



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6 г. Челябинска
имени Зои Космодемьянской»,
454084, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Кирова, 3-а.
Тел./факс 8(351)791-58-63, E-mail: shkol6@mail.ru

Согласовано:
На методическом совете MAOY «COШ № 6 г.
Челябинска»,
протокол № 4
зам. директора по ВР
А.Ю.Лукина
« 7 » декабря 2018 г.



Утверждаю:
Директор MAOY «COШ № 6
г. Челябинска»
Г. А. Ахметова
« 07 » 12 2018 г.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

«Спортивные и подвижные игры»
Физкультурно-спортивное направление, адаптированная

Срок реализации программы: 1 год
Возрастная категория детей: 7 – 12 лет

Автор-составитель:
учитель физической
культуры
Яремин Дмитрий Николаевич

Челябинск 2018



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6 г. Челябинска
имени Зои Космодемьянской»,
454084, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Кирова, 3-а.
Тел./факс 8(351)791-58-63, E-mail: shkol6@mail.ru

Согласовано:

На методическом совете МАОУ «СОШ № 6 г.
Челябинска»,
протокол № _____
зам. директора по ВР
_____ А.Ю.Лукина
« » _____ 2018 г.

Утверждаю:

Директор МАОУ «СОШ № 6
г. Челябинска»
_____ Г. А. Ахметова
« » _____ 2018 г.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

«Спортивные и подвижные игры»
Физкультурно-спортивное направление, адаптированная

Срок реализации программы: 1 год
Возрастная категория детей: 7 – 12 лет

Автор-составитель:
учитель физической культуры
Яремин Дмитрий Николаевич

Челябинск 2018

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. педагога	Яремин Дмитрий Николаевич
Тип программы	адаптированная
Образовательная область	профильная
Направленность деятельности	Физкультурно-спортивное
Способ освоения содержания образования	Репродуктивный, Эвристический
Уровень освоения содержания образования	общеразвивающий
Уровень реализации программы	начальное общее образование
Форма реализации программы	групповая
Продолжительность реализации программы	1 год

Содержание

- 1.Пояснительная записка;
- 2.Цель и задачи программы;
- 3.Учебно-тематический план
- 4.Содержание изучаемой программы
- 5.Методическое обеспечение программы
- 6.Материально-техническое оснащение внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности
- 7.План-график
- 8.Список литературы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительных групп по спортивным и подвижным играм (далее Программа) составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. No 273-ФЗ, Федеральным законом «О физической культуре и спорту в РФ». Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013г. No 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом от 27.12.2013 No1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной методической деятельности в области физической культуры и спорта» (закон зарегистрирован Минюстом России 05.03.2014, регистрационный No 31522).

Программа дополнительного образования «Спортивные и подвижные игры» рассчитана на один учебный год, 2 часа в неделю, и направлена на укрепление здоровья (физкультурно-оздоровительная направленность) детей младшего школьного возраста 7 – 12 лет.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, через специально организованную двигательную активность ребенка. Этим и объясняется ее актуальность.

Целью программы «Спортивные и подвижные игры» является обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства; укрепление здоровья воспитанников, их общей физической подготовки; развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений школьников.

Целесообразность данной программы состоит в укреплении здоровья, повышении физической подготовленности и формировании двигательного опыта, а также в снятие психологического напряжения после умственной работы на уроках. Подвижные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость и меткость. Подвижные игры, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения. Увлеченной игрой, ребенок забывает о своих маленьких огорчениях, весело и дружно играет со сверстниками. Подвижным играм присущи образовательные задачи. Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Таким образом, в «Подвижных и спортивных играх» реализуется не только область «Физическое развитие», но и «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация», «Познание».

Отличительной чертой данной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума, ведь основной особенностью подвижных

игр являются их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме.

Задачи программы:

1. Образовательные:

- ознакомление с основными знаниями техники безопасности;
- ознакомление с принципами правильного питания;
- ознакомление с основными видами мышц;
- формирование правильной осанки;
- ознакомление с основными правилами личной гигиены.

2. Развивающие:

- развитие основных физических качеств: быстроты, ловкости, меткости, выносливости;
- развитие внимания и координации;
- развитие гибкости и выносливости.

3. Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности и умения работать в команде;
- воспитание активной жизненной позиции;
- способствовать приобщению учащихся к спорту, общекультурным и гуманистическим ценностям;
- воспитывать волевые качества.

