

Согласовано
Педагогическим Советом
краевого государственного
казенного для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей
«Железногорский детский дом»
Протокол ПС 1-19/20 от 31.08.2019 г

Утверждаю
И.о.директора краевого государственного
казенного образовательного учреждения для
детей-сирот и детей, оставшихся без
попечения родителей «Железногорский
детский дом»



/Е.М.Гой
« 01 » сентября 2019 года

«ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ»

Программа дополнительного образования ВОСПИТАННИКОВ КГКУ «Железногорский детский дом»

Срок реализации программы:

1 год (2019-2020 г.г.)

Составители:

Гвоздева Е.В., зам.директора,
Бутин М.А., педагог доп.образования;
Краева Н.А., педагог доп.образования;
Федотова С.Л., педагог доп.образования;
Афанасьева Н.А., инструктор по физической
культуре и спорту;

г. Железногорск
2019 г

Пояснительная записка.

Ситуация сиротства, негативная наследственность, отягощенная различными заболеваниями, психическими травмами и негативными формами поведения, отсутствие положительной семейной истории – все это далеко не способствует адекватному встраиванию детей в общество и накладывает отпечаток на жизнь ребенка, а затем и взрослого человека.

Особенности содержания образовательной и коррекционно – развивающей деятельности в детском доме обусловлены условиями развития ребенка до поступления в детский дом. Сложившаяся экономическая ситуация не только в нашем городе, но и во всей стране в целом, повлекла за собой множество проблем, одна из которых – растущее количество подростков, неписываемых в социально-приемлемые нормы жизни: детей – сирот, безнадзорных и беспризорных детей.

Актуальность программы: Наша педагогическая практика свидетельствует о проблемах в физическом, личностном и социальном развитии детей-сирот, что выражается в низком уровне их социальной активности и компетентности, смутном представлении о своих способностях и возможностях. Такие подростки выходят из стен детского дома неподготовленными к самостоятельной взрослой жизни, легко скатываются в асоциальное поведение, стихийно образуют семьи, их дети снова падают в стены детского дома.

Причем, особенностью является то, что у таких подростков формируется устойчивая потребительская позиция. Человек, привыкший к полному государственному обеспечению, испытывает огромные трудности в проявлении самостоятельности, он не ценит результаты ни своего труда, ни, тем более, чужого.

Анализируя проблемы воспитанников, мы выделили несколько проблемных сфер развития:

1. Проблема здоровья:

Исследования показали, что среди сирот нет совершенно здоровых детей. Их физические и психические нарушения часто связаны с факторами неблагоприятной наследственности, образом жизни до попадания в детский

дом. Неизбежны и психологические травмы, обусловленные отсутствием родителей.

У детей, попадающих в детский дом, не сформированы представления о культуре здорового и безопасного образа жизни, отсутствуют навыки необходимости сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья окружающих. У таких детей отсутствует стремление заниматься спортом и совершенствовать «свое тело и дух».

2. Личностные проблемы:

В личностном и профессиональном самоопределении воспитанники детских домов испытывают значительные трудности, связанные с отсутствием опыта, который другие дети получают в семье. Большинство выпускников интернатных учреждений обладают особенностями, которые значительно осложняют их самостоятельную жизнь, а именно:

- трудности в общении; и, как следствие - несформированность навыков сотрудничества, совместного принятия решения, распределения обязанностей и ответственности, неумение идти на компромисс;

- отсутствие способностей, возможностей или желания благоустроить самостоятельно свой быт, безынициативность в отношении улучшения своей жизни;

- несформированность представлений о потребности и способности трудиться и, как следствие, иждивенчество, непонимание материальной стороны жизни, отношения к собственности;

- равнодушие к происходящему, отсутствие интереса к различным видам деятельности, мотивации к их освоению, что приводит к следующей проблеме:

- несформированность представлений об окружающем мире, достижений в национальной и мировой культуре и спорте, разнообразии досуговых форм деятельности. И, как следствие, недостаточное развитие индивидуальности, отсутствие стремления проявить себя, что характеризуется низким уровнем сознания, сниженной собственной активностью, инертностью личности и неумением самостоятельно организовать свой досуг.

