

**Министерство образования и науки Челябинской области
Государственное бюджетное учреждение
по организации отдыха и оздоровления «Метеор»**

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУ «Метеор»
_____Л.Г. Пономарева
«11» февраля 2016 года

Программа

спортивно – оздоровительного лагеря «Бригантина»

«Увильдинка плюс...Спорт»

Составители программы:

Пономарева Л. Г. – директор ГБУ «Метеор»
Рямова Е. В. – методист ГБУ «Метеор»
Кокорева Е.О – педагог-организатор ГБУ «Метеор»

Полное название программы	Программа спортивно-оздоровительного лагеря «Бригантина» «Увильдинка плюс...Спорт»
ФИО автора, разработчика (коллектива) с указанием занимаемой должности	Пономарева Лариса Георгиевна – директор ГБУ «Метеор». Рямова Елена Викторовна – заместитель директора ГБУ «Метеор» по методической работе. Кокорева Евгения Олеговна – педагог-организатор ГБУ «Метеор»
Контактный телефон, электронный адрес	8 (3513) 67-80-40 meteor_chel@mail.ru
Полное наименование организации, ведомственная принадлежность, форма собственности	Государственное бюджетное учреждение «Метеор» по организации отдыха и оздоровления детей. Министерство образования и науки Челябинской области
Наименование субъекта Российской Федерации	Челябинская область
Направленность программы (согласно п.9 приказа Минобрнауки России №1008 от 29 августа 2013 г.)	Физкультурно-спортивная
Характеристика целевой группы (возраст детей, специфика контингента /если есть/, допустимость участия в программе детей с ОВЗ)	Возраст участников 9 -18 лет. Продолжительность смены 21 день Количество участников: 180 человек
Сроки проведения смены	10.06.16– 23.06.16
Телефон, электронный адрес организации	8 (3513) 67-80-40 meteor_chel@mail.ru
Сайт ГБУ «Метеор»	http://chel-meteor.ru/

Пояснительная записка

В настоящее время изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится

интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей подростков. Недостаточная физическая активность детей является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым.

Детский лагерь всегда служил площадкой для активного отдыха с использованием физических упражнений, игр и соревнований. Условия лагеря отдыха могут обеспечить правильный двигательный режим для детей во время каникул, что является мощным оздоровительным средством.

Задача современного детского лагеря - не только обеспечивать доступность занятий физической культурой и спортом для всех категорий детей в соответствии с их потребностями и возможностями с ориентацией на формирование ценностей здорового образа жизни, но и внедрять инновационные оздоровительные и физкультурно-спортивные технологии в работу.

Помимо этого, в условиях лагеря решаются задачи занятости детей, т.е. организации их деятельности, связанная с удовлетворением индивидуальных интересов и потребностей в лично значимых сферах деятельности, направленная на развитие творческого потенциала. Основными задачами занятости являются: включение детей и подростков в различные виды деятельности; развитие личности и возможность непосредственного приобретения дополнительных практических знаний в различных отраслях; проявление и реализация коллективного и индивидуального творчества.

Дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности ориентированы на физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации. Физкультурно-спортивная направленность включает следующие группы программ: спортивная подготовка (бадминтон, плавание, футбол, шашки, различные виды борьбы и другие виды спорта) и общая физическая подготовка (введение в комплекс ГТО, ритмическая гимнастика и др.).

Актуальность

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из актуальнейших проблем нашего времени. Говоря о здоровье, мы используем определение, которое предлагает Всемирная

организация здравоохранения – «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней». Повсеместно принимаются меры, направленные на формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, всеобщую раннюю профилактику заболеваемости, внедрение здоровьесберегающих технологий во все сферы жизни ребенка. Человек успешный – это всесторонне развитая, здоровая морально и физически личность и только здоровый человек может быть свободным, радостным и счастливым.

