

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 5 «Яблонька»**

«СОГЛАСОВАНО»

Педагогическим советом МДОУ
«Детский сад № 5 «Яблонька»
протокол от 30.07.2021 г. № 1

«УТВЕРЖДЕНО»

ВРИО заведующего МДОУ
«Детский сад №5 «Яблонька»
Максимова С. А.
Приказ № 83 от 13.08.2021 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
по физкультурно-спортивному развитию
«ИГРАЛАНДИЯ»**

(Срок реализации – 1 год)

Воспитатель младшей группы:

Киселева Е. В.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В общей системе дошкольного образования физическое воспитание занимает особое место, является важным фактором укрепления здоровья детей и всестороннего развития личности ребенка. Исследования доктора педагогических наук Ю.К.Чернышевского доказывают, что у более 40% дошкольников уровень физической подготовки ниже среднего.

Кроме того, современные дети живут в условиях постоянно меняющейся Народные подвижные игры имеют многовековую историю, они всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых для всех видов деятельности. Подвижная игра с правилами – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующая точным и своевременным выполнением задания, связанного с обязательными для всех правилами. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры пробуждает ребёнка к определённым умственным и физическим усилиям. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной, мгновенной ответной реакции ребёнка на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!».

Дополнительная образовательная программа относится к программам **физкультурно-спортивной направленности**, так как ориентирована на развитие ловкости, силы, укрепление здоровья, скоростных и скоростно-силовых способностей.

Актуальность дополнительной программы физкультурно-спортивной направленности «Играландия» связана с необходимостью повышения эффективности физического воспитания детей дошкольного действительности. На смену увлекательным подвижным играм пришли не менее увлекательные - компьютерные. Это вызывает озабоченность педагогов и врачей: мало, очень мало двигаются дети! А для ребенка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического и интеллектуального развития. Через подвижные игры ребенок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализовать и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.

Цель программы

- обеспечение физического развития детей в подвижных играх, воспитание необходимых морально – волевых качеств.
- совершенствование содержание двигательной деятельности младшего дошкольного возраста на основе использования элементов подвижных игр.

Цель будет достигнута при решении следующих **задач**:

- знакомство детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формирование устойчивого интереса к подвижным играм и играм разных народов, игровым упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правилам и условиям выполнения подвижных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- развитие сообразительности, речи, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции и также эмоционально-чувственную сферу;
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни.

Кроме основных задач Программа решает следующие:

- развитие речи (словарь, звуковая культура);
- формирование коммуникативных способностей;
- развитие познавательной активности;
- развитие чувств сопереживания.

Продолжительность реализации программы составляет 1 год

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ:

- Совместное творчество педагога и детей

- Знакомство детей с культурой и обычаями разных народов через подвижные игры

Предполагаемый результат освоения детьми содержания данной программы:

Дети должны знать:

- ✓ роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья детей;

- ✓ правила и последовательность выполнения упражнений, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки;

Дети должны уметь:

- ✓ передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- ✓ выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
- ✓ осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;

А также:

- ✓ развитие речи (словарь, звуковая культура), познавательной активности, чувств сопереживания, коммуникативных способностей.

Дети должны применять свои знания для:

- ✓ выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур;
- ✓ преодоления безопасными способами естественных и искусственных препятствий;
- ✓ соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
- ✓ наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью.

