	10.5	12.9	12.3	11.0
2	Бег на 1 км	6.30	6.10	4.50	6.50	6.30	6.00
3	Подтягивание из виса на перекладине (кол-во раз)	2	3	5	-	-	-
	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	9	12	16	5	7	12
4	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладоням

2.4. Методические материалы

Методы проведения занятий - словесные, наглядные, практические, чаще всего их сочетание.

К средствам обучения относится:

- 1.Общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия).
2. Специфические средства (физические упражнения).

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса:

1. Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор.
2. Наглядный метод: показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками, демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий; методы ориентирования
3. Практический метод
4. Игровой метод
5. Соревновательный метод

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение курса. – см. п.2.1

2.5. Воспитательные компоненты

Результат воспитания – в процессе воспитания происходят изменения в личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Несомненно, большую роль в воспитании моральных качеств, обучающихся играет личный пример педагога.

Воспитательная работа ведётся на протяжении всего учебного процесса.

Работа с коллективом обучающихся

- формирование практических умений по взаимодействию в группе, команде;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание ответственного отношения к достижению поставленной цели. *Работа с родителями*
- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями, вовлечение их в игровую и состязательную деятельность вместе с детьми;
- вовлечение родителей в организацию и проведение открытых занятий для родителей в течение года;
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам здорового образа жизни, личной гигиены, особенностях физического развития детей.

2.6. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Дата
1	О вреде курения. Спорт – это здорово!	Октябрь
2	Неделя чукотской культуры	Ноябрь
3	День защитника Отечества	Февраль
4	Лыжня России	Март
5	День здоровья (Всемирный день здоровья)	Апрель

Литература

1. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича/2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22.02.2023 № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», (зарегистрирован 28.03.2023 № 72751).
3. Лаптев А.П. «Лекции по общей и спортивной гигиене». М. 2009г. 4 Жуков М.Н. «Подвижные игры». М. 2004г.
5. Добровольский В.К. «Физическая культура и здоровье». М. 1982г.

6. Торабрин И., Чумаков А. «Спортивная смена». М.1982г.
7. Уваров В. «Смелые и ловкие». М. 1982г.
8. Филин В.П. «Воспитание физических качеств у юных спортсменов». М. 1984г.
9. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ В.И. Лях.- 12е изд., дораб.- М.: Просвещение, 2011г.
10. Пособие для учителя «Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы», Москва «Школьная пресса, 2002 г.
11. - Методическое пособие «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе»
авт. Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин, Москва, Дрофа, 2005 г
12. Справочник учителя физической культуры/ авт.-сост. П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011г.
13. Методическое пособие «Тридцать уроков здоровья для первоклассников», Москва, Творческий центр, 2003 г.
14. Пособие для учителя «Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы», Москва «Школьная пресса, 2002 г.