

ПРИНЯТО:
педагогическим советом
частного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад №183 открытого
акционерного общества
«Российские железные дороги»
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий детским садом

_____ Н.А. Лобас
приказ № 129
от «31» августа 2023 г.

ДЕТСКИЙ САД № 183 ОАО "РЖД" Подписано цифровой подписью: ДЕТСКИЙ САД
№ 183 ОАО "РЖД"

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Обучение баскетболу»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 5-7 лет
Автор-составитель: Гукова Л.П.

г. Барнаул

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Актуальность	3
1.3.	Новизна программы	4
1.4.	Цели и задачи программы	4
1.5.	Методы реализации программы	4
1.6.	Принципы обучения игре	5
1.7.	Методологическая основа программы	5
1.8.	Структурно-функциональная модель программы	5
1.9.	Планируемые результаты	6
2. Содержательный раздел		
2.1.	Примерный перечень упражнений к разделу «Атлетическая подготовка»	7
2.2.	Примерный перечень упражнений к разделу «Технико-тактическая подготовка»	7
2.3.	Примерный перечень упражнений к разделу «Теоретическая подготовка»	9
2.4.	Примерные конспекты занятий по обучению игре баскетбол	9
3. Организационный раздел		
3.1.	Карта оценки физической подготовленности детей к обучению игре	13
3.2.	Учебный план	13
3.3.	Материально-техническое обеспечение программы	15
3.4.	Взаимодействие с родителями	15
3.5.	Методическое обеспечение программы	16

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана с учетом современных требований к реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта. Представляет собой систему обучения элементам спортивной игры «Баскетбол», в основу которой заложено использование занимательных игровых упражнений, игр - эстафет.

Программа направлена на всестороннее развитие двигательных функций, взаимосвязь физического, интеллектуального и психического развития ребенка.

Программа ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

1.2. Актуальность

Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. Недостаточная физическая активность. Особенно в период активного роста. Когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья, снижения жизненного тонуса.

Известно также, что в школе тенденция ухудшения здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек.

Решить эту проблему можно через организацию двигательной деятельности детей в игровой форме. Игра есть ведущая деятельность в дошкольном возрасте. Подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

Подвижные игры с элементами спорта способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами спорта позволяют ребенку овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

1.3. Новизна программы

Программа гуманистически ориентирована, т.к. предлагаемая система разработана с учетом особенностей психомоторного развития старших дошкольников, реального уровня их физической подготовленности.

Программа предполагает использование занимательных игровых упражнений, игр-эстафет как средства гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния. Наряду с перечнем двигательных действий, определен объем информации для детей о спортивной игре «Баскетбол»

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы дошкольного образования (далее - программа) – физкультурно-спортивная.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 5-7 лет. Срок реализации Программы –1 год.

Режим проведения занятий: два раза в неделю. Продолжительность занятия составляет –30 минут.

Программой предусмотрены групповые формы проведения занятий.

1.4. Цели и задачи программы

Цель: помочь детям овладеть основами игры «Баскетбол».

Задачи:

- формировать устойчивый интерес к игре «Баскетбол», желание использовать ее в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями, обучать правильной технике выполнения элементов игры «баскетбол»
- содействовать развитию двигательных способностей.
- воспитывать положительные морально-волевые качества;
- формировать навыки и стереотипы здорового образа жизни.

1.5. Методы реализации программы.

- *Словесный* (стихотворения, загадки, беседа, команда, инструкция).
- *Наглядный* (показ упражнения, использование зрительных ориентиров, наглядных пособий, карточки-задания, демонстрация видеопрезентаций, мультфильмов).
- *Практический* (совместная игра взрослых и детей, соревновательные моменты, решение кроссворда, заданий из серии «Спортивная игротека», раскраски).
- *Побуждение* детей к анализу и обобщению, обоснованию и оценке.
- *Поощрение* творческой инициативы.

Также необходимым условием успешной реализации программных задач является *создание ситуации успеха* для каждого ребёнка, создание доброжелательной атмосферы на занятии.

