


Частное учреждение – общеобразовательная организация «Международная школа «Источник»	Форма	
ДП – Реализация образовательных программ	Ф - Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

Рассмотрено:

На заседании педагогического
совета

Протокол № 9
от «26» июня 2025 г.

Утверждено:

Директор Частного учреждения -
общеобразовательной организации
«Международная школа «Источник»

_____ И.А. Яковлева

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Спортивные игры»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: базовый

5 - 11 классы

Срок реализации: 1 год

Автор - разработчик: Нурмухаметов И.Н.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий М.Р.2.4.0330-23;
- Программа воспитания Частного учреждения – общеобразовательной организации «Международная школа «Источник», разработанная на основе Федеральной программы воспитания;
- Устав школы;
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в Частном учреждения – общеобразовательной организации «Международная школа «Источник».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» разработана с учетом рекомендаций Программы воспитания Частного учреждения – общеобразовательной организации «Международная школа «Источник» (на основе Федеральной программы воспитания). Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, создать условия для развития личности обучающегося, его самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в

российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Дополнительная образовательная программа «Спортивные игры» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Спортивные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания школьники отражают в условно-игровой форме. Игровая ситуация увлекает и воспитывает школьника.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества. Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо-эмоциональное и социальное развитие личности.

Актуальность программы заключается в том, что она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

В основу концепции программы легло знание о том, что все дети любят играть. Играя, они лучше осваивают различного рода физические, а в определенной мере и нравственные навыки. Играя в различные спортивные игры, в частности - в волейбол, баскетбол, футбол - они учатся жить.

Когда дети осваивают сначала элементарные, а затем и более сложные навыки спортивных игр, выполняют различные приемы, у них лучше создается представление о движении. Повышенный интерес школьников к спортивным занятиям через реализацию мгновенно меняющихся игровых ситуаций и в процессе тренировочных упражнений, и в процессе игры создает благоприятный психо-эмоциональный фон для изучения требуемого двигательного действия.

Педагогическая целесообразность. Данная программа педагогически целесообразна, так как призвана удовлетворить имеющиеся у учащихся потребности в занятиях физической культурой и спортом. Реализация программы «Спортивные игры» позволяет осуществлять комплексное развитие детей. Выполнение активной двигательной деятельности на занятиях спортивными играми сочетается с необходимостью анализа игровых ситуаций, быстрого принятия решений, взаимодействия с товарищами по команде и соперником, проявление точности движений, собранности, самоконтроля. В таких условиях открываются широкие возможности для эффективного физического воспитания с одновременным воспитанием морально-волевых качеств, развитием психических способностей, формированием коммуникативных навыков, приобщению к здоровому образу жизни.

Отличительной особенностью программы заключается в ее рекреационно - оздоровительной деятельности. Формирование привычки к активному отдыху, направленно на повышение умственной и мышечной работоспособности, отдаление и снижение степени проявления признаков утомления с использованием спортивных и подвижных игр является одним из

важных результатов внедрения программы. Развитие координации, быстроты и точности движений– все это является неотъемлемой частью занятий подвижными и спортивными играми, необходимым для укрепления здоровья и развития обучающихся.

Адресат программы Программа рассчитана на обучающихся 5-11 классов. В этом возрасте обучающиеся склонны к подвижным и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Их увлекает соревновательная деятельность, стремление к сплочённости, обучающимся нравится быть командой, быть лучше всех.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, 2 часа в неделю (всего 68 часов в год).

Форма обучения – очная.

Цели и задачи программы

Цель программы – содействие укреплению здоровья через приобщение их к физической культуре в процессе активного участия в спортивных играх.

Задачи программы:

Образовательные:

- научить обучающихся правилам подвижных игр и основным приёмам спортивных игр;
- познакомить обучающихся с техникой безопасности на занятиях и правилами проведения самостоятельных занятий;
- формировать устойчивый интерес обучающихся к подвижным играм, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Развивающие:

- развивать координацию движений обучающихся и основные физические качества: ловкость, быстроту реакции, скоростно-силовые способности, морально-волевые качества,
- развивать способность обучающихся к оперативному мышлению, быстрому принятию решений, корректировке действий в соответствии с изменяющимися условиями деятельности;
- развивать у обучающихся навыки самостоятельных упражнений во время игрового досуга.

Воспитательные:

- формирование у учащихся привычек здорового образа жизни;
- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- способствовать раскрытию спортивного потенциала обучающихся.

Содержание Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивные игры»

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.

Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Общая физическая подготовка

Упражнения для рук и плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах - повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления. Акробатические упражнения. Кувырки, полет - кувырок вперед с места и с разбега, перевороты. Подвижные игры и упражнения.

