

**Рабочая программа**

**по физической культуре**

**6 класс**

Составитель:

учитель Щенников В.А.

п. Шарово

Рабочая программа по физической культуре для 6 класса составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования на основе программы общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов», В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

***Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса***

***Личностные, метапредметные, предметные результаты***

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической

культуре являются следующие умения:

* 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** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учѐтом требований еѐ безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  
  видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической

культуре являются следующие умения:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать еѐ роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарѐм и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
* характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать еѐ напряжѐнность во время занятий по развитию физических качеств;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* подавать строевые команды, вести подсчѐт при выполнении общеразвивающих упражнений;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

***Содержание учебного предмета, курса***

Содержание программы дисциплины «Физическая культура» 6 класс

**Раздел 1, 6. Легкая атлетика:** бег с переменной скоростью до 2000 м: прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги" – движение рук и ног в полете; прыжки в высоту с разбега способом "перешагивание" – переход планки и уход от планки; метание малого мяча на дальность с разбега, в цель; преодоление небольших вертикальных и горизонтальных препятствий.

**Раздел 2. Гимнастика:** кувырок назад в упор стоя ноги врозь, опорный прыжок через козла в длину

ноги врозь, подъем переворотом в упор толчком двумя ногами, передвижение в висе на руках (мальчики) – размахивание изгибами, поднимание согнутых ног в висе, различные виды ходьбы по

бревну, прыжки; на одной ноге, расхождение при встрече, комплекс упражнений стретчинга

(девочки).

**Раздел 3, 5. Элементы спортивных игр: *баскетбол*** (ведение мяча с изменением направления

и скорости, передача мяча от плеча, броски мяча в движении после двух шагов, игра в мини-

баскетбол); ***волейбол*** (передача мяча сверху через сетку, прием мяча снизу после перемещения

вперед, нижняя прямая передача через сетку); ***футбол*** (ведение мяча с изменением направления, удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема стопы, двусторонняя игра);

**Раздел 4. Лыжная подготовка:** одновременный одношажный ход; подъем в гору скользящим

шагом; преодоление бугров и впадин при спуске с горы; поворот на месте махом; прохождение

дистанции до 3,5 км; игры: "Гонка с преследованием", "Гонка с выбыванием" и др.