1.6. Принципы обучения игре

1. *Систематичность* (заключается в непрерывности, планомерности, регулярности процесса обучения, все упражнения выполняются в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка, задачи решаются методом усвоения материала «от простого к сложному»)
2. *Сознательность и активность* (формирование сознательного и активного отношения ребенка к овладению элементами игры «Баскетбол», создание условий для решения творческих задач, активизация мысли, побуждение к самостоятельности)
3. *Наглядность* (разучивание движения происходит за счет активного вовлечения всех внешних и внутренних анализаторов)
4. *Доступность и индивидуализация* (учет уровня здоровья и физической подготовленности ребенка, возрастных особенностей и в связи с этим определение посильных для него заданий, использование подготовительных, подводящих упражнений для усвоения сложно-координированных действий)
5. *Постепенность* (постановка перед ребенком и выполнение им все более трудных новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузки)

1.7. Методологическая основа программы

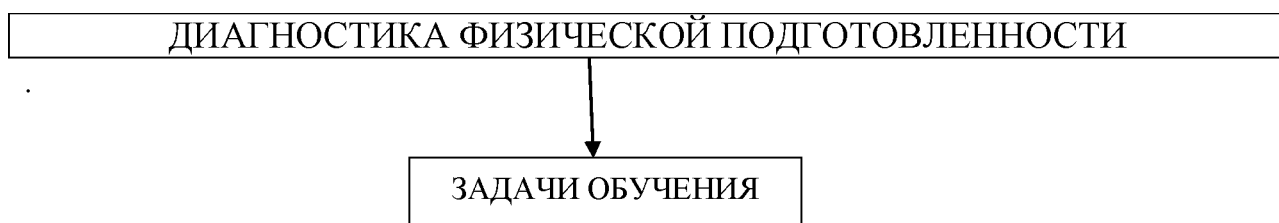
Методологической основой программы является исходный принцип отечественной педагогики и психологии, согласно которому игра является ведущим видом деятельности дошкольника.

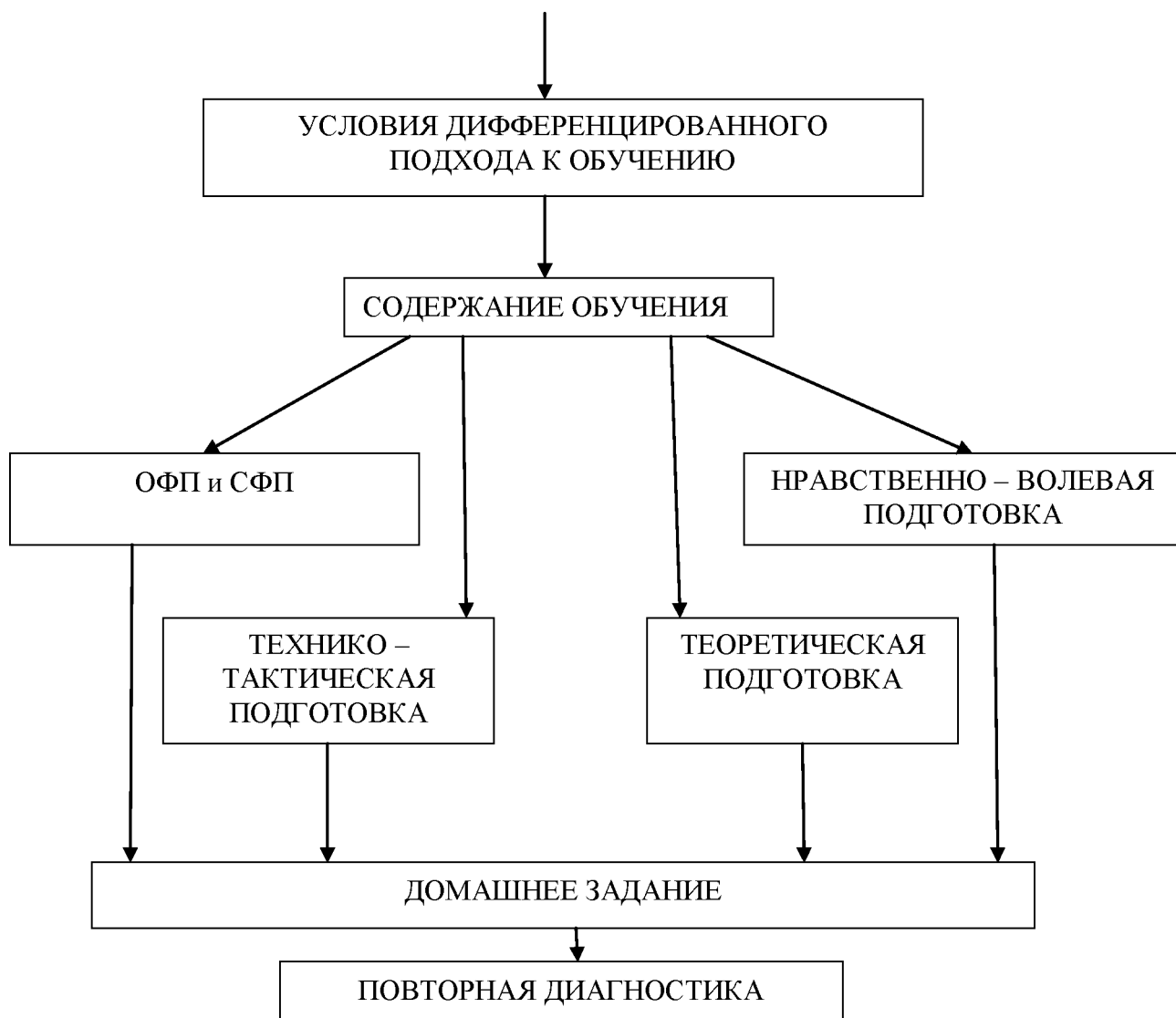
В основу разработки Программы положены требования к всестороннему развитию двигательных функций, взаимосвязи физического, интеллектуального и психического развития ребенка.