Учебно-тематический план для детей 3-4 лет

№ п/п	Тема	Время проведения
1	Русские народные игры: «Гуси-Лебеди», «Пастух и стадо», «Лошадки», «Кот и мыши», «Самолеты», «Ловишки из круга», «С кочки на кочку», «Карусели», «Мыши вышли как - то раз», «Хитрая лиса», «Солнышко и дождь», «Поезд», «Найди свою пару», «Бег к флажку», «Медведь», «Быстро шагай».	Октябрь Ноябрь
2	Зимние подвижные игры: «Два Мороза», «Снежная карусель», «Снежки – попади в цель», «Не будите Медведя», «Светофор», «Поможем Зайке», «Попрыгунчики около санок», «Берегись, заморожу», «Зайка беленький сидит», «По снежному валу», «Веселые ребята», «Зима пришла», «На дворе мороз и ветер», «Салки со снежками», «Белый медведь», «Снежное строительство», «Ловишки-елочки», «Черепахи», «Дед мороз – не морозь», «Ловля Оленей», «Прыгуны вокруг снеговика», «Кто дальше бросит снежок».	Декабрь Январь Февраль
3	Игры разных народов: «Липкие пеньки» - (Башкирская игра), «Достань шапку» - (Дагестан), «Серый волк» - (Татарская игра), «Скок-перескок» - (Татарская игра), «Лисички и курочки» - (Татарская игра), «Серый зайка» - (Удмуртская игра), «Луна или солнце» - (Чувашская игра), «Расходитесь!» - (Чувашская игра), «Льдинки, ветер и мороз» - (Сибирь и Дальний Восток), «Здравствуй, догони!» - (Сибирь и Дальний восток), «Перепелочка» (Украина), «Охотники и утки» - (Беларусь), «Хлоп, хлоп, убегай!» - (Беларусь), «Медведь и пчелы» - (Узбекская игра),	Март Апрель

Перспективное планирование программы «Играландия»

ОКТАБРЬ

НОД 1

Цель: Изучение русских подвижных игр.

Программное содержание: Изучить русские подвижные игры.

Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

Обучить детей скоростным навыкам и ориентированию в пространстве через подвижные игры «Пастух и стадо», «Гуси – Лебеди».

Приучить их быстро действовать, помогать друг другу.

Развивать двигательную активность детей.

Изучить слова и правила подвижных игр.

Развивать у детей умение правильно произносить слова в игре.

Воспитать ответственность за полученную роль в игре.

Пособие: свисток для сигнала; маска «Волка», кубик «дом пастуха» - 1;

НОД 2

Программное содержание: Учить детей умению энергичного бега и отталкиванию носками с помощью игры «Лошадки».

Учить детей выполнять движения по сигналу и бегать по разным направлениям с помощью игры «Мыши и Кот».

Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

Повторить слова и правила подвижной игры «Гуси-Лебеди», «Пастух и стадо».

Развивать двигательную активность детей с помощью игр, выполнять действия быстро, помогая друг другу.

Пособие: маска «волка», кубик «домик пастуха», игрушка «Кот», гимнастическая скамейка, обручи «домики кота 2 – 4-5 шт..

НОД 3

Программное содержание: Упражнять детей умению энергично бегать и отталкиваться носками от земли; выполнять движения по сигналу и бегать по разным направлениям.

Изучить подвижные игры «Самолеты», «Ловишки из круга».

Упражнять детей скоростными навыками и ориентированию в пространстве, в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и ловлей, в построении в круг.

Воспитывать детей самостоятельно выполнять задания.

Развивать у детей умение бегать легко, реагировать на сигнал.

Пособие: гимнастическая скамейка, повязка.

НОД 4

Программное содержание: Упражнять детей скоростными навыками и ориентированию в пространстве, в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и ловлей, в построении в круг.

Закрепление пройденных ранее подвижных игр «Самолеты» и «Ловишки из круга», «Гуси – Лебеди»....

Воспитывать детей самостоятельно выполнять задания.

Развивать у детей умение бегать легко, реагировать на сигнал.

Изучить умение в прыжках с продвижением вперед, сохранять равновесие ч/з подвижные игры «С кочки на кочку», «Карусели». Развивать у детей умение действовать по правилам в игре.

Пособие: гимнастическая скамейка, повязка, обручи 10-12 шт.

НОЯБРЬ

НОД 1

Программное содержание: Учить детей сочетать свои движения со словами в игре.

Упражнять детей ходить и бегать в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга; упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

Развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу с помощью игр «Солнышко и дождь», «Поезд».

Закреплять навык построения в колонну по одному.