Преодоление сложившейся ситуации может быть достигнуто специальными мерами, связанными с психолого-педагогическим сопровождением в процессе обучения в рамках программ дополнительного образования.

Очевидно, что коррекция и развитие здесь должны быть направлены на развитие установок взаимодействия и сотрудничества, тенденций, предполагающих объединение усилий, эмоциональный контакт, возможность, через различные виды деятельности, ощутить обмен положительными эмоциями.

Специфика коррекционной работы с этой категорией подростков, по мнению психологов, состоит в приобретении ими личного опыта через разнообразные способы взаимодействия с окружающими, иного ощущения внешнего мира, с помощью занятий разной направленности. Чаще всего это деятельность творческой или спортивной направленности, проводимая в малых группах.

Ещё одним основанием для выстраивания процесса воспитания и социального взросления является событийное наполнение жизни детского дома, позволяющее детям и взрослым совместно выстраивать и проживать важные отрезки жизни, обучаясь и развиваясь в процессе взаимодействия. При этом важными условиями событийности, по нашему мнению, являются: позитивная направленность совместно-разделённой деятельности, личностная и творческая включенность воспитанника в событие и нахождение в нём своего персонализированного места.

Поиск оптимальных путей решения проблем детей-сирот, коррекция имеющихся отклонений, наряду с имеющимися программами развития и сопровождения воспитанников, привел к созданию программы дополнительного образования «Через тернии к звездам».

Программа дополнительного образования «Через тернии к звездам»

состоит из двух блоков:

1. Физкультурно-спортивного направления.

2. Художественного направления - студия «Творческие россыпи».

Программа дополнительного образования «Через тернии к звездам» направлена на

- всестороннее гармоничное воспитание и развитие воспитанников детского дома, через обучение на дополнительных факультурно-спортивных занятиях и занятиях в студии «Творческие россыпи».

Программа ориентирована на:

- обеспечение самоопределения личности воспитанника, создание условий для ее самореализации;

- формирование у воспитанников адекватной современному уровню знаний картины мира;

- формирования общей культуры личности воспитанников, адаптации личности к жизни в обществе, на создание основы для осознанного выбора и освоения программ дополнительного образования.

Так же, программа «Через тернии к звездам», *призвана:*

- обеспечить занятость подростков, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, отвлечь их от пагубных привычек и поступков через интересные формы досуга, направленные на всестороннее и гармоничное развитие личности, выявлять творческие способности в различных сферах деятельности.

Программа рассчитана на воспитанников школьного возраста с 7 до 18 лет.

Срок реализации 1 год.

Основная цель программы: обучение и воспитание воспитанников, формирование физически здоровой, творчески активной, интеллектуальной, духовно-развитой личности, востребованной в современном обществе и нацеленной на совершенствование этого общества.

Задачи:

- Создавать условия для развития познавательных и интеллектуальных интересов и умений, условий для развития личности воспитанников детского дома;

- создавать условия для духовно-нравственного воспитания и трудового обучения детей;

- раскрывать, формировать и развивать воспитанников, проявляющих способности в спорте и творчестве; поддерживать их потенциал, содействовать успешной адаптации в социуме;

- развивать мотивацию личности воспитанника к познанию и творчеству;

- воспитывать активную жизненную позицию, чувство долга, достоинства, культуры общения, развивать коммуникативные навыки, навыки взаимопомощи, совместных действий в организации общегрупповой жизни.

- удовлетворять индивидуальные потребности воспитанников в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии, а так же в занятиях физической культурой и спортом;

- содействовать физическому, психическому, нравственному, интеллектуальному и духовному развитию воспитанников;

- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, сознание ценности здоровья, ответственности за него. Воспитывать стремление к сохранению и укреплению здоровья, развитию и совершенствованию;

- формировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности. Укреплять здоровье воспитанников.

Ожидаемые результаты.