В программе «Увильдинка плюс...Спорт» большое значение уделяется здоровьесбережению и созданию необходимого пространства для его воплощения. А задача всестороннего развития личности, в свою очередь, реализуется через организацию ведущих видов деятельности (коммуникативной, спортивной, трудовой, познавательной, эстетической, художественно-творческой) по принципу интегрированности, как основополагающему принципу данной программы. Включение подростков в различные виды деятельности влияет на формирование универсальных (т.е. применяемых в разных ситуациях и деятельности) способностей мышления, воображения, понимания, коммуникации, рефлексии, действия, самоорганизации – это становится одним из главных факторов преодоления фрагментации, нецелостности познавательной деятельности ребенка.

Новизна программы

Отличительной особенностью программы является преодоление узости отдельных сторон развития личности ребенка. В наши задачи входит не просто создание условий для оздоровления детей, а приобщение детей к современным здоровьесберегающим технологиям. Комплексная система мероприятий включает в себя профилактику заболеваемости, вредных привычек; занятия физкультурой и спортом, включая нетрадиционные, но эффективные виды спорта, такие, как кинология, петанк, мини-гольф; развитие гигиенических навыков и раскрытие особенностей физиологии; мощную просветительскую работу с использованием специальных обучающих программ, средств массовой коммуникации, включая интернет-технологии и социальную рекламу, формирование культуры здорового питания.

Программа предполагает интегративный принцип реализации, включающий различные направления деятельности для целостного восприятия окружающего мира. Интеграция, обеспечивающая высокие личностные результаты и реализацию принципов детско-взрослой общности, представляет собой создание комплексного продукта путем включения различных элементов – трудовой, художественно-творческой, двигательной и коммуникативной деятельности подростка.

Педагогическая идея программы

Формирование основ здорового образа жизни посредством различных форм и способов работы с подростками.

Понятийный аппарат смены

Интегративная программа – это инновационный вид дополнительных общеразвивающих программ, объединяющий различные познавательные области, виды деятельности, приёмы и методы в единую систему и выступающий ведущим средством организации процесса отдыха.

Тематический день - это заранее запланированная серия экипажных (отрядных) и/или общелагерных мероприятий, объединенных целями, задачами, общими названием и темой, проводимых в течении целого лагерного дня.

Целевой блок программы

Цель:

Создание оптимальных возможностей для сохранения и укрепления здоровья детей посредством реализации современных оздоровительных технологий в комплексе с мероприятиями по организации досуговой, познавательной, творческой и иной деятельности.

Задачи:

- формирование эмоционально-положительного отношения и устойчивого интереса здоровьесберегающим технологиям, к занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для демонстрации подростками своих достижений и усилий по сохранению здоровья;
- организация целостного интегративного процесса взаимодействия взрослого и ребёнка на определённую тему в течение всей смены, в котором будут гармонично объединены различные познавательные области для целостного восприятия окружающего мира;
- оптимизация эмоционального и активизация жизненного тонуса детей;
- создание условий для реализации разносторонних и разноуровневых интересов участников смены в сфере спортивной, интеллектуальной и творческой деятельности на основе свободного выбора.

- предоставление возможности для накопления социального опыта участия в разноплановой коллективной деятельности, в том числе и общественно-полезной.

Методы работы:

- наглядные
- словесные
- практические

- игровые
- проектная деятельность
- метод стимулирования и мотивации
- методам контроля и самоконтроля

Формы работы:

- турниры, спортивные часы, эстафеты
- тематические дни
- диспуты, дискуссии, защита проектов, пресс-конференции
- информационные минутки
- викторины и конкурсы
- ярмарки
- игры (игры по станциям, ролевые игры, квестовые игры и др.)

Предполагаемые результаты

- закрепление навыков здорового образа жизни;
- улучшение психоэмоционального состояния;
- вовлечение в общественно-полезную деятельность и приобретение нового социального опыта;
- формирование положительной мотивации на активные занятия спортом, интеллектуальной, творческой и трудовой деятельностью;
- формирование способности к поиску эффективных средств организации коллективной деятельности;
- установление полезных контактов среди сверстников, взаимообогащение опытом, налаживание дружеских связей;
- достижение высоких личных результатов в игровой части программы;
- удовлетворенность условиями реализации программы;
- реализация в полном объеме всех запланированных мероприятий в рамках программы.