Программа ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Программа представляет собой структурно-функциональную модель поэтапного обучения игре «Баскетбол», которая построена на идее всестороннего развития личности: мышления, сознания и деятельности.

1.8. Структурно-функциональная модель Программы обучения игре «Баскетбол».





1.9.. Планируемые результаты.

Дети умеют:

- передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении;
- ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди, из-за головы, от плеча;
- вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Дети знают правила игры, историю ее возникновения.

Владеют навыками взаимопомощи, саморегуляции.

Проявляют желание играть самостоятельно.

2. Содержательный раздел

2.1. Примерный перечень упражнений к разделу «Атлетическая подготовка»

- «Найди свой цвет»
- «Вышло солнце из-за речки»
- «По кочкам»
- «Три мяча»
- «Туннель с мячом»
- «Ручей»
- «Кружилиха»

2.2. Примерный перечень упражнений к разделу «Технико-тактическая подготовка»

За мячом

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает водящего. Команды делятся пополам и становятся в колонны одна против другой на расстоянии 2—3 м. После сигнала водящий бросает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит вслед за мячом. Поймавший мяч также передает его напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра заканчивается тогда, когда все игроки возвратятся на свои места, а мячи — водящим. Выигрывает та команда, которая быстрее заканчивает игру.

Кого назвали, тот ловит мяч

Дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

У кого меньше мячей

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки (площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей.

Мяч ведущему

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4-5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1-3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

Мяч в воздухе

Играющие образуют круг и становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук, водящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его. Водящий, бегая в середине круга, стремится дотронуться до

мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, он меняется местами с игроком, который последний держал мяч в руках.

Передал – садись

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2-3 м от нее.

По сигналу воспитателя капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем — третьему и всем остальным игрокам.

Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за ним сбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

Ловшика в кругу

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймает мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

Мяч – водящему

Дети делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг. В центре круга - водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, которая меньшее количество раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

Стой!