***Тематическое планирование***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер п/п** | **Номер урока** | **Тема** | **Часы** |
|  |  | **Легкая атлетика (12 часов)** |  |
|  | 1 | Инструктаж по ТБ на уроках лѐгкой атлетики. Бег 30м. | 1 |
|  | 2 | Низкий старт и стартовый разгон. Равномерный бег 500м. | 1 |
|  | 3 | Бег 30 метров (5-6 повторений). | 1 |
|  | 4 | ОРУ на развитие силы. | 1 |
|  | 5 | Стартовые ускорения 10-15м (6-9 повторений)из положения высокого старта. | 1 |
|  | 6 | ОРУ на развитие общей выносливости | 1 |
|  | 7 | Равномерный бег на 800 метров. | 1 |
|  | 8 | Бег 60 метров с высокого старта | 1 |
|  | 9 | Бег на 1000 метров без учѐта времени. | 1 |
|  | 10 | Прыжок в длину с разбега | 1 |
|  | 11 | Прыжок в длину с места. | 1 |
|  | 12 | Бег на 1000метров – результат. | 1 |
|  |  | **Элементы спортивных игр (футбол) (6 часов)** |  |
|  | 1 | Закрепить стойки и перемещения футболиста. | 1 |
|  | 2 | Закрепить удар по неподвижному мячу различными частями стопы и подъѐма. | 1 |
|  | 3 | Удары по катящемуся мячу, остановки мяча. | 1 |
|  | 4 | Ведения мяча в футболе. | 1 |
|  | 5 | Двусторонняя игра в футбол. | 1 |
|  | 6 | Закрепить вбрасывание мяча из-за «боковой» линии. | 1 |
|  |  | **Легкая атлетика (9 часов)** |  |
|  | 1 | Совершенствование высокого старта. | 1 |
|  | 2 | Обучение с 6-7 шагов разбега прыжок в высоту (ножницы) | 1 |
|  | 3 | Метание малого мяча в цель с 10-12метров | 1 |
|  | 4 | Обучение прыжка в длину с разбега «согнув ноги» с 9-11 шагов. | 1 |
|  | 5 | Обучение метания мяча на дальность с 5-6 шагов разбега. | 1 |
|  | 6 | Бег на 500м- девочки, 800м- мальчики. | 1 |
|  | 7 | Техника длительного бега в равномерном темпе до 10минут. | 1 |
|  | 8 | Эстафетный бег – встречная эстафета с передачей палочки. | 1 |
|  | 9 | Подвижная игра «Мяч через сетку». | 1 |
|  |  | **Гимнастика.(20 часов)** |  |
|  | 1 | Т.б на уроках гимнастики. Упражнения на гимнастической скамейке | **1** |
|  | 2 | Висы, согнувшись и прогнувшись(м), смешанные (д) | 1 |
|  | 3 | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. | 1 |
|  | 4 | Обучение строевым упражнениям | 1 |
|  | 5 | Обучение строевым упражнениям | 1 |
|  | 6 | Сов-ть кувырок вперѐд-назад. | 1 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. 34 | 6 | Сов-ние кувырка вперѐд-назад в стойку на лопатках. | 1 |
| 1. 35 | 7 | Кувырок вперѐд в стойку на лопатках(м), назад в полушпагат(д). | 1 |
| 1. 36 | 8 | Кувырок вперѐд в стойку на лопатках(м), назад в полушпагат(д). | 1 |
| 1. 37 | 9 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 1. 38 | 10 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 1. 39 | 11 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 1. 40 | 12 | Вольные упражнения с использованием танцевальных шагов. | 1 |
| 1. 41 | 13 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 1. 42 | 14 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 1. 43 | 15 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 1. 44 | 16 | Самостраховки на спину, бок, кувырком. | 1 |
| 1. 45 | 17 | Сов-ть «мост» из положения стоя с помощью и без. | 1 |
| 1. 46 | 18 | Сов-ть «мост» из положения стоя с помощью и без. | 1 |
| 1. 47 | 19 | Эстафеты с элементами акробатики | 1 |
| 1. 48 | 20 | Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 |
|  |  | **Лыжная подготовка(30 часов)** |  |
| 1. 49 | 1 | Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Перестроения. |  |
| 1. 50 | 2 | Бесшажный ход | 1 |
| 1. 51 | 3 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 52 | 4 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 53 | 5 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 54 | 6 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 55 | 7 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 56 | 8 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 1. 57 | 9 | Одновременный одношажный ход. | 1 |
| 1. 58 | 10 | Одновременный одношажный ход | 1 |
| 1. 59 | 11 | Закрепить одновременный одношажный ход | 1 |
| 1. 60 | 12 | Обучение одновременного бесшажного хода. | 1 |
| 1. 61 | 13 | Обучение одновременного бесшажного хода. | 1 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 14 | Спуски в парах, тройках за руки. | 1 |
|  | 15 | Спуски в парах, тройках за руки. | 1 |
|  | 16 | Ходьба на лыжах до 3 км | 1 |
|  | 17 | Обучение подъѐму в гору скользящим шагом. | 1 |
|  | 18 | Обучение подъѐму в гору скользящим шагом. | 1 |
|  | 19 | Спуски со склона в основной стойке | 1 |
|  | 20 | Обучение повороту плугом на спуске. | 1 |
|  | 21 | Обучение повороту плугом на спуске. | 1 |
|  | 22 | Лыжные гонки на 1-2 км. | 1 |
|  | 23 | Эстафеты по кругу с этапом до 400 метров. | 1 |
|  | 24 | Ходьба на лыжах до 3,5 км. | 1 |
|  | 25 | Торможение плугом. | 1 |
|  | 26 | Торможение плугом. | 1 |
|  | 27 | Поднимание на склон «елочкой» «лесенкой» | 1 |
|  | 28 | Поднимание на склон «елочкой» «лесенкой» | 1 |
|  | 29 | Эстафеты без палок с этапом до 50 м | 1 |
|  | 30 | Ходьба на лыжах изученными ходами | 1 |
|  |  | **Спортивные игры(24 часа)** |  |
|  | 1 | Преодоление полосы препятствий из 5 заданий. |  |
|  | 2 | Челночный бег 3по 10метров. | 1 |
|  | 3 | «Пионербол» с элементами волейбола. | 1 |
|  | 4 | «Пионербол» с элементами волейбола. | 1 |
|  | 5 | Баскетбол по упрощенным правилам «Стритбол» | 1 |
|  | 6 | Кроссовый бег без учѐта времени. | 1 |
|  | 7 | Бег 500метров. | 1 |
|  | 8 | Бег 30м. | 1 |
|  | 9 | Прыжки в длину с места | 1 |
|  | 10 | Прыжки в длину с места | 1 |
|  | 11 | Закрепление техники прыжка в длину способом «согнув ноги». | 1 |
|  | 12 | Прыжки в длину с разбега. | 1 |
|  | 13 | Прыжки в длину с разбега. | 1 |
|  | 14 | Бег 1000 метров. | 1 |
|  | 15 | Закрепление техники метания мяча на дальность | 1 |
|  | 16 | Метание мяча на дальность. | 1 |
|  | 17 | Бег 800 м (д), 1000м (м). | 1 |
|  | 18 | Сгибание и разгибание рук в упоре лѐжа. | 1 |
|  | 19 | Учебная игра «Футбол». | 1 |
|  | 20 | Упражнения на гибкость. | 1 |
|  | 21 | Тест- наклон вперѐд из положения сидя. | 1 |
|  | 22 | Учебная игра «Лапта». | 1 |
|  | 23 | Учебная игра «Лапта». | 1 |
|  | 24 | Тестирование уровня физической подготовки: отжимание, подтягивание, наклон вперѐд из положения сидя, прыжок с места. | 1 |