Ожидаемые результаты:

- овладение учащимися тактикой техникой различных игр;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Программа предлагает, как проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками (в расчёте 2 часа в неделю), так и возможность организовать занятия крупными блоками - соревнованиями.

Распределение учебного времени на виды программного материала.

<i>На з в а н и е р а з д е л а (м о д у л я)</i>	<i>К о л и ч е с т в о ч а с о в (з а н я т и й)</i>		
	<i>В с е г о</i>	<i>Т е о р и я</i>	<i>П р а к т и к а</i>
<i>1. С п о р т и в н ы е и г р ы</i>	27	6	21
<i>1.1 М и н и - ф у т б о л</i>	9	2	7
<i>1.2 Б а с к е т б о л</i>	9	2	7
<i>1.3 Б а д м и н т о н</i>	9	2	7
<i>2. П о д в и ж н ы е и г р ы</i>	24	4	20
<i>2.1 П е р е с т р е л к а</i>	7	1	6
<i>2.2 П и о н е р б о л</i>	10	2	8
<i>2.3 С а л к и</i>	7	1	6

3. Общая физическая подготовка	16	2	14
3.1 Упражнения в движении	8	1	7
3.2 Упражнения с мячами	8	1	7
4. Организация и проведение спортивных мероприятий	5	1	4
5. Всего	72	13	59

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОЙ ПРОГРАММЫ

Р а з д е л	Т е м ы
Спортивные игры: (баскетбол, бадминтон, мини- футбол)	-правила игры; -профилактика травматизма; -элементы техники игры; -тактические комбинации;
Подвижные игры и эстафеты (на развитие быстроты, ловкости, координации, выносливости, скоростно-силовых качеств): «Пионербол», «Перестрелка», «Круговая лапта», «Воробьи и вороны», «Снайперы», «Третий лишний», «Салки», и др.	-правила игры, эстафет; -техника безопасности во время игры, эстафет;
Общая физическая подготовка	-упражнения на гимнастической стенке,

	с набивными мячами, на гимнастических скамейках и др. на развитие основных двигательных качеств;
Общеразвивающие упражнения	-упражнения в движении; -упражнения в парах; -упражнения с мячами; -упражнения на гимнастической стенке;
Организация и проведение спортивных мероприятий	Соревнования по подвижной игре "Перестрелка"; Эстафеты и спортивные конкурсы с элементами баскетбола; Соревнования по бадминтону; Турнир по мини-футболу.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры. Для полной реализации спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности учащихся особое внимание требуется уделять и проблеме воспитания культуры здоровья у младших школьников. Внеурочная деятельность может включать в себя выполнение общественной нагрузки, культурный и активный отдых на основе оздоровительных мероприятий.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

В образовательном процессе используются следующие технологии:

- ролевые игры;
- работа в группах;
- работа в парах сменного состава.

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться словесными (диалог), наглядными (показ упражнения, компьютерная демонстрация) методами. Для развития двигательных способностей будут использоваться следующие методы: метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности, метод круговой тренировки, игровой метод, соревновательный, строго регламентированного упражнения и повторный.

С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки. Оценка результатов освоения программы проходит в виде сдачи экспресс- тестов-упражнений.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Спортивный зал

2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая
4. Канат для лазания
5. Коврик гимнастический
6. Гимнастические маты
7. Мяч теннисный
8. Мяч гимнастический
9. Мяч баскетбольный
10. Мяч мини - футбольный
11. Скакалка гимнастическая
12. Палка гимнастическая
13. Сетка для игры в бадминтон
14. Устройство для установки сетки
15. Ракетки бадминтонные
16. Воланы
17. Кегли
18. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
19. Ворота футбольные
20. Сетка для переноса мячей
21. Аптечка медицинская
22. Секундомер