Пособие: зонт большой, гимнастическая скамейка, свисток.

НОД 2

Программное содержание: Упражнять детей выполнять движения по сигналу, в беге по разным направлениям.

Изучить подвижные игры «Бег к флажку», «Найди себе пару». Повторить игры «Поезд», «Солнышко и дождь».

Воспитывать положительный эмоциональный настрой от игр.

Развивать двигательные навыки детей, ловкость, внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу.

Пособие: зонт большой, флажки двух цветов: одни – синего, другие – красного – 20шт.

НОД 3

Программное содержание: Упражнять детей в умении строиться в круг. Упражнять в ходьбе по кругу, в беге в рассыпную не наталкиваясь друг на друга; сочетать свои движения согласно словам в игре.

Учить детей быстрой ходьбе с помощью игры «Быстрые шаги».

Развивать двигательные навыки детей, ловкость, внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу с помощью подвижной игры «Бег к флажку».

Пособие: флажки двух цветов: одни – синего, другие – красного – 20 шт.

НОД 4

Цель: Дети самостоятельно играют в русские народные игры, пройденные ранее.

Программное содержание: Закрепить подвижные русские народные подвижные игры.

Закрепить умение согласовывать свои движения согласно тексту в игре; строиться в круг, в колонну, в шеренгу.

Развивать навыки самостоятельно играть в игры русского народа.

Пособие: маски «медведя» и «волка», кубик «домик медведя», лукошко, игрушка «Кот», гимнастическая скамейка, обручи «домики кота 2 – 4-5 шт., флажки двух цветов: одни – синего, другие – красного – 20 шт., зонт большой, ленточка – 1, маска лисички.

ДЕКАБРЬ

Цель: Изучение зимние подвижные игры.

НОД 1

Программное содержание: Учить детей умению метать снежки в горизонтальную и вертикальную цели (центр мишени на высоте 2 м) с расстояния 3 – 4 м. с помощью подвижной игры «Снежки».

Упражнять детей выполнять действия строго по сигналу.

Развивать глазомер, быстроту реакции.

Продолжать воспитывать умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности.

Создать условия для тренировки мелких и крупных мышц руки.

Пособие: бубен, свисток, 2 цветных круга диаметром от 20 до 80 см, снежки по 3-4 каждому.

НОД 2

Программное содержание: Учить изображать снежинок.

Упражнять детей умению метать снежки в горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м. с помощью подвижной игры «Снежки».

Развивать ловкость, быстроту.

Воспитывать выдержку, терпение с помощью игры «Два Мороза».

Развивать чувства ритма, умение ориентироваться в пространстве во время игры «Снежная карусель». Воспитывать дисциплинированность и уверенность в своих силах.

Пособие: маска красного - синего носа, снежки по 3-4 каждому, 2 цветных круга диаметром от 20 до 80 см.

НОД 3

Программное содержание: Уточнить знаний о геометрических фигурах и формах предметов.

Развивать световосприятия и цветоразличения.

Ознакомление с правилами дорожного движения.

Развивать ловкость, меткость с помощью игры «Поможем Зайке».

Воспитывать выдержку, терпение с помощью игры «Два Мороза».

Пособие: изображение лисы и зайки из сказки «Зайкина избушка» на большом листе картона, снежный ком - брусок, ледяные круги красного, желтого и зеленого цветов, песок, веранда – на ней висит изображение зайки «Зайкина избушка», маска красного - синего носа.

НОД 4

Программное содержание: Упражнять детей в умении прыгать в длину во время игры «Попрыгунчики около санок».

Закреплять у детей знания о геометрических фигурах и формах предметов.

Развивать световосприятия и цветоразличения во время игры «Светофор».

Развивать двигательную активность: быстроту, ловкость через игру «Берегись, заморожу».

Воспитывать у детей умение соблюдать правила дорожного движения.

Пособие: снежный ком - брусок, ледяные круги красного, желтого и зеленого цветов, песок, санки на всю группу, мелок.