Критерии и способы оценки качества реализации программы

1. Динамика развития статуса отряда - экран роста статуса отряда (по количеству заработанных за день/смену условных денежных единиц («увильдинок»));
2. Качественный и количественный показатель участия в отрядных и общелагерных мероприятиях, КТД (в трудовых делах, конкурсах, театрализованных представлениях, в реализации проектной деятельности, в работе органов самоуправления).
3. Качественный и количественный показатель проведения физ. зарядок и их системность;

4. Количественный и качественный показатель участия детей в трудовых десантах;
5. Анкетирования детей в начале и в конце смены;
6. Качественный и количественный показатель участия в клубах по интересам (мониторинг посещаемости);

Принципы

Принцип интегративности. Ориентация на формирование у юного человека универсальных (т.е. применяемых в разных ситуациях и деятельности) способностей мышления, воображения, понимания, коммуникации, рефлексии, действия, самоорганизации. Раскрытие конкретной способности (или личностного качества) через различные виды деятельности, в которых она формируется. Достижение высокого уровня развития сознания, интеллекта, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальной, социально-психологической, физиологической, духовно-нравственной и художественно-творческой готовности к дальнейшему становлению общественно значимой, успешной личности.

Принцип социальной активности через включение подростков в социально значимую деятельность при проведении разноплановых просветительских, оздоровительных, спортивных, досуговых мероприятий.

Принцип преемственности. Преемственность – объективно необходимая связь между новым и старым в процессе развития, предполагающая не только ликвидацию старого, но и сохранение и дальнейшее развитие того прогрессивного, рационального, без чего невозможно движение вперед. В содержание программы включены опробированные и результативные формы и методы работы с подростками – конкурс социальной рекламы, информационные минутки (в обязательном порядке краеведческие), «игры наших предков» (игры народов России), трудовые десанты, клубы по интересам (регулярно действующие - спортивный, танцевальный, декоративно-прикладной, КВН).

Принцип здоровьесбережения. Реализация практических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья участников смены средствами физической культуры и спорта; воспитание валеологической культуры; содействие становлению культуры здоровья, обеспечение необходимых санитарно-гигиенических норм.

Организаторы программы

Организатором программы спортивно-оздоровительного лагеря выступает ГБУ «Метеор».

Кадровое обеспечение программы

Организационно-штатная структура СОЛ предусматривает: административно-хозяйственную, педагогическую, медицинскую и техническую службы, каждая из которых выполняет свои функции в процессе реализации программы по летнему отдыху и оздоровлению детей (см. Приложение 1)

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Координаторы смены: директор, методист, педагог-организатор, инструктор по физической культуре.

Наставники отрядов: воспитатели, вожатые, руководители клубов по интересам, музыкальный работник, хореограф, диджей.

Особенности подготовки кадров: в системе подготовительных мероприятий к летней оздоровительной кампании ГБУ «Метеор» функционирует «Школа подготовки вожатых». Курс составляет 72 часа. Сроки проведения занятий: с февраля по апрель, 2 раза в неделю. К преподаванию привлечены как штатные сотрудники ГБУ «Метеор», так и внешние совместители ведущих педагогических факультетов ВУЗов Челябинска. После обучения вожатые сдают экзамен, по результатам которого производятся отбор будущих сотрудников СОЛ «Бригантина». В мае регулярно проходит стажировка (инструктивно-методические сборы) в лагере в течение трех дней.

Методическое и материально-техническое обеспечение Программы

Научно-методическое:

- наличие необходимой документации, программы, плана;
- проведение инструктивно-методических сборов с вожатыми до начала лагерной смены;
- наличие методической литературы: сценарии, игры, викторины и т.д.;
- литература: научная и художественная по профилю;
- медиа-продукты, компьютерные программы и др.