П Р И Л О Ж Е Н И Е

№.	Р а з д е л п р о г р а м м ы	Т е м а	С о д е р ж а н и е у ч е б н о г о м а т е р и а л а	Т р е б о в а н и я к у р о в н ю п о д г о т о в к и о б у ч а ю щ и х с я
1	П о д в и ж н ы е и г р ы <i>9 ч а с о в</i>	Э к с к у р с и я в с т р а н у «С п о р т л а н д и я». П р а в и л а б е з о п а с н о с т и н а з а н я т и я х п о д в и ж н ы м и и г р а м и . И г р а «К с в о и м ф л а ж к а м ».	И н с т р у к т а ж п о т е х н и к е б е з о п а с н о с т и н а з а н я т и я х п о д в и ж н ы м и и г р а м и . У п р а ж н е н и я в х о д ь б е . О б ы ч н ы й б е г . П о н я т и я : п о д в и ж н а я и г р а , п р а в и л а и г р ы . И г р а «К с в о и м ф л а ж к а м ».	О с в а и в а т ь т е х н и к у б е з о п а с н о с т и . О с в а и в а т ь у н и в е р с а л ь н ы е у м е н и я п о в з а и м о д е й с т в и ю в г р у п п а х .
2	П о д в и ж н ы е и г р ы	О б щ е р а з в и в а ю щ и е у п р а ж н е н и я . И г р а «П я т н а ш к и ».	О Р У в д в и ж е н и и . О б щ е р а з в и в а ю щ и е у п р а ж н е н и я . П о д в и ж н а я и г р а «П я т н а ш к и ».	У м е т ь и г р а т ь в п о д в и ж н ы е и г р ы с б е г о м .
3	П о д в и ж н ы е и г р ы	О б щ е р а з в и в а ю щ и е у п р а ж н е н и я . П р ы ж к и н а м е с т е .	О Р У в д в и ж е н и и . П р ы ж к и н а м е с т е н а д в у х и о д н о й	У м е т ь и г р а т ь в п о д в и ж н ы е и г р ы с б е г о м , п р ы ж к а м и .

		Игра «Прыгающие воробышки».	ноге. Подвижная игра «Прыгающие воробышки».	
4	Общая физическая подготовка 12 часов	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовки. Развитие скоростно- силовых способностей.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой . ОРУ в движении. Понятия: физические качества (способности), общая физическая подготовка. Прыжок в длину с места. Эстафеты.	Осваивать технику безопасности. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять скоростно- силовые способности.
5	Общая физическая подготовка	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Общеразвива ющие упражнения. Эстафеты с бегом и прыжками.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять скоростные способности.

6	Общая физическая подготовка	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Эстафеты.	Проявлять скоростные способности.
7	Общая физическая подготовка	Развитие выносливости.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Осваивать технику прыжков со скакалкой.
8	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	ОРУ в движении и на месте. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками.
9	Организация и проведение спортивных мероприятий 3 ч а с а	Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие».	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами классов.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
10	Подвижные игры 12	Правила безопасности на занятиях	Инструктаж по технике безопасности на	Осваивать технику безопасности. Уметь играть в

	ч а с о в	п о д в и ж н ы м и и г р а м и. И г р а «Л и с ы и к у р ы».	з а н я т и я х п о д в и ж н ы м и и г р а м и. О Р У в д в и ж е н и и П о д в и ж н а я и г р а «Л и с ы и к у р ы».	п о д в и ж н ы е и г р ы с б е г о м, п р ы ж к а м и.
11	П о д в и ж н ы е и г р ы	О б щ е р а з в и в а ю щ и е у п р а ж н е н и я с п р е д м е т а м и : с м а л ы м м я ч о м. И г р а «И г р а й, и г р а й, м я ч н е т е р я й».	О Р У в д в и ж е н и и П о д в и ж н а я и г р а «И г р а й, и г р а й, м я ч н е т е р я й».	О с в а и в а т ь т е х н и к у р а з л и ч н ы х у п р а ж н е н и й с м я ч о м. У м е т ь и г р а т ь в п о д в и ж н ы е и г р ы с м я ч о м.
12	П о д в и ж н ы е и г р ы	И г р ы с п р ы ж к а м и с и с п о л ь з о в а н и е м с к а к а л к и.	О Р У в д в и ж е н и и и н а м е с т е. П о д в и ж н а я и г р а «Р ы б а к и р ы б к и».	О с в а и в а т ь т е х н и к у у п р а ж н е н и й с о с к а к а л к о й и п р ы ж к о в ч е р е з с к а к а л к у.
13	П о д в и ж н ы е и г р ы	О б щ е р а з в и в а ю щ и е у п р а ж н е н и я . П о д в и ж н а я и г р а «Т р е т и й л и ш н и й».	О Р У в д в и ж е н и и П о д в и ж н а я и г р а «Т р е т и й л и ш н и й».	У м е т ь и г р а т ь в п о д в и ж н ы е и г р ы с б е г о м.
14	О б щ а я ф и з и ч е с к а я п о д г о т	П р а в и л а б е з о п а с н о с т и н а з а н я т и я х	И н с т р у к т а ж п о т е х н и к е б е з о п а с н о с т и н а	О с в а и в а т ь т е х н и к у б е з о п а с н о с т и. Р а з л и ч а т ь