1. В результате освоения программы «Через тернии к звездам» физкультурно-спортивной и творческой направленности в КГКУ «Железногорский детский дом» должны быть созданы условия для:

- формирования общей культуры личности воспитанников, адаптации личности к жизни в обществе, формирования неприемлемого отношения к антиобщественным действиям, растрате личного здоровья;

- всестороннего гармоничного воспитания и физического, психического, нравственного, интеллектуального и творческого развития воспитанников,
- возможности для самоопределения и реализации возможностей и способностей;

2. В рамках реализации мероприятий по программе дополнительного образования «Через тернии к звездам» должна быть обеспечена занятость воспитанников и удовлетворены, с учетом выявленных интересов, индивидуальные потребности, отвлечение воспитанников от пагубных привычек и поступков;

3. Повышение уровня физической подготовленности и развития физических качеств у воспитанников детского дома. Увеличение количества детей и подростков, занимающихся личной физической культурой и спортом.

4. Стабилизация эмоционального фона у детей. Улучшение социально-психологического климата в коллективе воспитанников детского дома, снижение конфликтности.

5. Расширение сферы социальных контактов воспитанников детского дома, расширение кругозора, представлений об окружающем мире.

6. Распространение в среде воспитанников ценностей культуры ЗОЖ, эстетических и духовных ценностей. У воспитанников вырабатывается стремление, потребность и навыки к ведению здорового образа жизни .

7. Сформированность представлений воспитанников о собственных физических возможностях, творческих способностей. Самораскрытие, самореализация, самоактуализация воспитанников детского дома.

8. Развитие абстрактно-логического мышления, памяти и внимания воспитанников.

9. Уменьшение числа проявлений асоциального поведения и вредных привычек среди участников программы.

10. Социальная адаптация и реабилитация детей и подростков детского дома.

Анализ результатов освоения программы осуществляется следующими способами:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;

- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.
- Участие в спортивных и творческих мероприятиях, конкурсах, завоевание призовых мест.

Критерии оценки результативности программы:

1. Уровень удовлетворенности образовательным и воспитательным процессом воспитанников, педагогов.
2. Уровень психо-эмоционального здоровья воспитанников.
3. Соответствие нормам физического развития.
4. Выполнение определенных нормативов в рамках стандартов по физической культуре.
5. Сокращение количества детей и подростков, имеющих вредные привычки, Сокращение количества фактов асоциального поведения.
6. Количество воспитанников, охваченных дополнительным образованием;
7. Количество детей, имеющих организационный и управленческий опыт.
9. Сокращение количества фактов заболеваний воспитанников и их оздоровление.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Наименование дисциплины	Кол-во ч/неделю	Кол-во ч/год
1.	Физкультурно-спортивное направление	8	288
1.1.	Спортивно – оздоровительные занятия (ОФП)	3	108
1.2.	Настольный теннис	3	108
1.3.	Шахматно-шашечная «Школа Короля и Дамки».	2	72

2.	Художественное направление	25	900
2.1.	Плетение и аппликации из соломки.	4	144
2.2.	Мозаика	4	144
2.3.	Мастерок	3	108
2.4.	Швейное дело «Мини ателье».	3	108
2.5.		3	108
2.6.		2	72
2.7.		4	144
2.8.		2	72

I. Физкультурно- спортивное направление.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в детском доме в данном направлении является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у воспитанников совершенствуется не только их физическая природа, но и активно развивается психическая сфера, формируются сознание и мышление, творчество и самостоятельность.

Программа дополнительного образования по физкультурно - спортивному направлению для воспитанников детского дома, *решает следующие задачи:*

- повышение физиологической активности систем организма с учетом особенностей здоровья детей-сирот, содействие оптимизации умственной и физической работоспособности;

- совершенствование прикладных жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазании, метании и плавании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями, техниками настольного тенниса;

- через спортивные занятия происходит повышение физической подготовленности и развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости, а так же происходит формирование и развитие творческих способностей;

- обучение комплексам физических упражнений с оздоровительной и корригирующей направленностью, простейшим способам контроля за физической нагрузкой и функциональным состоянием организма на занятиях физической культурой;

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности, развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, включая утреннюю гимнастику, физкультминутки и подвижные игры.

