

на Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сонская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено на заседании ШМО  Потапова С.А.  Протокол № <u>1</u> от « <u>28</u> » <u>08</u> 2025 г.	Согласовано Заместитель директора по УВР  Ауэр Т.В.  « <u>29</u> » <u>08</u> 2025 г.	Утверждено Директор МБОУ «Сонская сош»  Дубинина А.Ш.  Приказ № <u>65/11</u> от « <u>29</u> » <u>08</u> 2025 г.
--	--	---

Рабочая программа по внеурочной деятельности

Осенние игры

Разработал(а): Изукова Т.С.

учитель: физической  
культуры

С.Сонское, 2025

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программы по внеурочной деятельности «Олимпийские игры» 1-4 класс.

Данная программа направлена на формирование устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями. Поскольку игровая деятельность в среднем школьном возрасте является ведущей, основу программы составляют игры общеразвивающие, игры. Использование в спортивных играх мяча позволит развивать общую и мелкую моторику, что положительно скажется на готовности к обучению. Также данная программа направлена на развитие коммуникативных умений школьников: общаться, прислушиваться к мнению других людей, организовать досуг совместно с друзьями с применением игр с мячом.

Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющейся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. В современных условиях программа важна в связи с резким снижением процента здоровых детей.

Практическая значимость программы заключается в том, что занятия по ней, позволяют учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игры требуют от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

**Новизна данной программы** заключается в формировании установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучать способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья. В программе уделяется большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности во многих видах спорта с мячом. Реализация программы предусматривает тестирования, поиск информации в Интернет, просмотр учебных программ, видеоматериала и т. д.

**Исходя из этого цель программы** – обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию

личностных ориентиров и норм поведения, сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья младших школьников.

**Задачи:**

- сформировать представление о Олимпийских играх и позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать представление о правильном (здравом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья.

**Ценостные ориентиры содержания программы**

1. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое, нервно-психическое и социально-психологическое).
2. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения (Ценность здоровья и здорового образа жизни).
3. Рациональная организация образовательного процесса (Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности).
4. Организация физкультурно-оздоровительной работы (Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния).
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) (Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания).

**Режим занятий:** Общий объем программы — 34 часов, 1 час (занятие) в неделю.

Для успешной реализации программы по спортивно – оздоровительному направлению «Олимпийские игры» используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

**Словесные методы:** рассказ, беседа, объяснение, дискуссия, метод примера. Наглядные методы: просмотр фотографий, видеофильмов, схем, плакатов. Практические методы: соревнования, познавательные и ролевые игры.

**Методы стимулирования и мотивации:** формирование опыта эмоционально-ценостных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению (соревнования, познавательные и ролевые игры); долга и ответственности (учить проявлять упорство и настойчивость).

**Методы контроля:** практические задания, самоконтроль.

Методы создания положительной мотивации обучаемых.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения учащихся.

**Формы достижения результатов:** игра-путешествие, практические занятия, беседы, тренинги, тестирование.

В основу отбора содержания программы внеурочной деятельности «Олимпийские игры» были заложены следующие принципы:

- принцип оздоровительной направленности обосновывает применение спортивных игр со спортивным инвентарем для компенсации недостатка двигательной активности детей, направленности занятий на реализацию профилактической и развивающей функции физических упражнений;
- принцип социализации направлен на включение ребенка в групповую деятельность, совместной постановки и решения определенных задач, обогащению эмоционально-волевой сферы детей и воспитанию у них межличностных отношений и организационных умений;
- принцип доступности предполагает подбор заданий, соответствующих уровню социального, психического и физического развития детей;
- принцип постепенности определяет необходимость построения образовательного процесса в соответствии с правилами «от известного к неизвестному», «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в поэтапном освоении и переводе учебных знаний в практические навыки;
- принцип сознательности и активности предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых видов деятельности, развития инициативы, самостоятельности и творчества в двигательном поведении.

Планируемые результаты изучения программы

Главным результатом реализации рабочей программы внеурочной деятельности, должно стать создание ситуации для творческой самореализации учащихся, через практические занятия:

Веселые старты (эстафета).