	овка 6 часов	общей физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	занятиях общей физической подготовкой ОРУ в движении Ползание по гимнастической скамейке различными способами.	упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Осваивать технику ползания по гимнастической скамейке. Проявлять силовые способности.
15	Общая физическая подготовка	Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке.	ОРУ в движении Лазание по гимнастической стенке.	Осваивать технику лазания по гимнастической стенке. Проявлять силовые способности и гибкость.
16	Организация и проведение спортивных мероприятий 3 часа	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья».	Эстафеты и спортивные конкурсы между семейными командами.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
17	Баскетбол 9 часов	Правила безопасности на занятиях баскетболом	Инструктаж по технике безопасности на занятиях	Осваивать технику броска и ловли мяча. Различать упражнения по

		м. Специальны е передвижен ия без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	баскетболом . Понятия: что такое баскетбол, цель игры, правила игры. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай - поймай».	воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять координационны е способности.
18	Баскетбол	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит. Игра «Бросай поймай». Развитие координацион ных способностей	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в щит мяча.
19	Баскетбол	Бросок мяча в корзину. Тестирован ие силовых способност ей: бросок баскетболь ного мяча	ОРУ. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в корзину. Тестировани	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в корзину. Демонстрироват ь бросок баскетбольного мяча двумя

		двумя руками из- за головы на дальность.	е: бросок баскетбольн ого мяча двумя руками из-за головой на дальность. Игра «Бросай - поймай».	руками из-за головой на дальность.
20	Органи зация и провед ение спорти вных меропр ятий 3 часа	Спортивный праздник «Страна баскетболи я».	Эстафеты и спортивные конкурсы с передачей, ловлей, ведением баскетбольн ого мяча между командами классов.	Общаться и взаимодействов ать в игровой деятельности.
21	Общая физиче ская подгот овка <i>6 часов</i>	Развитие координаци онных способност ей.	ОРУ в движении. Эстафеты с передачами, ловлей и ведением баскетбольн ого мяча.	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационны е способности.
22	Общая физиче ская подгот овка	Тестирован ие координаци онных способност ей.	ОРУ в движении Тестировани е: прыжки в сторону через линию за 20 сек. Эстафеты с передачей, ловлей и	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационны е способности. Демонстрироват ь прыжки в

			ведением баскетбольного мяча.	сторону через линию за 20 сек.
23	Подвижные игры 6 часов	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Два мороза».	ОРУ в движении Подвижная игра «Два мороза».	Уметь играть в подвижные игры с бегом.
24	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».	ОРУ в движении Подвижная игра «Космонавты».	Уметь играть в подвижные игры с бегом.
25	Организация и проведение спортивных мероприятий 3 часа	Спортивный праздник: «Проводы русской зимы – масленица».	Спортивные конкурсы между командами классов.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
26	Бадминтон 9 часов	Правила безопасности на занятиях бадминтоном. Отбивание волана ракеткой над собой и	Инструктаж по технике безопасности на занятиях бадминтоном. Понятия: ракетка, волан, цель и правила игры. Отбивание	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах.

		в паре.	волана ракеткой над собой и в паре.	
27	Бадминтон	Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.	ОРУ в движении Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах.
28	Бадминтон	Подача волана.	ОРУ в движении Специальные упражнения. Подача волана.	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах и в четверке.
29	Мини-футбол 9 часов	Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом. ОРУ в движении Понятия: цель, правила игры, площадка, состав команды в мини-футболе. Специальные упражнения	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде.

			в парах. Эстафеты.	
30	Мини-футбол	Остановка мяча, ведение мяча.	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Эстафеты с ведением футбольного мяча.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде.
31	Мини-футбол	Удары по воротам.	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Игра в мини-футбол.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в команде.
32	Организация и проведение спортивных мероприятий Э час а	Турнир по мини-футболу.	Турнир по мини-футболу среди команд классов по правилам проекта «Мини-футбол в школу»	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература, используемая при создании данной программы:

1. В.И. Ляха. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011

2. Г.А. Воронина. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007
3. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980
4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
5. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.

Литература для детей:

1. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
2. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
3. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000.
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
5. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1989.