Материально-техническое:

Помещения и площадки	Применение
Футбольное поле, 2 волейбольные площадки, баскетбольное поле; площадка для воркаута; полоса препятствий; теннисный корт	Занятия спортом, спартакиады, спортивные турниры, эстафеты
Площадка кинологовическая	Занятия по кинологии
Летняя эстрада	Праздничные мероприятия и концерты,

	постановка спектаклей.
Плац у флагштоков	Линейки, построения
Игровой зал	Просмотр видеофильмов, мероприятия в дождливую погоду, творческие мастерские
Костюмерная	Хранение костюмов и реквизита для мероприятий
Библиотека	Литература для педагогов и детей лагеря
Радиорубка	Творческая мастерская вожатых, рабочее место ди-джея
Оборудованный пляж	Водные процедуры, водно-спортивные мероприятия
Теплицы	Развивающие занятия по экологическому и трудовому воспитанию
Беседки	Отрядное место
Конференц-зал	Проведение педагогических советов, планерок

- Аудиоматериалы и видеотехника: проектор, телевизор, видеокамера, фотоаппарат, ПК, аудио-магнитофон и т.д.

- Материалы для оформления и творчества детей: ватман, бумага цветная, клей, краски акварельные, гуашь, фломастеры, карандаши цветные и простые, мел и др.

- Спортивно-игровой волейбольные, футбольные, баскетбольные мячи, обручи, скакалки и т.д.

Финансирование программы

Финансовое обеспечение осуществляется за счет средств областного бюджета.

Социальные партнеры

- Кинологическая служба г. Челябинска
- Областной центр туризма
- Комитет по молодежной политике, культуре и спорту Курчатовского района г. Челябинска.

Механизм реализации программы

Реализация данной программы включает в себя 4 этапа:

1 этап: подготовительный. Создание оргкомитета, формирование документов, комплектование кадрового состава, заключение договоров (с родителями и организациями), информирование родителей (лиц, их заменяющих) о сроках заездов, о правилах приема в лагерь и др.). Методическое обеспечение реализации программы смены. Первое заседание педсовета

2 этап: организационный. Комплектование воспитанников по отрядам, информирование их о правилах поведения в лагере, о правилах безопасности, о ходе мероприятий смены, о системе стимулирования, а также входная диагностика (анкетирование). Оформление модели соуправления.

3 этап: реализация программы. Реализация программы спортивно-оздоровительного лагеря «Бригантина», организация системы соуправления и пресс-центра, промежуточное анкетирование.

4 этап: информационно-аналитический. Проведение открытого совета лагеря, подведение итогов, оценка качества реализации программы, выработка рекомендаций по реализации программ следующих смен.

Логика развития содержания по этапам (направлениям программы)

Основные мероприятия программы реализуются через два модуля: общеспортивный (спортивная работа по разным направлениям) и общеразвивающий. Модули спроектированы следующим образом: несмотря на то, что упор делается на развитие какой-либо одной составляющей (физической активности, интеллекта или творчества), в течение всего модуля ежедневно регулярно практикуется интегрированный подход, т.е. тесная связь и взаимопроникновение видов деятельности.

I модуль – «Общеспортивный» (первая половина дня, согласно плану-сетке. Приложение 2.)

Спортивное направление характеризуется созданием механизмов, обеспечивающих эффективное функционирование целостной системы физического воспитания детей, утверждением в их сознании и чувствах необходимости в здоровом образе жизни.

II модуль – «Общеразвивающий» (вторая половина дня, согласно плану-сетке. Приложение 2.)

Всестороннее формирование личности ребенка с учетом особенностей его физического, психического развития, индивидуальных возможностей и способностей. Это интегрированный

подход: совмещение физкультурно-спортивной деятельности с культурой, искусством, литературой, развитием речи, развитием элементарных жизненных представлений, ознакомлением с окружающим миром.

Реализация всех модулей осуществляется посредством разноплановой игровой деятельности: сюжетно – ролевых, творческих, интеллектуальных, общеразвивающих, подвижных игр с использованием здоровьесберегающих технологий и тренинговых упражнений.