Веселые старты с обручем.

Веселые старты (эстафета «Туристическая тропа»).

Спортивный праздник. «Малые Олимпийские игры».

**Личностными результатами являются формирование следующих умений:**

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

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

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

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

**Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).**

**Регулятивные УУД:**

самостоятельно в любой игровой ситуации регулировать степень влияния и мышечного напряжения;

организовывать самостоятельно игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

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

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

технически правильно выполнять двигательные действия в игровой и соревновательной деятельности.

**Познавательные УУД:**

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

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

находить выход из критического положения.

**Коммуникативные УУД:**

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий;

анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

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

оказывать товарищескую поддержку;

добиваться достижения общей цели.

**Предметные:**

планировать применение игр с мячом в режиме дня;

излагать факты истории развития спортивных игр с мячом, спортивных традиций региона;

представлять подвижные игры с мячом как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности первоклассников;

применять способы коррекции осанки, развития физических качеств, средствами игр с мячом;

овладение техникой движений с мячом;

моделировать комплексы упражнений с мячом из ранее изученных элементов;

**Содержание программы**

История Олимпийских игр – 6ч.

Русские народные игры – 4ч.

– «Горелки».

– «Цепи кованые».

– «Совушка».

– «Шишки–желуди–орехи».

Веселые старты – 10ч.

– Веселые старты с мячом.

– Веселые старты со скакалкой.

– Веселые старты (эстафета).

Игры со спортивным инвентарем – 7ч.

– «Вызов номеров».

– «Неудобный бросок».

– «Волк во рву».

– «Пустое место».

– «Невод».

– «Точно в мишень».

– «Мяч соседу».

Игры с элементами общеразвивающих упражнений – 5ч.

– «Море волнуется – раз».

– «Попрыгунчики-воробушки».

– «Два мороза».

– «Волна».

– «Класс, смирно!».

6. Итоговый праздник «Малые Олимпийские игры» – 2ч.

### Тематическое планирование

№	Содержание курса	Количество часов			Перечень универсальных действий обучающихся
		Всего	Теоретических	Практических	
1	История Олимпийских игр	6		6	Регулятивные: доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми. Познавательные: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Коммуникативные: общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
2	Русские народные	4		4	Регулятивные: организовывать самостоятельно

	игры				игровую деятельность с учетом требования ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные: находить выход из критического положения; Коммуникативные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
3 .	Веселые старты	10		10	Регулятивные: самостоятельно в любой игровой ситуации регулировать степень влияния и мышечного напряжения; Познавательные: анализировать игровые действия с выделением существенных признаков; Коммуникативные: анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
4 .	Игры со спортивным инвентарем	7		7	Регулятивные: технически правильно выполнять двигательные действия в игровой и соревновательной деятельности; Познавательные: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Коммуникативные: в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий.

5	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	5		5	Регулятивные: самостоятельно в любой игровой ситуации регулировать степень влияния и мышечного напряжения; Познавательные: анализировать игровые действия с выделением существенных признаков; Коммуникативные: анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
6	«Малые Олимпийские игры»	2		2	Регулятивные: технически правильно выполнять двигательные действия в игровой и соревновательной деятельности; Познавательные: видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; Коммуникативные: в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий; добиваться достижения общей цели.
.	Всего	34			

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Описание примерного содержания занятий	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки похождения
-------	--------------	--------------	--	----------------------------	------------------------------------

#### Раздел 1. История Олимпийских игр.

1	История Олимпийских игр. Освоение навыков ходьбы и бега. Подвижные игры.	1ч.	Знакомство с историей возникновения Олимпийских игр, современными традиционными ритуалами, символами. Виды состязаний в программе Олимпийских игр древности. Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Коллективная рефлексия (определение значения игр с мячом для физического развития).		
2	Олимпийские виды спорта. Полоса препятствий . Эстафета с мячом.	1ч	Построение, разминка. Выполнение общеразвивающих упражнений. Эстафета по Олимпийским видам спорта с мячом. Групповая рефлексия.		
3	Олимпийские игры современности. Эстафеты с ведением и ловлей мяча.	1ч	Первые Олимпийские игры. Пять незабываемых дней. Современные Олимпийские игры. Возрождение Олимпийского движения. Групповая рефлексия.		
4	Гимнастический	1ч	Построение.		