Игры с мячом; игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, метание в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 200 м; на 400, 500, 800, 1500 м. Кроссы от 1 до 3 км. Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега.

Баскетбол

Основы знаний. Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения.

Специальная подготовка. Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении.

Броски в движении после двух шагов. Учебная игра. Волейбол

Основы знаний. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

Специальная подготовка.

Верхняя передача двумя руками в прыжке. Прямой нападающий удар. Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. Совершенствование приема мяча с подачи и в защите. Двусторонняя учебная игра. Одиночное блокирование и страховка. Командные тактические действия в нападении и защите. Подвижные игры.

Футбол

1. Основы знаний.

Правила игры в футбол. Роль команды и значение взаимопонимания для игры. Роль капитана команды, его права и обязанности. Пояснения к правилам игры в футбол. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечание, предупреждение и удаление игроков с полей. Планирование спортивной тренировки. Методы развития спортивной работоспособности футболистов. Виды соревнований. Система розыгрыша. Правила соревнований, их организация и проведение.

2. Специальная подготовка

Упражнения для развития силы. Приседания с отягощением с последующим быстрым выпрямлением подскоки и прыжки после приседания без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге с последующим подскоком вверх. Лежа на животе сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами. В упоре лежа передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевыми амортизаторами. Сжатие теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2 - 3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м) из различных исходных положений. Бег с изменениями (до 180*). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости. Челночный бег лицом и спиной вперед. Бег боком и спиной вперед (10 - 20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками. Бег с быстрым изменением способа передвижения. Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); те же, выполняя в прыжке поворот на 90 - 180*. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры.

Упражнения для развития специальной выносливости. Переменный и поворотный бег с мячом. Двусторонние игры. Игровые упражнения с мячом (трое против трех, двое против двух и т.д.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течении 3-10 мин.

Упражнения для формирования умения двигаться без мяча. Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом, изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Цикличный бег (с поворотным

скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, верх - вперед, вверх - назад, вверх - вправо, вверх - влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега. Для вратарей: прыжки в сторону с падением, перекатом. Повороты во время бега переступая и на одной ноге. Остановки во время бега - выпадом, прыжком, переступанием.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивные и подвижные игры»

В итоге освоения программы обучающиеся *будут знать*:

- общие сведения о зарождении видов спорта;
- общие правила проведения соревнований и подвижных игр;
- комплекс физических упражнений на улучшение правильной осанки и навыков равновесия;
- упражнения с мячом, скакалкой, обручем;
- технологию выполнения прыжков;
- правила некоторых элементарных подвижных и спортивных игр;

будут уметь:

- выполнять упражнения общей физической подготовки;
- выполнять комплекс упражнений на развитие внимания, правильной осанки и навыков равновесия;
- играть в различные виды подвижных и спортивных игр;
- самостоятельно проводить некоторые элементарные подвижные игры

В результате освоения программы «Спортивные игры» у обучающихся будут сформированы следующие личностные, предметные и метапредметные результаты:

Личностные результаты:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности, двигательного опыта;
- развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости;
- 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 (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказывание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием подвижных игр, соревнований;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, умение доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- аккуратное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснение правил (технику) выполнения двигательных действий, анализ и нахождение ошибок, умение эффективно их исправлять;
- выполнение различных действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Метапредметные результаты;

- умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, умение распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,
- умение технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и спортивной деятельности.

Тематическое планирование «Спортивные игры»

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
Баскетбол			24
<i>Технические действия:</i>			
1	Стойки и перемещения.	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	2
2	Остановки и баскетболиста.	Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	2
3	Передача и ловля мяча.	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника.	3
4	Ведение мяча.	Ведение без сопротивления, с пассивными и активными защитниками ведущей и не ведущей рукой.	3
5	Броски в кольцо.	Броски одной и двумя руками с места и в движении, в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием.	3
<i>Тактические действия:</i>			

6	Игра в защите.	Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча.	2
7	Игра в нападении.	Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух, трех игроков в нападение и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).	3
8	Диагностирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	2
9	Двухсторонняя игра.	Игра по правилам баскетбола.	4
Волейбол			20
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке.	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.	3
2	Передача двумя руками назад.	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	2
3	Прямой нападающий удар.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	3
4	Совершенствованное приема мяча с подачи и в защите.	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Одиночное блокирование и страховка	Одиночное блокирование и страховка	2
6	Двусторонняя учебная игра.	Игра по правилам. Взаимодействие игроков линии защиты и нападения.	3
7	Командные тактические действия в нападении и защите.	Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	3
8	Судейская практика.	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.	2
Футбол			24
1	Удары по мячу, остановка мяча.	Удары по воротам на точность. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	3
2	Ведение мяча,	Ведение мяча по прямой с	3