На протяжении всей смены дети расширяют свои познания в сфере искусства, декоративно-прикладного творчества, экологической культуры, туристической деятельности, собаководства и самообслуживания посредством системы клубной деятельности

Модель игрового взаимодействия

Каждый день смены условно делится на 4 «периода». Тайм спорт (team sport) – время общелагерных спортивных мероприятий и событий. Тайм ворк (team work) – время, предназначенное для уборки территорий, занятий в творческих мастерских. Тайм аут (team out) – время отдыха, тихий час и, наконец, тайм брейк (team break – дополнительное время, а также «момент возбуждения, взрыва») – время вечерних общелагерных мероприятий общеразвивающей направленности.

Ребята делятся на «сборные» (отряды), назначают «капитанов сборной», которые поведут их к заветной цели – «Большой Игре». Это общелагерное общественное-значимое событие, состоящие из калейдоскопа спортивных, творческих, интеллектуальных конкурсных программ. Участие в «Большой Игре» строится по «бонусному принципу» - то есть на старте команды имеют неравные возможности, самая короткая дистанция у сборной, набравшей за «сезон» (смену) большее количество «медалей» (эквивалент балла). «Медали» могут быть получены за любой «период» игрового дня, будь то спортивное событие или даже тайм-аут – тихий час. Сборная, выигрывающая «Большую Игру» получает «Кубок Чемпионов».

Содержание программы (согласно плану-сетке, Приложение 2)

Общелагерные мероприятия

1. Линейка открытия смены «На старт! Внимание!»
2. Военно-спортивная игра «Снайпер»
3. Ролевая литературно-спортивная игра «Я - легенда»
4. Конкурсно-игровая программа «Пенальти»
5. Танцевальный вечер «Дополнительное время»
6. Шоу пародий «Скамейка запасных»
7. Спортивно-поисковый турнир «Вольная борьба»
8. Викторина «Высшая лига»

9. Ролевая интеллектуальная игра с элементами театрализации «Разведчики»
10. Тематический день «Большая игра» (конкурсно-игровые нон-стоп проекты с элементами театрализации на спортивную тематику)

11. Конкурс социальной рекламы «Импульс жизни»
12. Аукцион-шоу «Фристайл»

Спортивные мероприятия:

13. Чемпионат лагеря по воркауту «Воркаут-нокаут»
 14. Эстафета «Навстречу нормам ГТО»
 15. Первенство по баскетболу «Главный дивизион»
 16. Первенство по футболу «Угловой удар»
 17. Эстафета «Форвард-шоу»
 18. Полоса препятствий «Огненные колесницы»
-
19. Соревнования по шашкам, шахматам и нардам «Турнир трех волшебников»
 20. Соревнования по легкой атлетике «Жажда скорости»
 21. Петанк-турнир «Меткий стрелок»
 22. Соревнования по волейболу «Ураган»
 23. Водно - спортивная эстафета «Покорители волн»

Отрядные мероприятия

Информационные минутки «Спортивный рацион»

«Мы против допинга»

«Уральские чемпионы»

«10 мифов о спорте»

«Комплекс ГТО»

«Вредные нагрузки на позвоночник»

«Вредные нагрузки на сердце»

Видео-беседа «Первая помощь при травмах»

«Что такое мотивация?»

«Жизнь после спорта»

Синема-час «Гол!»

«Никогда не сдавайся»

«Малышка на миллион»

«Снежные псы»

«Покорители волн»

«Чемпионы»

Спортивные отрядные мероприятия: эстафеты, подвижные игры (включая «Игры наших предков») и др.

Досуговая игровая деятельность: игры на знакомство, выявление лидера, сплочение, на снятие эмоционального напряжения, игры в дождливую погоду и др.

Содержательные и организационные особенности деятельности детских объединений

На протяжении всей лагерной смены будут функционировать следующие клубы по интересам под руководством вожатых и педагогических сотрудников лагеря:

«НеоСфера»

В современной теплице подростки углубляют свои знания об окружающем мире, знакомятся с такими методами исследования как наблюдение, учет, измерение, взятие проб. В результате идет формирование умений первичного сбора материалов, обработки полученных данных, их анализа, практического участия в делах по охране природы родного края.