***Календарно-тематическое планирование***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер п/п** | **Номер урока** | **Тема** | **Часы** |
|  |  | **Легкая атлетика (12 часов)** |  |
|  | 1 | Инструктаж по ТБ на уроках лѐгкой атлетики. Бег 30м. | 1 |
|  | 2 | Низкий старт и стартовый разгон. Равномерный бег 500м. | 1 |
|  | 3 | Бег 30 метров (5-6 повторений). | 1 |
|  | 4 | ОРУ на развитие силы. | 1 |
|  | 5 | Стартовые ускорения 10-15м (6-9 повторений)из положения высокого старта. | 1 |
|  | 6 | ОРУ на развитие общей выносливости | 1 |
|  | 7 | Равномерный бег на 800 метров. | 1 |
|  | 8 | Бег 60 метров с высокого старта | 1 |
|  | 9 | Бег на 1000 метров без учѐта времени. | 1 |
|  | 10 | Прыжок в длину с разбега | 1 |
|  | 11 | Прыжок в длину с места. | 1 |
|  | 12 | Бег на 1000метров – результат. | 1 |
|  |  | **Элементы спортивных игр (футбол) (6 часов)** |  |
|  | 1 | Закрепить стойки и перемещения футболиста. | 1 |
|  | 2 | Закрепить удар по неподвижному мячу различными частями стопы и подъѐма. | 1 |
|  | 3 | Удары по катящемуся мячу, остановки мяча. | 1 |
|  | 4 | Ведения мяча в футболе. | 1 |
|  | 5 | Двусторонняя игра в футбол. | 1 |
|  | 6 | Закрепить вбрасывание мяча из-за «боковой» линии. | 1 |
|  |  | **Легкая атлетика (9 часов)** |  |
|  | 1 | Совершенствование высокого старта. | 1 |
|  | 2 | Обучение с 6-7 шагов разбега прыжок в высоту (ножницы) | 1 |
|  | 3 | Метание малого мяча в цель с 10-12метров | 1 |
|  | 4 | Обучение прыжка в длину с разбега «согнув ноги» с 9-11 шагов. | 1 |
|  | 5 | Обучение метания мяча на дальность с 5-6 шагов разбега. | 1 |
|  | 6 | Бег на 500м- девочки, 800м- мальчики. | 1 |
|  | 7 | Техника длительного бега в равномерном темпе до 10минут. | 1 |
|  | 8 | Эстафетный бег – встречная эстафета с передачей палочки. | 1 |
|  | 9 | Подвижная игра «Мяч через сетку». | 1 |
|  |  | **Гимнастика.(20 часов)** |  |
|  | 1 | Т.б на уроках гимнастики. Упражнения на гимнастической скамейке | **1** |
|  | 2 | Висы, согнувшись и прогнувшись(м), смешанные (д) | 1 |
|  | 3 | Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. | 1 |
|  | 4 | Обучение строевым упражнениям | 1 |
|  | 5 | Обучение строевым упражнениям | 1 |
|  | 6 | Сов-ть кувырок вперѐд-назад. | 1 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 34 | 6 | Сов-ние кувырка вперѐд-назад в стойку на лопатках. | 1 |
| 35 | 7 | Кувырок вперѐд в стойку на лопатках(м), назад в полушпагат(д). | 1 |
| 36 | 8 | Кувырок вперѐд в стойку на лопатках(м), назад в полушпагат(д). | 1 |
| 37 | 9 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 38 | 10 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 39 | 11 | Стойка на голове с согнутыми ногами(м), мост из положения стоя с помощью(д). | 1 |
| 40 | 12 | Вольные упражнения с использованием танцевальных шагов. | 1 |
| 41 | 13 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 42 | 14 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 43 | 15 | Стойка на руках с прямыми ногами | 1 |
| 44 | 16 | Самостраховки на спину, бок, кувырком. | 1 |
| 45 | 17 | Сов-ть «мост» из положения стоя с помощью и без. | 1 |