Физкультурно-спортивный блок включает в себя следующее:

1. Спортивно-оздоровительные занятия, которые включают занятия по общефизической подготовке. Дополнительно в первое направление входят занятия с элементами йоготерапии, объединяющие физкультурное и оздоровительное направления. Предполагается не только формирование знаний и навыков, способствующих физическому развитию и укреплению здоровья, но и обучение комплексам специальных упражнений коррекционной направленности и релаксации.

2. Настольный теннис.

3. Шахматно-шашечная «Школа Короля и Дамки».

Тематическое планирование физкультурно - спортивного направления.

№ п/п	Наименование дисциплины	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1.	Спортивно – оздоровительные занятия	3	108
1.1.	- Общефизическая подготовка	2	72
1.2.	«Тренинг души» занятия с элементами йоготерапии	1	36
2.	Настольный теннис	3	108
3.	Шахматно-шашечная школа «Король и дамка».	2	72

1. Спортивно-оздоровительные занятия.

Включенность занятий по общефизической подготовке, занятий по оздоровительным и коррегирующим направлениям, с применением спортивных игр в деятельность образовательного учреждения основывается на построении здоровьесберегающей и здоровьесозидающей образовательной среды. Организация занятий дополнительного образования физической культуры оздоровительной направленности предполагают создание условий для полноценного формирования свободной, физически здоровой личности. На занятиях происходит формирование двигательных навыков и развитие физических качеств. Спортивные занятия способствуют укреплению здоровья воспитанников, их физическому, психическому, нравственному, интеллектуальному развитию, формирует у детей-сирот культуру здорового и безопасного образа жизни, развивают сознание ценности здоровья, ответственности за него. Занятия физической культурой и спортом, через игровые формы, развивает интерес и стремление к сохранению и укреплению здоровья, способствует развитию и самосовершенствованию воспитанников.

Содержание и тематическое планирование спортивно-оздоровительных занятий.

	Тема и содержание занятия	Количество часов 1 год обучения		
		Всего	Теория	Практика
I	Общефизическая подготовка	72	7	65
1	Вводное занятие. Здоровье и физическая подготовка человека. Влияние физических упражнений на здоровье человека.	2	2	
2	Образ жизни как фактор здоровья. Здоровье и гигиена. Закаливание и здоровье.	2	2	
3	Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	2	2	
4	Установка на психологически комфортную работу, на положительный настрой. Упражнения "Мельница", "Насос", "Дерево", Маленький скульптор" и т.д.	2	1	1

5	Общеразвивающие упражнения без предмета:			
6	- Комплексы упражнений для укрепления мышц спины, брюшного пресса:			
7	- путем прогиба назад - "Змея", "Кобра", "Ящерица", "Кораблик", "Лодочка", "Рыбка", "Колечко", "Мостик".	6		6
8	- путем наклона вперед - "Кошечка", "Книжка", "Птица", "Страус", "Летучая мышь", "Носорог", "Веточка", "Улитка", "Горка"	6		6
9	Комплексы упражнений для укрепления позвоночника: "Маятник", "Морская звезда", "Лисичка", "Месяц", "Ёжик", т.д	6		6
10	Комплексы упражнений для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног: "Бабочка", "Рак", "Паучек", "Зайчик""Велосипед" "Лягушка" и т.д.	4		4
11	Комплексы упражнений для развития плечевого пояса "Замочек", "Мельница" и т.д.	6		6
12	Комплексы упражнений на равновесие, стимулирующие вестибулярный аппарат "Аист", "Ласточка" и т.д.	6		6
13	Прикладно-гимнастические упражнения, упражнения с элементами акробатики: выполнение строевых команд, повороты, построения, бег, ходьба, прыжки упоры, седы, группировка, перекаты, кувырки. Упражнения на гимнастической стенке. Имитационные упражнения И т.д.	10		10
14	Упражнения с элементами легкой атлетики: вариативный бег, Прыжки в длину, высоту с места и с разбега, работа со спортматами, броски, работа с мячом, метание, эстафеты и т.д.	10		10
15	Комплексы на развитие физических качеств: гибкость, сила, ловкость, выносливость, быстрота.	10		10