ЯНВАРЬ

НОД 1

Программное содержание: Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом. Учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста в игре «Зайка беленький сидит».

Учить детей сохранять равновесия: ходьба по снежному валу прямо, не мешали друг другу, не торопились во время игры «По снежному валу».

Упражнять детей в умении прыгать в длину с места во время игры «Попрыгунчики около санок». Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, бегать, подпрыгивать на двух ногах и находить своё место во время игры «Зайка беленький сидит»- игра способствует развитию речи.

Формировать волевые качества личности детей (смелость, решительность, уверенность в своих силах).

Способствовать совершенствованию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем организма ребенка, тренировке артикуляционного аппарата.

Пособие: мягкая игрушка «Медведь», снежный вал «мостик», санки на каждого ребенка, игрушка волк.

НОД 2

Программное содержание: Учить бегать легко, обегая предметы, меняя направление и темп движения, увертываясь от водящего, с сохранением равновесия после внезапной остановки во время игры «Не будите медведя».

Учить четко, проговаривать текст в игре, соблюдать правила игры «Веселые ребята».

Упражнять детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом.

Повторить умение подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста в игре «Зайка беленький сидит».

Упражнять детей в ходьбе по снежному валу прямо, не мешая друг другу, не торопясь во время игры «По снежному валу».

Формировать волевые качества личности детей (смелость, решительность, уверенность в своих силах).

Способствовать совершенствованию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем организма ребенка, тренировке артикуляционного аппарата.

Пособие: снежный вал «мостик», снежная горка.

НОД 3

Программное содержание: Изучить подвижные игры «Салки со снежками» - учить попадать в игроков легким снежком, не выше уровня груди. «Черепахи» - учить детей играть дружно.

Продолжать учить детей бегать легко, в разных направлениях, сохраняя равновесие на снегу.

Повторить игру «Не будите медведя».

Развивать быстроту и ловкость движений. Воспитывать выдержку и организаторские навыки.

Содействовать укреплению мышц руки.

Поддерживать положительные отношения в группе.

Совершенствовать умение в четком проговаривании текста в подвижных играх, соблюдать правила игры.

Пособие: санки на подгруппу, снежки по 3-5 для одного водящего (15 снежков), снежная горка.

НОД 4

Программное содержание: Учить детей в беге с преодолением препятствий в естественных условиях, с увертыванием от ловящих во время игры «Белые медведи».

Учить детей умению лепить «Снежную бабу».

Повторить подвижную игру «Черепахи».

Продолжать учить детей бегать легко, в разных направлениях, сохраняя равновесие на снегу.

Развивать быстроту и ловкость движений.

Воспитывать трудолюбие, желание трудиться сообща, выдержку и организаторские навыки, решительность, умение адекватно реагировать на проигрыш.

Целенаправленно формировать такие физические качества, как быстрота и выносливость.

Способствовать укреплению мышечного корсета позвоночника.

Пособие: санки одни на двоих; корзина или ведро, морковка - 1.

ФЕВРАЛЬ

НОД 1

Программное содержание:

Закреплять командные взаимодействия во время игры «Ловля Оленей».

Побуждать детей к совместной игре.

Приучать сопровождать стихотворную речь взрослого действиями иллюстрирующего характера.

Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; с увертыванием от ловящих во время игры «Белые медведи».

Обогащать двигательный опыт детей.

Формировать правильную осанку. Развивать чувство равновесия.

Пособие: мяч – 1, обручи -6-8 шт., песок.

НОД 2

Программное содержание: Продолжать совершенствовать технику основного движения: бега из разных исходных положений, в разных направлениях, с остановками и увертыванием от ловящих.

Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Побуждать детей умению сохранять правильную осанку.

Продолжать учить быстро, реагировать на сигнал и изменения в окружающей обстановке.

Упражнять детей умению сопровождать стихотворную речь взрослого действиями иллюстрирующего характера во время игры «На дворе мороз и ветер».

Развивать произвольность во время выполнения двигательных заданий.

