Железнякова
Ирина
Александровна

Подписан: Железнякова Ирина Александровна
DN: C=RU, S=Ярославская область, L=Любим, T=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ФИЛИППОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА, СНИЛС=04527876886, ИНН=761800297310, E=upravlenie-lubim@yandex.ru, G=Ирина Александровна, SN=Железнякова, CN=Железнякова Ирина Александровна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.11.21 09:13:10+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.4

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Филипповкая основная общеобразовательная школа

УТВЕРЖДЕНО

Приказ№ 2 8 / 2 2 от31.08.2023

Директор МОУ Филипповская оош

_____И.А.Железнякова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Сильные, смелые, ловкие»

Для детей от 7до 11 лет

Срок реализации:1год

Составитель: Бакин.А.Н.

Учитель физической культуры..

2023г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа ориентирована на учащихся 1 -4 классов и составлена на основе следующих документов:

1. Закон об образовании РФ № 273-03 от 29.12.2012

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Приказ Министерства образования и науки РФ от 6.10.2009г. №373 (Приказ Минобрнауки РФ от 26.11.2010 N1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N373" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 04.02.201 1 N19707);Приказ Минобрнауки РФ от 22.09.2011 N2357 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N373" (Зарегистрировано в Минюсте РФ 12.12.201 1 N22540)).

2. Основная образовательная программа начального образования МОУ Филипповской школы

Программа «Сильные, смелые, ловкие» реализует спортивно-оздоровительное направление в дополнительном образовании в 1 и 4 классе.

Реализация данной программы – 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. Отсут-

ствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании

Цель 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 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, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм

Режим занятий:

Программа рассчитана для учащихся 1 -4 классов, на 1 год обучения.
На реализацию программы «Сильные, смелые, ловкие» отводится 34 часа в год (1час в неделю, продолжительностью 40 минут).

Более 80% 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, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

Особенности 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 «Сильные, смелые, ловкие» 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 правил подвижных игр, ведения и передачи мяча , правил поведения в различных ситуациях, полезных и вредных привычек, так и практическую части – организация подвижных игр, эстафет, соревнований, конкурсов и т.д.

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 по ложительная 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.

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 – индентификация 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.

Данная образовательная **программа модифицированная**. Является результатом многолетнего опыта работы с детьми в системе дополнительного и начального образования, предназначена для внедрения в практику работы с детьми младшего школьного возраста, способствует решению актуальных проблем.

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 профилактической работы с родителями;

– организация встреч родителей с медицинским работником.

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины

- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

Содержание курса программы «Сильные, смелые, ловкие»

1). Основы теоретических занятий (5 часов)

Правила техники безопасности на занятиях в большом и малом залах, на спортивной площадке, в лесу и на природе. Расположение групп и обучающихся во время занятий.

- Общие сведения о травмах и причинах травматизма. Страховка и самостраховка. Оказание первой медицинской помощи при травмах.
- Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижности суставов.
- Основные правила личной гигиены. Гигиена сна, питания и занятий физическими упражнениями. Пульс, частота дыхания, жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Утомляемость и работоспособность. Врачебный контроль, самоконтроль.
- Гигиеническое значение водных процедур. Правила применения солнечных и воздушных ванн. ЗОЖ. Утренняя гимнастика и ее значение для здоровья и воспитания волевых качеств человека.
- Ознакомление с местами занятий по отдельным видам программы. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований. Гигиена одежды и обуви. Правила пользования спортивным инвентарем и оборудованием.
- Двигательные качества, развиваемые в результате занятий. Название основных гимнастических элементов и упражнений. Спортивная терминология.

2). Двигательные действия и навыки (29 часов).

Развитие основных двигательных качеств: гибкость, быстрота, ловкость, выносливость, сила, прыгучесть. Совершенствование навыков естественных видов движений.

Упражнения для развития гибкости: наклоны с предметами и без предметов; упражнения на растяжение мышц у опоры и на гимнастических матах; упражнения в парах; задания на максимальную амплитуду движений; акробатические упражнения.

Упражнения на развитие быстроты: челночный бег; бег по 10-30 метров; беговые эстафеты; бег с хода; стартовый разгон; ведение мячей с максимальной скоростью.

Упражнения на ловкость: прыжки с поворотами; перемещения в сочетании с упражнениями; перемещения с предметами; броски; эстафеты с предметами и комбинированными заданиями; полоса препятствий.

Упражнения на выносливость: круговая тренировка; кроссовый бег, интервальный бег; походы многократные повторения заданий и упражнений.

Упражнения на силу: подтягивания в висе и висе лежа; отжимания; упражнения на мышцы брюшного пресса; упражнения в парах с набивными мячами, эспандерами, с сопротивлением и оттягиванием; упражнения на верхний плечевой пояс и мышцы ног у опоры и на гимнастических снарядах.