Дети становятся в круг, водящий с мячом - в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» Все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

Гонка мячей по кругу

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

2.3. Примерный перечень тем к разделу «Теоретическая подготовка»

«Откуда пришел баскетбол»

«Какие бывают мячи»

- «Поле, его линии»
- «Кто разыгрывает мяч»
- «Нападаем – защищаем»
- «Что можно и чего нельзя в баскетболе»
- «Штрафные броски»
- «Играем вместе»

2.4. Примерные конспекты занятий по обучению игре в баскетбол

Занятие №1-2

Задачи:

- разучить правила игры в баскетбол, познакомить с действиями защитников, нападающих;
- совершенствовать технику ведения, передач и бросков мяча;
- развивать глазомер, координацию движения, быстроту реакции;
- воспитывать решительность и уверенность.

Содержание	Дозирование	Организационно-методические указания
<i>Вводная часть</i>		
1. Вышло солнце из-за речки (бег врассыпную; быстро построиться возле своего обруча в круг)	3 р.	На слова: «Вышло солнце из-за речки, разбросало золотые колечки. Кто за речку пойдет, тот колечко найдет», - дети передвигаются свободно по залу врассыпную, галопом. На счет «Один, два, три – беги!», - строятся в три круга по заранее определенному центру. Обручи разбрасывать как можно дальше от детей.
<i>Основная часть</i>		
1. «Бег тройками» (бег втроем, взявшись под руки, вполоборота; расстояние – 6 м.)	3 р.	Дети разделены на две команды, построенные в колонны. Количество участников команды кратно 3 (6, 9, 12). Игровое задание: первая тройка оббегает кеглю и становится в конец колонны, затем – вторая и т.д. Чья команда быстрее вернется к исходному построению.
2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обруче, обручи разложены в шахматном порядке)	3 р.	Разделить детей на 2 команды. Игровое задание: по сигналу первый ребенок прыгает из обруча в обруч на двух ногах, оббегает флажок, бежит обратно и передает эстафету следующему, а сам становится в конец колонны. Чья команда

		быстрее.
3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног)	3 р.	Дети разделены на 2 команды (в колоннах, ноги врозь). Игровое задание: первый ребенок прокатывает мяч последнему, последний берет мяч, бежит с мячом. Становится первым, снова прокатывает мяч последнему и т.д. Чья команда быстрее вернется к исходному построению.
4. «Передал - садись» (передача и ловля мяча двумя руками от груди)	3 р.	Разделить детей на 2 колонны. Напротив них становятся водящие с мячом в руках. По сигналу они бросают мяч детям, стоящим первыми в команде; те, поймав мяч, возвращают его водящему и принимают упор присев. Водящий бросает мяч второму и т.д. Чья команда быстрее передаст мяч.
5. «Светофор» (на красный цвет принять стойку баскетболиста)	3-4 р.	Дети бегают врассыпную. Воспитатель поднимает красный флажок – дети останавливаются и принимают стойку баскетболиста.
6. «Лови, бросай - упасть не дай» (передача мяча друг другу из разных п.)	3-6 р.	Дети стоят в двух шеренгах лицом друг к другу, мячи у первой шеренги. По сигналу игроки начинают перебрасывать мячи друг другу. Чья пара дольше не уронит мяч? Перебрасывание мяча: а) двумя руками от груди стоя; б) двумя руками от груди сидя ноги врозь.
7. «Волчок» (ведение мяча вокруг себя поочередно правой и левой рукой)	По 3 р.	Дети стоят врассыпную, выполняют ведение по сигналу.
8. «У кого больше» (бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места)	По 3 р.	Дети поделены на 2 команды, мяч у каждого ребенка. Команды стоят в колоннах перед корзинами на расстоянии полутора метров от них. Игровое задание: первый ребенок бросает мяч в корзину, ловит его и становится в конец колонны. Затем бросает второй и т.д. Кто больше забросит мячей в корзину?
9. Игра в мини-баскетбол	5 мин.	По упрощенным правилам
<i>Заключительная часть</i>		

«Поле-кольцо» (малоподвижная игра)	1 р.	Дети стоят врассыпную по всей площадке, по команде «Поле!» они приседают, касаются руками пола. По команде «Кольцо!» - поднимаются на носки, руки вверх.
---------------------------------------	------	--

Занятие №3-4

Задачи:

- продолжить разучивание правил игры, техники защиты и нападения в мини-баскетболе;
- совершенствовать технику ведения, передач и бросков мяча;
- развивать точность, координацию движения, быстроту реакции;
- воспитывать выдержку и целеустремленность.