| 46 | 18 | Сов-ть «мост» из положения стоя с помощью и без. | 1 |
| 47 | 19 | Эстафеты с элементами акробатики | 1 |
| 48 | 20 | Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 |
|  |  | **Лыжная подготовка(30 часов)** |  |
| 49 | 1 | Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Перестроения. |  |
| 50 | 2 | Бесшажный ход | 1 |
| 51 | 3 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 52 | 4 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 53 | 5 | Попеременный двухшажный ход. | 1 |
| 54 | 6 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 55 | 7 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 56 | 8 | Одновременный двухшажный ход. | 1 |
| 57 | 9 | Одновременный одношажный ход. | 1 |
| 58 | 10 | Одновременный одношажный ход | 1 |
| 59 | 11 | Закрепить одновременный одношажный ход | 1 |
| 60 | 12 | Обучение одновременного бесшажного хода. | 1 |
| 61 | 13 | Обучение одновременного бесшажного хода. | 1 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 14 | Спуски в парах, тройках за руки. | 1 |
|  | 15 | Спуски в парах, тройках за руки. | 1 |
|  | 16 | Ходьба на лыжах до 3 км | 1 |
|  | 17 | Обучение подъѐму в гору скользящим шагом. | 1 |
|  | 18 | Обучение подъѐму в гору скользящим шагом. | 1 |
|  | 19 | Спуски со склона в основной стойке | 1 |
|  | 20 | Обучение повороту плугом на спуске. | 1 |
|  | 21 | Обучение повороту плугом на спуске. | 1 |
|  | 22 | Лыжные гонки на 1-2 км. | 1 |
|  | 23 | Эстафеты по кругу с этапом до 400 метров. | 1 |
|  | 24 | Ходьба на лыжах до 3,5 км. | 1 |
|  | 25 | Торможение плугом. | 1 |
|  | 26 | Торможение плугом. | 1 |
|  | 27 | Поднимание на склон «елочкой» «лесенкой» | 1 |
|  | 28 | Поднимание на склон «елочкой» «лесенкой» | 1 |
|  | 29 | Эстафеты без палок с этапом до 50 м | 1 |
|  | 30 | Ходьба на лыжах изученными ходами | 1 |
|  |  | **Спортивные игры(24 часа)** |  |
|  | 1 | Преодоление полосы препятствий из 5 заданий. |  |
|  | 2 | Челночный бег 3по 10метров. | 1 |
|  | 3 | «Пионербол» с элементами волейбола. | 1 |
|  | 4 | «Пионербол» с элементами волейбола. | 1 |
|  | 5 | Баскетбол по упрощенным правилам «Стритбол» | 1 |
|  | 6 | Кроссовый бег без учѐта времени. | 1 |
|  | 7 | Бег 500метров. | 1 |
|  | 8 | Бег 30м. | 1 |
|  | 9 | Прыжки в длину с места | 1 |
|  | 10 | Прыжки в длину с места | 1 |
|  | 11 | Закрепление техники прыжка в длину способом «согнув ноги». | 1 |
|  | 12 | Прыжки в длину с разбега. | 1 |
|  | 13 | Прыжки в длину с разбега. | 1 |
|  | 14 | Бег 1000 метров. | 1 |
|  | 15 | Закрепление техники метания мяча на дальность | 1 |
|  | 16 | Метание мяча на дальность. | 1 |
|  | 17 | Бег 800 м (д), 1000м (м). | 1 |
|  | 18 | Сгибание и разгибание рук в упоре лѐжа. | 1 |
|  | 19 | Учебная игра «Футбол». | 1 |
|  | 20 | Упражнения на гибкость. | 1 |
|  | 21 | Тест- наклон вперѐд из положения сидя. | 1 |
|  | 22 | Учебная игра «Лапта». | 1 |
|  | 23 | Учебная игра «Лапта». | 1 |
|  | 24 | Тестирование уровня физической подготовки: отжимание, подтягивание, наклон вперѐд из положения сидя, прыжок с места. | 1 |