	ложные движения (финты).	изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	
3	Отбор мяча, перехват мяча.	Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка.	2
4	Вбрасывание мяча.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	2
5	Техника игры вратаря.	Игра вратаря	2
<i>Тактика игры:</i>			
6	Тактические действия, тактика вратаря.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Команды действия. Взаимодействие защитников и вратаря.	2
7	Тактика игры в нападении и защите.	Нападения и защита в игровых заданиях сатакой и без атаки ворот. Игра по правилам.	3
8	Судейская практика.	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	2
9	Соревнования.	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	3
10	Итоговое мероприятие «Лестница успеха».		1

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Условия реализации программы

Методическое обеспечение

Образовательный процесс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивные игры» осуществляется в очной форме.

Используются методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, проблемный, игровой. Для повышения мотивации к занятиям применяются методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование.

Выбор формы организации образовательного процесса зависит от содержания и реализации системно-деятельностного подхода: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы проведения учебных занятий: веселые старты, соревнования, подвижные игры, эстафеты, демонстрация-объяснение.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, игровая технология, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие технологии, игровые и соревновательные, личностно-ориентированные технологии.

Алгоритм учебного занятия

1 этап - организационный.

Задачи: проверить состояния места занятий и готовность обучающихся к занятиям.

- Вводная часть Объяснение задач занятия.

- Подготовительная часть. Комплекс общеразвивающих упражнений

2 этап Основная часть.

Практическая часть. Разучивание комплекса спортивных упражнений, игр для совершенствования правильной осанки и навыков равновесия, внимания, работы с мячом и др. (согласно учебно-тематического плана). Коллективная игра (эстафеты, мини-соревнования, подвижные игры)

III. Заключительная часть. Построение. Подведение итогов.

IV. Рефлексия

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал, спортивная площадка для игры в футбол, волейбол, пионербол, баскетбол

Гантели различной массы

Скакалки

Канат

Мячи по видам спорта

Обручи

Свисток

Секундомер

Сетка волейбольная

Фишки для разметки

Щиты с кольцами

Информационное обеспечение:

компьютерные программы, интернет-сервисы, образовательные сайты, ЦОР, ЭОР.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Результативность обучения определяется умением обучающихся играть и проводить спортивные и подвижные игры, в том числе и на различных спортивных мероприятиях: спортивные эстафеты; «День здоровья», участие в конкурсах, викторинах, организация и проведение спортивных игр самостоятельно.

Оценочные материалы

Для проверки знаний и умений используются следующие диагностические материалы:

- участие в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях

Анализ результатов освоения программы осуществляется следующим образом:

Входной контроль проводится в форме первичного тестирования с целью определения уровня заинтересованности обучающихся по данному направлению и оценки общего его кругозора.

Текущий контроль умений и навыков осуществляется в процессе наблюдения за индивидуальной работой обучающихся;

В ходе занятий обучающиеся осуществляют взаимоконтроль – оценку действий партнера, выявляют ошибки, оказывают помощь по их исправлению.

Основой технического и физического совершенствования является самоконтроль.

Итоговый контроль умений и навыков предусматривает участие обучающихся в соревнованиях по спортивным и подвижным играм.

Список литературы

1. Гатман Б., Финнеган Т., Все о тренировке юного баскетболиста. Издательство АСТ, 2007
2. Карасева Т.В., Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Основная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
3. Кузнецов В.С. Спортивная деятельность учащихся. Баскетбол. 2013.- 113с.
4. Веревкин М.П. Мини – футбол на уроках физической культуры. Издательство ТВТ Дивизион – 2006.-100с.
5. Киселев П.А. Подвижные и спортивные игры с мячом. Издательство Планета – 2015.-76с.
6. Федорова Н.А. Физическая культура. Подвижные игры. 5 – 8 класс. Издательство Экзамен – 2016.- 64с.
7. Федорова Н.А. Физическая культура. Подвижные игры. 9-11 класс. Издательство Экзамен - 2016. – 64с.
8. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе. Программы, рекомендации. 2014.-168с

9.Физическая культура: 5-9 кл: тестовый контроль: пособие для учителя/В.И.Лях. — М.: Просвещение —144с.

10. «Федеральная комплексная программа физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича М.: Просвещение - 2016. Предметная линия учебников. В.И.Виленского, В.И.Ляха. 5 – 9 классы.

11. «Федеральная комплексная программа физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича.М.: Просвещение - 2016. Предметная линия учебников. В.И.Виленского, В.И.Ляха. 10 - 11 классы.