Содержание	Дозирование	Организационно-методические указания
<i>Вводная часть</i>		
1. «Пятнашки цепью»	1 р.	Игрок, которого настигли, берет водящего за руку и бежит с ним дальше. Следующий «осаленный» ребенок присоединяется к ним. К концу игры водящий образует цеп.
<i>Основная часть</i>		
1. «Янусы» (бег лицом и спиной вперед, взявшись под руки)	2 р.	Дети разделены на 2 команды. Игроки должны встать в пары спиной друг к другу. По сигналу первый в паре бежит лицом вперед до флажка, а обратно – спиной вперед.
2. «Пингвины и кенгуру» (прыжки с зажатым между коленей мячом)	2 р.	В игре участвуют 2 команды. В 5-8 метрах от детей – флажки. Игровое задание: До флажка прыгать, а обратно идти, удерживая мяч между ног.
3. «Бег с двумя мячами» (прокатывание двух мячей по прямой и вокруг предметов)	2 р.	Командная эстафета.
4. «Успей поймать мяч» (ловля мяча и передача его двумя руками от груди в	3 р.	Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м. с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч

колоннах с переходом в конец своей)		игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок выполняет то же и т.д. Игра продолжается, пока первый игрок не займет снова место во главе команды. Побеждает команда, закончившая игру первой.
5. «Лови, бросай – упасть не дай»(передача мяча двумя руками от груди)	6 р.	См. занятие №1-2.
6. «Волчок» (ведение мяча вокруг себя поочередно правой и левой рукой)	4р.	См. занятие №1-2.
7. «Чье звено больше» (Броски мяча в корзину)	По 3 р.	Дети поделены на 2 команды, мяч у каждого ребенка. Команды стоят в колоннах перед корзинами на расстоянии полутора метров от них. Игровое задание: первый ребенок бросает мяч в корзину, ловит его и становится в конец колонны. Затем бросает второй и т.д. Чья команда больше забросит мячей в корзину?
8. Игра в мини-баскетбол	5 мин.	По упрощенным правилам.
<i>Заключительная часть</i>		
«Горячий мяч» (малоподвижная игра)	1-1,5 мин.	Дети стоят по кругу на близком расстоянии друг от друга. Передача мяча в быстром темпе по кругу. По сигналу «Стоп!» тот, у кого в руках остался мяч, отвечает на вопросы педагога из разделов «история игры», «история мяча».

3. Организационный раздел

3.1.. Карта оценки уровня физической подготовленности к игре

Ф.И. ребенка	Челночный бег		Прыжки в длину с места		Броски мяча в корзину	
	Н. Г.	К. Г.	Н. Г.	К. Г.	Н. Г.	К. Г.

3.2. Учебный план

№ п/п	Содержание материала	Месяц						
		октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель
1	Стойка баскетболиста	+						
2	Передвижение по площадке бегом, приставными шагами, с прыжками, спиной вперед	+	+	+	+	+	+	+
3	Остановка двумя шагами, повороты	+	+	+	+	+	+	+
4	Упражнения для формирования «чувства мяча»	+	+	+	+	+	+	+
5	Ловля мяча	+	+	+	+	+	+	+
6	Передача мяча двумя руками от груди	+	+					
7	Передача мяча в шеренге, по кругу, в тройках, пятерках			+	+	+	+	+
8	Передача мяча двумя руками при движении парами			+	+	+	+	+
9	Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его					+	+	+
10	Ведение мяча на месте правой и левой рукой	+						
11	Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой	+	+	+				
12	Ведение мяча изменяя направление передвижения		+	+	+	+	+	

13	Ведение мяча с высоким, средним и низким отскоком		+	+	+	+	+	
14	Ведение, остановка и передача мяча				+	+	+	+
15	Ведение мяча при противодействии противника				+	+	+	+
16	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места	+	+	+	+	+	+	+
17	Бросок мяча в корзину после ведения			+	+	+	+	+
18	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его				+	+	+	+
19	Подвижные игры.эстафеты	+	+	+	+	+	+	+
20	Учебная игра			+	+	+	+	+

3.3. Материально-технические условия, необходимые для реализации программы

Спортивное оборудование: баскетбольные щиты с корзинами (стационарный и переносной), площадка с разметкой для игры в баскетбол.