Упражнения на развитие прыгучести: многоскоки; бег по кочкам; прыжки со скакалкой, в глубину, в высоту, с места, с доставанием предметов, в длину с разбега; прыжки тройные и многократные.

Строевая подготовка. Простейшие команды на месте и в движении; повороты на месте; смыкание и размыкание в шеренге, в колонне; перестроения на месте и в движении. Дистанция, интервал, движение в колонне и фронтальным методом. Движения: группами, с предметами, под музыкальное сопровождение, с разным темпом, "по диагонали", "противоходом", "змейкой". Подход к снарядам и оборудованию и уход на исходные позиции. Исполнительные и предварительные команды.

Легкоатлетические упражнения: беговые упражнения с высоким поднятием бедра и с захлестыванием голени; дриблинг; семенящий бег; прыжки с подскоком, с отведением маховой ноги, на двух, на одной, с ноги на ногу; многоскоки, прыжковые упражнения правым и левым боком; ходьба в приседе и полуприседе; прыжки "лягушкой"; бег с преодолением барьеров и других препятствий, с изменением длины и частоты шага, с ускорением и сопротивлением.

Подвижные игры и эстафеты: "Смена мест", "Становись - разойдись", "Петрушка на скамейке", "Пройти бесшумно", "Через холодный ручей", "Не оступись", Пингвины с мячом", "Выстрел в небо", "Брось - поймай", "Подвижная мишень", "Слалом с мячом", "Футбольный бильярд", "Неудобный бросок", "Гонка мячей", "Велосипедисты", "Прокати быстрее мяч", "Рыболов", "Метатели", "Круговая лапта", "Веселые задачи", "Гонка катеров", "Водолазы", эстафеты с предметами и без предметов, с преодолением препятствий. Игры и игровые задания применяются и проводятся как отдельным тренировочным занятием, так и включаются в любой другой раздел программы.

Гимнастика. Передвижение по гимнастической стене вверх, вниз, горизонтально, спиной к опоре; переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания; танцевальные упражнения; хождение по наклонной скамейке; лазанье по канату в два и три приема; перелезание с опорой на руки и ноги,

поочередно перемахом правой и левой ногой; опорные прыжки; висы и упоры; подтягивания и отжимания; упражнения в равновесии на бревне и гимнастической скамейке. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Упражнения на формирование осанки у опоры, в висе, лежа, с гимнастическими палками и мячами. Комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений; комплексы упражнений избирательной направленности на отдельные группы мышц. Лазанье по рукоходу. Комбинации из различных упражнений на гимнастических снарядах, вольные упражнения, упражнения со скакалкой.

Элементы спортивных игр.

Баскетбол. Передвижения; остановки; ведения мяча правой и левой рукой в движении; броски одной и двумя руками с места, ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Упражнения в парах, тройках с мячами. Эстафеты с мячами; игра в мини-баскетбол; броски в щит, в кольцо. Подвижные игры "Бросай - поймай", "Выстрел в небо".

Футбол. Передвижение игроков скрестными и приставными шагами; удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и передней частью подъема; передвижения вратаря" остановка катящегося мяча; ведение мяча между стойками с обводкой соек; удары ногой на месте и с разбега в вертикальные и горизонтальные мишени. Эстафеты с ведением мяча ногами, подвижные игры "Передал - садись"; "Бросок ногой", "Слалом с мячом", "Футбольный бильярд". Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.

Ручной мяч. Стойка игрока, передвижение, остановка шагом; ведение мяча, ловля мяча двумя руками и передача одной и двумя руками на месте и в движении; бросок мяча на месте, после ведения, в прыжке; ведение мяча попеременно правой и левой рукой, игра вратаря; подвижные игры: "Подвижная мишень", "Бросай - лови", "Захват мяча", игра в ручной мяч по упрощенным правилам.

Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой, нижней и боковой передаче; специальные движения - подбрасывания мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; передача мяча над собой, в стену , сверху двумя руками вперед вверх; прием мяча сверху двумя руками; броски через сетку; передачи через сетку двумя руками сверху. Под-

вижные игры "Круговая лапта", №бросок в колонне", "Волна", "Неудобный бросок"; игра в "Пионербол" с разным количеством мячей.

Упражнения с малыми мячами. Перекатывания, броски в стену, подбрасывания и ловля на месте, удержание на теннисной ракетке; техника метания в цель и на дальность с места; метания по мишеням, по кеглям, в кольцо и на дальность. Эстафеты, подвижные игры: "Собери урожай", "Обведи препятствия", "Точно в мишень", "Метатели", "Лапта".