	кие упражнения Совершенствование прыжков.		Приветствие. Сообщение задач урока. Строевые упражнения: повороты “направо”, “налево”, “кругом”. Ходьба и бег с заданием: на носках; на пятках; бег по прямой и змейкой. Упражнения на восстановление дыхания. Подготовка мест занятий. Изучение техники стойки на лопатках, согнув ноги: а) перекаты назад и вперед из и.п. группировка сидя; б) перекаты назад и вперед из и.п. упор; в) стойка на лопатках согнув ноги из и.п. упор присев; ) то же, но с опорой руками (ладони на пол).Построение. Подведение итогов.		
5	Гимнастика. Прыжки на групповой скакалке.	1ч	Построение. Приветствие. Сообщение задач урока. Строевые упражнения: повороты “направо”, “налево”, “кругом”. Ходьба и бег с заданием: на носках; на пятках; бег по прямой и змейкой. Упражнения на восстановление дыхания. Совершенствование техники стойки на лопатках, согнув ноги. Упражнения для развития силы, ловкости, гибкости: “Волна”, “Ловкие ноги”; Туннель”. Построение. Подведение итогов урока.		
6	Легкая атлетика. Ловля и	1ч	Построение, приветствие, сообщение задач урока. Строевые		

	передача мяча. Эстафеты с мячом.		упражнения. Ходьба: змеёйкой, на носках, на пятка, на внутренних и внешних сводах стопы, руки на поясе, с перекатом с пятки на носок. Бег: с высоким подниманием бедра, бег с прыжками, приставными шагами, медленный бег с переходом на ходьбу. Перестроение в круг на вытянутые руки. Бег с ускорением. Игра "Бег с преследованием". Игра "День и ночь", Игра "Сбей кегли". Прыжок в длину с места. Игра "Чей прыжок длиннее", игра "Кузнечики", игра "Светофор". Построение. Групповая рефлексия.		
--	-------------------------------------	--	--	--	--

#### Раздел 2. Русские народные игры.

7	Развитие ходьбы и бега . Игра «Горелки»	1ч	Построение в одну шеренгу, организационные команды, разминка. Упражнение на внимание. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Горелки». Групповая рефлексия.	15.10.2 5	
8	«Мини-футбол»	1ч	Закрепления знаний по двигательным действиям и исходным положениям. Работа в парах. Игровые правила. Отработка игровых приемов. Игра «Цепи кованые». Построение, снятие нагрузки. Беседа, подведение итогов. Групповая		

			рефлексия.		
9	Веселые старты (эстафета)	1ч	Построение в классе. Выполнение дыхательных упражнений. Общеразвивающие упражнения без предмета. Повторение комплекса ОРУ. Игра «Совушка». Групповая рефлексия.		
10	«Шишки-желуди-орехи»	1ч	Построение. Разминка. Выполнение комплекса ОРУ. Игровые правила. Отработка игровых приемов. Игра «Шишки-желуди-орехи». Групповая рефлексия.		

### Раздел 3. Веселые старты.

11	Игры с мячом	1ч	Построение. Разминка. Выполнение заданий в ходьбе и беге, с ловлей и передачей мяча разучивание комплекса ОРУ с волейбольным мячом. Выполнение индивидуальных заданий: подброс и передача мяча сверху над собой. Виды приёма и передач мяча. Игра «Лови—не лови». Групповая рефлексия.		
12	Веселые старты (эстафета)	1ч	Построение. Разминка. Выполнение заданий в ходьбе и беге, с ловлей и передачей мяча. Демонстрация ОРУ и специальных упражнений с мячом партнёру, оценивание и аргументирование своей оценки. Выполнение		