Развивать физические качества: ловкость, выносливость, быстроту.

Тренировать артикуляционный аппарат.

Укреплять связочно-мышечный корсет позвоночника.

Пособие: шапочка «Деда Мороза».

НОД 3

Программное содержание: Продолжать учить метать снежки в вертикальную - горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м..

Закреплять умение прыгать на 2 –х ногах вместе с продвижением вперед вокруг снеговика.

Повторить подвижную игру «Дед мороз не морозь» - совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Упражнять детей быстро, реагировать на сигнал и изменения в окружающей обстановке. Развивать глазомер, прыгучесть, быстроту реакции.

Продолжать воспитывать умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности.

Создавать условия для тренировки мелких и крупных мышц руки.

Пособие: флажки на группу, снежки по 3-4 каждому ребенку, снеговик.

НОД 4

Программное содержание: Закрепить зимние подвижные игры «Два Мороза», «Снежная карусель», «Берегись! Заморожу», «Зайка беленький сидит», «Не будите Медведя», «Прыгуны вокруг снеговика».

Закреплять умение детей быстро, реагировать на сигнал.

Закреплять умение детей подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста в игре «Зайка беленький сидит».

Закреплять умение бегать легко, обегая предметы, меняя направление и темп движения, увертываясь от водящего, с сохранением равновесия после внезапной остановки во время игры «Не будите медведя».

Развивать двигательную активность: быстроту, ловкость, выносливость через игру «Берегись, заморожу».

Развивать чувства ритма, умение ориентироваться в пространстве во время игры «Снежная карусель».

Воспитывать выдержку, терпение с помощью игры «Два Мороза».

Пособие: маска красного и синего носа, 2 круга диаметром от 20-80 см, маска Зайца и Медведя, снеговик.

МАРТ

Цель: изучение детских подвижных игр разного народа.

НОД 1

Программное содержание: Знакомство с башкирской, дагестанской народной игрой «Липкие пеньки», «Достань шапку» - возрождения национальных традиций, обычаев башкирского и дагестанского народа.

Учить детей играть парами во время Дагестанской игры «Достань шапку».

Развивать навык совместных действий, быстроту реакции, скоростные качества, внимание с помощью игры «Липкие пеньки».

Воспитывать сотрудиические отношения со своими сверстниками, помогать партнеру во время игры «Достань шапку. Привлечь интерес детей к играм разного народа.

Пособие: 10 шапок, свисток.

НОД 2

Программное содержание: Знакомство с татарскими подвижными играми «Скок-перескок» и «Серый волк».

Продолжать учить детей выполнять движения (действия) в соответствии с текстом в игре; бегать, не наталкиваясь друг на друга; соблюдать правила игры.

Упражнять в умении «входить» в полученную роль в игре.

Учить умению прыгать на одной ноге с продвижением.

Формировать устойчивое равновесие, стоя на одной ноге.

Пособие: маска «волка», обручи на каждого ребенка.

НОД 3

Программное содержание: Изучить татарскую игру «Лисички и курочки»- упражнять детей в умении действовать по сигналу.

Приобщить детей к истокам разной народной культуры и духовности, на основе изучения удмуртской игры «Серый заяц» - упражнять детей в умении строиться полукругом, в круг.

Учить правильному произношению слов в игре.

Закрепить умение прыгать на 2 –х ногах вместе через предмет.

Воспитывать ответственность за полученную роль в игре.

Пособие: кубики 6-8 шт «забор», маска лисички.

НОД 4

Программное содержание: Учить детей самостоятельно строиться по командам в колонны по 2.

Развивать силовые качества во время перетягивания команды на свою сторону.

Прививать интерес к подвижным играм.

Воспитывать самостоятельность, веселое, эмоциональное настроение играя в чувашские игры «Луна или солнце», «Расходитесь!».

АПРЕЛЬ

НОД 1

Программное содержание: Учить детей играть в парах, культурным навыкам (приветствовать друг друга).