**Учебно-методическое обеспечение предмета**

1. Физическое воспитание для учащихся 5-9классов (автор В.И.Лях.Москва. "Просвещение").
2. Настольная книга учителя физкультуры (автор-составитель Б.И.Мишин. Москва. АСТ, Астрель).
3. Настольная книга учителя физкультуры ( автор Ю.А. Янсон Ростов –на – Дону).
4. Учебник «Физкультура 1-4 кл.» 2014г., В.И.Лях. - М.: «Просвещение».
5. Учебник «Физическая культура 9-11 кл.»,2013г., И.М.Бутин, И.А. Бутина, Т.Н. Леонтьева, С.М.Масленникова. – М.: «ВЛАДОС-ПРЕСС».
6. А.П. Матвеев, Т.В. Петрова «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре». - М.: Дрофа 2013.
7. В.А.Лепешкин. «Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах. 1-9 классы» Методическое пособие. - М.: Дрофа 2014.
8. В.С.Кузнецов. «Планирование и организация занятий. 5 класс» Учебное издание. - М.: Дрофа 2012.
9. В.Л.Лях. «Физическое воспитание учащихся 8-9 классов» Пособие для учителя. - М.: «Просвещение» 2010.
10. В.Г.Голиков «Практикум для начинающего тренера по футболу» Учебное пособие. – Белгород «Крестьянское дело» 2014.
11. Е.Талага. «Энциклопедия физических упражнений» – М.: «Физкультура и спорт» 2015.
12. А.В.Царик. «Справочник работника физической культуры и спорта» Справочник. – М: «Советский спорт» 2014.
13. СD-ROM: электронная библиотека - «Лечебная физкультура и массаж».
14. СD-ROM: мультимедиа - энциклопедия - «Энциклопедия спорта».
15. СD-ROM: электронная книга – «Лучшие спортсмены мира».
16. 500 игр и эстафет. – Изд. 2-е – М.: Физкультура и спорт, 2011. – 304 с.: ил. – (Спорт в рисунках).
17. Спортивные игры на уроках физкультуры/ Под общей редакцией О. Листова. – М.: Спорт Академ Пресс, 2001. – 276 с.
18. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл.: Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2015. – 144 с.
19. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод. пособие /Сост. Б.И. Мишин.- М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2014.- 526, (2) с.- (Настольная книга).
20. Настольная книга учителя физической культуры /Авт.-сост. Г.И.Погадаев; Предисл. В.В.Кузина, Н.Д.Никадрова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2013.- 496 с.
21. [**http://spo.1september.ru/**](http://spo.1september.ru/) - электронная версия газеты "Спорт в школе" приложение к "1 сентября".
22. [**http://www.sportreferats.narod.ru/**](http://www.sportreferats.narod.ru/) Рефераты на спортивную тематику.
23. [**http://www.google.com.ru/**](http://www.google.com.ru/) Google.
24. [www.lib.sportedu.ru/](http://www.lib.sportedu.ru/) [**Физическая культура**.](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/) Научно-методический журнал.
25. [**www.lib.sportedu.ru/**](http://www.lib.sportedu.ru/) [**Теория и практика физической культуры**.](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/) Научно-теоретический журнал.
26. [**http://andijan1.connect.uz/sportisland/index.htm/**](http://andijan1.connect.uz/sportisland/index.htm/) Сайт учителя физкультуры Каримовой Светланы Викторовны (школа №1 Андижан).
27. [**http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index.htm/**](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index.htm/) Российский журнал «Физическая культура»
28. [**http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm/**](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm/) Журнал «Теория и практика физической культуры».
29. [**http://sportrules.boom.ru/**](http://sportrules.boom.ru/) Правила различных спортивных игр.

10. [**http://sportrules.boom.ru/**](http://sportrules.boom.ru/) Ссылки на страницы с ПРАВИЛАМИ спортивных игр.