			индивидуальных заданий: подброс и передача мяча сверху над собой. Эстафеты с мячом. Групповая рефлексия.		
13-14	Игры со скакалкой	2ч	Построение, разминка. Игры: «Скакалочка под ногами», «Бег, прыжки и ведение баскетбольного мяча», «Комбинированная». Ведение мяча по прямой до линии« пингвин», прыжки с мячом, зажатым между ног до линии; прыжки через скакалку в движении до линии. Групповая рефлексия.		
15-16	Веселые старты (эстафета)	2ч	Построение. Разминка. Эстафета: «Обруч, кубик», «Зигзаг удачи», «Игольное ушко», «Флорбол». Прыжки через обруч в движении до линии; бег в обруче до линии; передвижение вперед приставными шагами с броском баскетбольного мяча друг другу до линии, перебросить мячи с одной стороны шеренги на другую, при этом мячи нужно сложить в обруч № 2 около последнего участника.		
17	Игры с обручем	1ч	Построение, разминка. Эстафета: «Обруч, кубик», «Зигзаг удачи», «Игольное ушко», «Флорбол». Прыжки через обруч в движении до линии; бег в обруче до линии; передвижение		

			вперед приставными шагами с броском баскетбольного мяча друг другу до линии, перебросить мячи с одной стороны шеренги на другую. Групповая рефлексия.		
18	Челночный бег. Игра «Ловкий охотник»	1ч	Построение, приветствие, сообщение задач урока. Ходьба с заданием. Бег с заданием. ОРУ в движении. Перестроение для эстафет: класс делится на две команды. Игры: «Самый быстрый» (челночный бег), «Ловкая обезьянка», «Скачущий тигруля», «Заполни закрома», «Донеси кокос», «Ловкий охотник».		
19	Веселые старты с обручем	1ч	Построение, разминка. Выполнение заданий в ходьбе и беге. Выполнение индивидуальных заданий: подброс и ловля с поворотами и хлопками. Броски и ловля на заданное расстояние. Объяснение, почему получилось или не получилось выполнить качественно задание. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Мяч соседу». Групповая рефлексия.		
20	Веселые старты (эстафета)	1ч	Построение, приветствие, сообщение задач урока. Строевые упражнения. Бег: с		

			высоким подниманием бедра, бег с прыжками, приставными шагами, медленный бег с переходом на ходьбу. Выполнение комплекса ОРУ с мячом. Игра «Сядь первым» Игра «Тянем-потянем» Игра «Тише едешь - дальше будешь». Игра «Четверо в комнате» (австрийская игра). Игра «Пять имен». Игра «Семеро одного не ждут». Построение. Групповая рефлексия.		
--	--	--	--	--	--

**Раздел 4. Игры со спортивным инвентарем.**

21	«Вызов номеров»	1ч	Построение. Выполнение упражнений с заданиями в ходьбе и беге. Выполнение упражнения на восстановление дыхания. Метание мяча на дальность. Игровые правила. Игра «Вызов номеров». Заминка. Рефлексия.		
22	«Неудобный бросок»	1ч	Построение. Упражнения на координацию дыхания. Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке, танцевальные упражнения. Рефлексия.		

23	«Волк во рву»	1ч	Построение, разминка. Закрепление комплекса ОРУ, ходьба с заданием. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Волк во рву». Групповая рефлексия.		
24	«Пустое место»	1ч	Построение, разминка. Закрепление комплекса ОРУ, бег с заданием. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Пустое место». Групповая рефлексия.		
25	«Невод»	1ч	Построение, разминка. Разучивание комплекса ОРУ. Выполнение задания в парах, тройках. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Невод». Групповая рефлексия.		
26	«Точно в мишень»	1ч	Построение, разминка. Разучивание комплекса ОРУ, демонстрация		