Воспитать патриотизм.

Приобщить детей к истокам разной народной культуры и духовности, на основе изучения сибирской игры «Льдинки, ветер и мороз».

Развивать воображения ребенка, внимательность, умения играть в коллективе.

Пособие: канат.

НОД 2

Программное содержание: Приобщить детей к истокам разной народной культуры и духовности, на основе изучения украинской и белорусской игры «Перепелочка», «Охотники и утки».

Упражнять детей умению выполнять движения согласно тексту в игре «Перепелочка», бегать по кругу.

Воспитывать организованность, внимание, умение управлять своими движениями.

Упражнять детей в метании мяча в движущуюся цель во время белорусской игры «Охотники и утки».

Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию взора.

Пособие: м. мячи для каждого «охотника» по одному.

НОД 3

Программное содержание: Развивать имитационные движения, быстроту с помощью белорусской игры «Хлоп, хлоп, убегай».

Учить перелезанию «перевалом» через препятствие во время узбекской игры «Медведь и пчелы».

Развивать воображения ребенка, внимательность, умения играть в коллективе.

Пособие: палочки гимнастические 6-8 шт., гимнастическая скамейка «улей» пчел, обручи 3-4 шт «берлога» медведя.

НОД 4

Программное содержание: Закрепление детских подвижных игр разного народа, возрождения национальных традиций, обычаев разного народа.

Пособие: лошадки – 2-е., канат, маска «волка», обручи на каждого ребенка.

Список литературы:

1. Бауэр, О.П. Подвижные игры // Теория и методика физической культуры дошкольников: учебное пособие для студентов / О.П.Бауэр; под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. - С.331-332.
2. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада / Е.Н.Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.
3. Васильева, М.А. Программа воспитания и обучения в детском саду / Под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой. - М.: Мозаика-Синтез. 2007. – 240 с.
4. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Л.Д.Глазырина, В.А.Овсянкин. - М.: Владос, 2000. - 262 с.
5. Дворкина, Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов детей дошкольного возраста / Н.И.Дворкина // Современный олимпийский спорт и спорт для всех. - 2003. - Т-1. - С. 230-232.
6. Демчишин, А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А.Демчишин, В.Н.Мухин, Р.С.Мозола. – К.: Здоровья, 1998. – 168 с.
7. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М.А.Доронина // Дошкольная педагогика. - 2007. - №4. - С.10-14.
8. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М.Н.Емельянова // Ребенок в детском саду. - 2007. - №4. - С.29-33.
9. Кузнецов, В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Метод. пособие / В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.
10. Мащенко, М.В. Физическая культура дошкольника / М.В.Мащенко, В.А.Шишкина. - Мн.: Ураджай, 2000. - 156 с.
11. Пензулаева, Л.И. Анатомо-физиологические особенности детей / Л.И.Пензулаева; сост. Г.М.Лямина. - М.: Педагогика, 1984. – 190 с.
12. Рунова, М.А. Особенности организации занятий по физической культуре / М.А.Рунова // Дошкольное воспитание. - 2003. - №9. – С.42-52.; №10. – С.56-63.

20. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я.Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006. - 368 с.
21. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: Практикум / Ред.-сост. Л.Д.Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 556 с.
22. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А.Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. - 175 с.
23. Филиппова, С.О. Формирование у дошкольников двигательных навыков / С.О.Филиппова, Г.Н.Пономарева. - СПб.: ВВМ, 2004. - С.101-108.
24. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях / Д.В.Хухлаева. - М.: Просвещение, 1984. - 207 с.
25. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н.Шебеко и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 176 с.
26. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств / Под общей ред. А.В. Карасева. - М.: Лептос, 2004. - 368 с.
27. Т.И. Осокина «Детские подвижные игры народов СССР». М.: 1989г.
28. Е.А. Тимофеева «Подвижные игры с детьми среднего дошкольного возраста», 1986 г. М.М. Косторович, А.И. Михайлова «Подвижные игры в детском саду»,1961 г.