<p>В результате освоения программного материала воспитанники должны:</p> <p><u>1. Знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - современные игры и игры народов мира; - тактику и технику различных спортивных подвижных игр; <p><u>2. Уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения и технические действия из спортивных игр, самостоятельно проводить подвижные игры; <p><u>3. У воспитанников развиты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные физические качества: быстрота, ловкость, меткость, выносливость, гибкость; - внимания и координации; - чувства ответственности и умения работать в команде. <p>У воспитанников происходит: обогащение двигательного опыта, укрепление здоровья, улучшение физического развития;</p>	
--	--

II	Тема и содержание занятия	Количество часов год обучения		
		Всего	Теория	Практика
	Занятия с элементами йоготерапии	36	2	34
1	Вводное занятие. Основные понятия, значение йоги для оздоровления. Правила техники безопасности на занятиях. Ориентация в пространстве. Порядок работы на занятиях.	2	2	

2	Комплекс упражнений на освоение техник растяжек: - в полуприседе для задней и передней поверхности бедра в положении лежа для задней, передней и внутренней поверхностей бедра.. Элементы йоги: «Рыбка», «Дерево», «Саранча», «Верблюд», «Кошка», «Изгибающаяся собака». - Упражнения на растягивание: в полуприседе для мышц спины; стоя для грудных мышц и плечевого пояса. Элементы йоги: «Рыбка», «Дерево», «Саранча», «Голубь», «Кобра».	6		6
3	Комплекс упражнений на освоение техник дыхания: Элементы йоги: (солнечное и лунное дыхание), «Гора», «Лук», «Полумесяц», «Лотос», «Полулотос».	6		6
4	Упражнения на развитие осанки, гибкости + легкое дыхание и асаны.	4		6
5	Упражнения для рук и плечевого пояса в разных направлениях; упражнения для туловища и шеи; упражнения для ног. Элементы йоги: «Плуг», «Лодочка», «Ракушка», «Верблюд».	6		6
6	Освоение техник звукопроизношения и релаксации.	6		6
7	Комплексные занятия с использованием элементов йоги на растяжку, дыхание, релаксацию.	6		6
	<p>В результате освоения программного материала воспитанники должны:</p> <p><u>1. Знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Правила техники безопасности и порядок работы на занятиях; - комплексы упражнений с элементами йоги. <p><u>2. Уметь</u> применять на практике комплексы укрепляющих и релаксирующих упражнений.</p> <p>У воспитанников стабилизируется обще положительный психоэмоциональный фон настроения, происходит снятие физического, психоэмоционального напряжения и напряжения центральной вегетативной нервной системы; гармонизация всех систем организма.,</p>			

2. Настольный теннис.

В настоящее время не уменьшается интерес к настольному теннису среди детей, подростков и молодежи. Многие из них посещают клубы по месту жительства, где в основном проводят свой досуг, играя, в том числе и в настольный теннис. Игра в настольный теннис способствует поддержанию правильной осанки и хорошей физической формы, развивает быструю реакцию, координацию, резкость и точность выполняемых движений, находчивость. Игра в настольный теннис учит выигрывать, напрягая всю силу воли. На тренировках концентрируется внимание на умении собираться с силами при отработке подач или резких ударов, следующих за подачей.

Учебный материал для занимающихся рассчитан на последовательное и постепенное усвоение теоретических знаний и практических умений и навыков, освоение владением ракеткой, производством различных ударов.