Спортивный инвентарь: мячи разного веса и диаметра, кегли, обручи, гимнастические палки, веревки, конусы, дуги, мешочки с песком

-ТСО: ноутбук, интерактивная доска, проектор.

Наглядно – дидактический материал:

- «Спортивная АЗБУКА» (стихи и загадки о баскетболе)
- Фотоальбом «Виды спорта»
- Фотоальбом «Мы – гордость Алтая и России!» (фотографии выдающихся спортсменов, их спортивные достижения)
- «Олимпийская книга» (виды летних и зимних Олимпийских игр, символика, история возникновения олимпийского движения)

Дидактические игры:

- «Спортивное лото»
- «Спортивное домино»

- «Спортивный лабиринт»
- «Спортивные разрезные картинки»
- «Спортивные пазлы»
- «Спортивные ребусы»
- «Спортивное слово на одну букву»
- «Ошибки художника» (по типу «Найди 5,7...отличий»)
- «Загадочные картинки»

Материал для художественно-продуктивной деятельности:

- Альбомы - раскраски на спортивную тематику
- «Спортивные трафареты» (спортивный инвентарь)

Карточка с загадками, рифмовками, физминутками, стихами пальчиковыми играми;

Раздаточный материал домашних заданий на каждого ребёнка;

Аудиозаписи песен и фонограмм о баскетболе

3.4. Взаимодействие с родителями

Месяц	Тема	Форма взаимодействия
Сентябрь	«Здоровый ребенок – талантливый ребенок» (о влиянии спортивной игры «Баскетбол» на уровень развития двигательных способностей ребенка и его здоровье)	Консультация
Октябрь	«Мы крепкие, мы сильные» (выставка результатов диагностики физ.подготовленности детей к игре)	Информацион буклеты на каждого ребенка
Декабрь	«В стране веселых мячей»	Совместное развлечение
Март	«Посвящение в «Спортики»	Совместное физ. занятие
Апрель	«Наши рекорды»	Фотоколлаж Для родителей
Май	Флешмоб «Баскетбол – моя жизнь, баскетбол – моя игра!»	Показательное выступление для родителей

	<p>«Мы крепкие, мы сильные» (выставка результатов диагностики физ.подготовленности детей)</p>	<p>Информационные буклеты</p>
--	---	-------------------------------

3.5. Методическое обеспечение Программы.

1. Адашкявичене Э.И Спортивные игры и упражнения в детском саду. - М.: ФиС, 1992. – 147 с.
2. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. - М.: ФиС, 1983.-96с.
3. Васильков Г. А. Азбука мяча. – К.: Здоров'я ,1986. – 104 с.
4. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М.: АРКТИ. 2004. – 144 с.
5. Гутникова Л. Спорт + игра = радость. //Ж. "Дошкольное воспитание"- 2001. - 12.
6. Ерофеева Т.И, Современные образовательные программы для дошкольных учреждений//М, 1999г. С- 170, 99, 2-12.
7. Кудрявцева В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линка - Пресс, 2000.
8. Коровина И.М. Совершенствование двигательных навыков у детей в упражнениях и играх с использованием элементов соревнований и творческих заданий // Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. - М., 1984. - С. 65-80.
9. Ноткина Н, Воспитать физические качества: старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание, 1980. - 7 - С. 37 - 38.
- 10.Рогожина Е. Упражнения для развития мелкой моторики//Дошкольное воспитание . - 1998.
- 11.Страковская В.Л, 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. - М.: ФиС, 1994. - 179 с.
- 12.Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми дошкольного возраста. - М.: Просвещение, 1986.
- 13.Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. (Пособие для воспитателя подготовит к школе группы). 2-е изд. дораб. М.: Просвещение, 1984. 159 с., ил.
- 14.Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов

ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 176 с. – (Приложение к журналу «
Управление ДОУ»).