Упражнения с большими мячами. Подбрасывания и перебрасывания, дриблинг. Броски в стену от груди, из-за головы, от плеча одной рукой. Ловля мяча с отскоком от пола на месте и в движении приставными шагами в парах. Передачи мяча в тройках, в колонне, шеренге, круге. Перекатывания с дополнительными движениями и передвижениями. Метания в цель из-за головы, метания на дальность и по мишеням. Броски, стоя спиной к направлению метания. Подбрасывания в чередовании с двигательными действиями. Комплекс упражнений утренней гимнастики с мячом. Упражнения на формирование осанки в положении сидя, лежа и стоя с мячом. Подвижные игры: "Вышибалы", "Завладей мячом", "Защита укрепления", "Гонка мячей", "Не давай мяч водящему", "Круговая лапта", эстафеты с большими мячами.

Контрольные испытания представляют собой демонстрацию уровня физической подготовленности обучающихся; проводятся согласно плану работы объединения три раза в год (сентябрь, январь, май).

Контрольные испытания по уровням подготовленности.

№	Упражнения	Девочки			Мальчики		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
1	Челночный бег 3х10м (с.)	11,5	12,0	12,5	11,0	11,5	12,0
2	Бег 30м с высокого старта (с.)	6,2	6,7	7,0	6,0	6,6	7,0

3	Прыжок в длину с места (см.)	130	120	100	140	130	120
4	Подтягивания в висе лежа (кол-во раз)	15	10	7	18	12	10
5	Бег (кросс) - 600м (мин. сек.)	6,10	6,20	6,30	6,00	6,10	6,20
6	Упражнение на мышцы брюшного пресса (кол-во раз)	12	10	8	15	12	10
7	Кросс 1000м	Без учета времени.					

Учебно-тематический план программы «Сильные, смелые, ловкие»

№	**Наименование темы**	**Количество часов**		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1	Правила техники безопасности на занятиях.	0.5	0.5	__
2	Страховка, предупреждение травм, оказание ПМП.	0.5	0.5	__
3	Сведения о строении и функциях организма человека.	0.5	0.5	__
4	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	0.5	0.5	__

5	Закаливание организма	1	1	__
6	Места занятий, инвентарь и уход за ним.	1	1	__
7	Терминология основных упражнений и действий.	1	1	__
8	Упражнения на развитие двигательных качеств.	3	___	3
9	Дыхательная гимнастика.	3	___	3
10	Легкоатлетические упражнения.	3	___	3
11	Подвижные игры и эстафеты.	5	___	5
12	Гимнастика.	3	___	3
13	Упражнения ЛФК.	6	___	6
14	Упражнения с маленькими мячами.	2	___	2
15	Упражнения с большими мячами.	2	___	2
16	Контрольные испытательные соревнования.	2	___	2
Итого		**34**	**5**	**29**

Предполагаемая результативность курса:

Уровень результатов работы по программе:

Первый уровень результатов:

- ✓ Наблюдается высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
- ✓ Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине бо-

лезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия.

- ✓ Приобретение школьниками знаний о русских народных играх и играх разных народов;
- ✓ о правилах конструктивной групповой работы;
- ✓ о способах самостоятельного поиска;
- ✓ нахождения и обработки информации.

Второй уровень результатов:

- ✓ Расширяются сферы общения.
- ✓ Приобретается опыт взаимодействия с окружающим миром.
- ✓ Среди учащихся начальных классов нет курящих детей.
- ✓ развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Третий уровень результатов:

- ✓ Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.
- ✓ Повышается социальная адаптация детей.
- ✓ Расширяются сферы общения.
- ✓ Дети взаимодействует с другими учащимися с целью просвещения и вовлечения в здоровый образ жизни, приглашают их на уроки здоровья, сценические выступления, спортивные состязания и т.д.
- ✓ Учитель координирует работу учащихся, направленную на сбор и оформление информации по темам укрепления здоровья.
- ✓ Повышается уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.

Планируемые результаты освоения курса «Сильные, смелые, ловкие»:

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, отличительные 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.

Требования к знаниям и умениям:

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 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

Система отслеживания и оценивания результатов обучения

Анкетирование детей

Мониторинг состояния здоровья детей

Спортивные праздники с привлечением родителей

Учебно-методическое обеспечение:

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. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
7. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
8. Коростелев Н. Б. Воспитание здорового школьника: Пособие для учителя / Под ред. В.Н. Кардашенко.- М.: Просвещение, 1986.- 176 с.
9. Коротков М.И. Подвижные игры детей. М.: Сов. Россия, 1987
10. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1988
11. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
12. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение, 2011

13.**DVD** «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
14.**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. Елкина Н. В., Тараборина Т. Н. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль: Академия развития, 1997.
4. Чудакова Н. В. Я познаю мир: Детская энциклопедия. – Издательство АСТ -ЛТД, 1997.

Дополнительная литература:

1.Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
2.Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.

Материально-техническое обеспечение:

- ✓ Спортивный зал;
- ✓ Маты;
- ✓ Гимнастические скамейки;
- ✓ Мячи, обручи, кегли, прыгалки;
- ✓ Музыкальный центр;
- ✓ Методические разработки праздников
- ✓ Электронные презентации «Вредные и полезные привычки»