«Чародеи»

Дети учатся организовывать праздники, создавать радостное настроение, играть с другими и сами вовлекаться в игру. Мастерская проводит актёрские, речевые тренинги, где ребята будут учиться грамотно, чётко и ясно выражать свои мысли - современным детям этого часто не достаёт. Подростки перестанут стесняться, научатся избавляться от комплексов, станут уверенными себе.

«АртСтарт»

Разные художественные техники помогут детям передавать свои идеи в творчестве. Они освоят лепку из пластилина, акварельные техники, оригами и др. Смогут изготовить оригинальные подарки своими руками.

«Атланты»

Спортивная секция разных направленностей от тенниса и мини-футбола до петанка и мини-гольфа.

«Клуб трех волшебников» - шахматы, шашки, нарды и настольные игры.

«Эфирное время»

Если подросток любит читать или брать интервью, а может быть, даже пишет, то ему самое место в пресс-центре. Сообщать всему лагерю, о самых интересных событиях, радовать новостями – всему этому детей научат в пресс-центре.

Отчет работы творческих мастерских проходит в завершающий день смены.

Примерный распорядок дня

8.00-8.20	Подъем
8.20 -8.40	Утренняя физическая зарядка
8.40 -8.50	Утренний туалет
9.00 – 9.40	Завтрак

10.00 – 10.30	Тайм-ворк
10.30 -11.30.	Тайм-спорт
12.00 – 13.00	Обед
14.00 -16.60	Тайм-аут
16.00 – 16.30	Полдник
17.00 – 19.00	Мероприятия сборной
19.00 – 20.00	Ужин
20.00 – 21.30	Тайм-брейк
21.30 – 21.40	Вечерняя поверка
21.50 - 22.30	Отход ко сну
22.30	Отбой

Стимулирование участников Программы

Материальные стимулы:

- «медали» (эквивалент игровой денежной единицы, позволяющей вести учет накопления баллов)

- индивидуальные и групповые поощрительные призы

- дипломы, грамоты

Варианты нематериальных стимулов:

- вынос флага лагеря на линейке;

- устная благодарность;

- занесение имени отличившегося в Книгу Почета лагеря.

Список использованной литературы

1. Афанасьев С.П. Коморин С.В. - Что делать с детьми в загородном лагере, - М.: 2009 г.
2. Афанасьев С.П., Коморин С.В. «Триста творческих конкурсов», -М.,2010
3. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома: Мы бросаем скуке вызов Серия: Школа радости, - М.,2012
4. Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование- М., 2001
5. Евсеев Ю.И. Физическая культура: Учеб. пособие. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
6. Жиренко О. Е. Мир праздников, шоу, викторин, - М.: «5» за знания, 2008 г.
7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Прикладная физическая подготовка: 10-11 классы: Учебно-методическое пособие. - М.: Владос, 2003.
8. Лобачёва С.И., Великородная В.А. Загородный летний лагерь.– М.: ВАКО, 2008 г.
9. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учебное пособие. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2010.

10. Манжелей И.В. Педагогические модели физического воспитания: Учебное пособие. – М.: Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2005.
11. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры/ Л.П.Матвеев. - М.: ФиС, 1991.
12. Роткина Т. С., Курзова О. А., Нестеренко А. В. Уроки добра и милосердия, - О.: «Детство», 2007 г.
13. Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009 г.
14. Сысоева М.Н. «Организация летнего отдыха» - М.,2009
15. Таран Ю.Н. Каникулы: социально-педагогические ориентиры. – Нижний Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2012г.
16. Тимонин А.И., Тимонина Л.И. «Школа лидера». - Нижний Новгород.
17. Титов С.В. Здравствуй, лето! - Волгоград, Учитель, 2007 г.
18. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для вузов. – 3-е изд. – М: Академия, 2004.
19. Шевцов В.В. Общие основы теории и методики физической культуры в вопросах и ответах. – Тюмень: ИПК ПК, 1996.
20. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 2009 г.