			комплекса ОРУ партнеру. Выполнение задания в парах. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Точно в мишень». Групповая рефлексия.		
27	Эстафета «Туристическая тропа»	1ч	Построение, приветствие, сообщение задач урока. Строевые упражнения. Выполнение комплекса ОРУ. Ходьба: змейкой, на носках, на пятка, на внутренних и внешних сводах стопы, руки на поясе, с перекатом с пятки на носок. Бег с эстафетной палочкой, ведение мяча, «Прыжки на скакалке». Эстафета «Туристская тропа», «Гонки сороконожек», «Гонка мяча над головой». Построение. Групповая рефлексия.		
<b>Раздел 5. Игры с элементами общеразвивающих упражнений.</b>					
28	«Море волнуется – раз»	1ч	Построение, разминка. Разучивание комплекса ОРУ, закрепление комплекса ОРУ с мячом. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Море волнуется – раз». Групповая рефлексия.		
29	«Попрыгунчики-	1ч	Построение, разминка. Повторение комплекса		

	воробушки»		ОРУ с мячом, демонстрация комплекса ОРУ партнеру. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Попрыгунчики-воробушки». Групповая рефлексия.		
30	«Два Мороза»	1ч	Построение, разминка. Повторение комплекса ОРУ с мячом, выполнение индивидуальных заданий. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Два Мороза». Групповая рефлексия.		
31	«Волна»	1ч	Построение, разминка. Закрепление комплекса ОРУ, выполнение индивидуальных заданий. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Волна». Групповая рефлексия.		
32	«Класс, смирно!»	1ч	Построение, разминка. Закрепление комплекса ОРУ, выполнение индивидуальных заданий. Оценивание правильности выполнения двигательного действия, выявление ошибок. Определение		

			ролей. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра «Класс, смирно!». Групповая рефлексия.		
<b>Раздел 6. «Малые Олимпийские игры»</b>					
33-34	Спортивный праздник	2ч	Открытие Олимпийских игр. Соревнования по бегу, по прыжкам в длину, метанию диска (мяча), борьбе (арм-рестлингу), теоретическое состязание «История Олимпийских игр». Построение. Торжественная церемония завершения (закрытия) Олимпийских игр.		

### **Информационно-методическое обеспечение**

Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.

Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.

Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 5-6 классы. А.Г. Макеева. Просвещение. 2013 г.

Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 7-8 классы. А.Г. Макеева. Просвещение. 2013 г.

Юный гимнаст. А.М. Шлемин. – М.: ФиС, 1973.

Носов В.В. Основные упражнения баскетболиста на начальном этапе обучения: Методические указания. - Ульяновск: УлГТУ, 2006.

Евсеев Ю.И. Физическая культура: Учеб. пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003

Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 — 2015 гг.». Утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11 января 2006 года № 7.

Методические рекомендации по развитию дополнительного образования-детей в общеобразовательных учреждениях (Приложение к письму Минобразования России от 11 июня 2002 г. №30-51-433/16).

Федеральный Закон «О физической культуре и споре Российской Федерации» от 29 апреля 1999 г. №80-ФЗ.

11. Шлемин А.С. Юный гимнаст. – М.: ФиС, 1973.

12. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2011.

Железняк М. Н. Спортивные игры / М. Н. Железняк. – М., 2001.

Литвинов М. Ф. Русские народные подвижные игры / М. Ф. Литвинов. – М., 1986.

#### Интернет-ресурсы

1. Комплекс общеразвивающих упражнений с большим мячом. – Режим доступа: <http://koncept.ru/grades/gothe/691-kompleksy-fizicheskikh-uprazhneniy-s-1-9-klass.html>

2. Комплекс общеразвивающих упражнений в движении. – Режим доступа: <http://koncept.ru/grades/gothe/691-kompleksy-fizicheskikh-uprazhneniy-s-1-9-klass.html>

3. Пикулева Е. В. Внеклассное мероприятие «Своя игра» / Е. В. Пикулева. – Режим доступа: <http://www.moeobrazovanie.ru>

4. Тышлыков С. Разработка внеклассного мероприятия «Марафон игр» / С. Тышлыков. – Режим доступа: <http://www.kollegi.kz>

5. <http://www.sovsport.ru>

6. <http://www.allsportinfo.ru>

7. <http://www.paralymp.ru>

8. <http://www.mterentiev.ru>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 535789110244658727404941810073550101074793265731

Владелец Дубинина Ануш Шамировна

Действителен с 17.12.2025 по 17.12.2026