Содержание и тематическое планирование

1 год обучения	Количество часов		
	Тема и содержание занятия	Всего	Теория
Вводное занятие: знакомство с программой, диагностика исходных данных, правила поведения в объединении, инструктажи	2	-	-
Физическая культура и спорт в России. Состояние и развитие настольного тенниса в России	2	2	
Воспитание волевых качеств спортсмена. Профилактика травм	2	1	1
Специальные термины. Основы тактики игры	4	2	2
Основы техники игры. Правила игры в настольный теннис	8	2	6
Упражнения на быстроту и ловкость. Упражнения на гибкость	8		8
Силовые упражнения. Упражнения на выносливость	8		8
Упражнения с ракеткой и шариком. Техника подачи толчком. Стойка	12		12
Игра толчком справа и слева. Атакующие удары по диагонали	8		8
Атакующие удары по линии. Игра в защите	10		10
Тактические схемы. Игра с тренером	10		10
Выполнение подач разными ударами. Игра в разных направлениях	10		10
Игра на счет разученными ударами. Игра с коротких и длинных мячей	10		10
Групповые игры. Отработка ударов накатом	12		12

Отработка ударов срезкой. Поочередные удары левой и правой стороной ракетки	16		16
Сдача нормативов	4		4
Резервные часы (повторение тем, показательные мероприятия)	2		2
Итого:	144 час	7	121
2 год обучения	Количество часов		
Тема и содержание занятия	Всего	Теория	Практика
Вводное занятие: повторение теоретических основ, инструктажи по ТБ. Судейство – специфика, техника.	2	1	1
Атакующие удары справа разной силы и направления. Атакующие удары слева разной силы и направления	10	2	8
Удары подставкой. Удары срезкой справа. Удары срезкой слева.	10	2	8
Удары накатом справа. Удары накатом слева. Чередование ударов различных стилей	10		10
Упражнения на быстроту и ловкость. Упражнения на гибкость. Силовые упражнения	10		10
Упражнения на выносливость. Специальные физические упражнения	10		10
Передвижение. Комбинации.	10	1	9
Подача различными ударами. Прием подачи	10	1	9
Игра топ-спином. Упражнения в парной игре	10	1	9
Отработка игры в защите. Переход от защиты к атаке	10		10
Игра с тренером	5		5
Соревнования всех уровней (внутри группы, индивидуальное первенство, групповое первенство, и др.)	33		33

Сдача нормативов	4		4
Резервные часы (повторение тем, воспитательные мероприятия в клубе)	10	2	8
Итого:	144	10	134

В результате освоения программного материала 1 и 2 года обучения воспитанники должны:
Знать:

- правильное определение настольного тенниса и современное состояние, лидеров и победителей крупных соревнований.
- Основы техники игры, правила игры и начисления очков, специальные термины, основы тактики игры. Технику подачи толчком, атакующие удары, тактические схемы.

Уметь:

- делать описание игры,
- выполнять основную стойку, использовать при игре.
- Оказывать первую помощь при травмах.
- Выполнять упражнения на быстроту и ловкость. Упражнения на гибкость, силовые упражнения, упражнения на выносливость. Упражнения с ракеткой и шариком.
- Делать атакующие удары по диагонали, по линии.
- Играть в защите. Выполнять подачи разными ударами. Играть в разных направлениях
- Играть на счет разученными ударами. Играть с коротких и длинных мячей.

Проявлять:

- Навыки и умения по основам техники и тактики игры в настольный теннис.
- Готовность к выступлению в соревнованиях.
- Интерес к систематическим занятиям настольным теннисом. Целеустремленность и характер при игре друг с другом. Соблюдать правила и нормы поведения.

3 год обучения	Количество часов		
	Тема и содержание занятия	Всего	Теория
Вводное занятие: знакомство с программой, инструктажи.	1	1	-
Подача срезкой. подача накато. подача боковым вращением	10	1	9
Техника приема подач разных видов. Тактика быстрой атаки после подачи.	8	1	7
Тактика атаки после толчка. Тактика атаки после подрезки. Тактика атаки после наката	10	1	9
Контроль игры срезками.	5	-	5
Топ-спин справа. Топ-спин слева	10	2	8
Техника выполнения ударов по высокому мячу	10	1	9
Стиль игры топ-спин + атакующий удар.	18	2	16

Стиль игры быстрый атакующий удар + топ-спин. Стиль игры подрезка + атакующий удар			
Соревновательная практика	22	-	22
Специальные физические упражнения	10	-	10
Сдача нормативов, итоговая аттестация	2		2
Резервные часы	2		2
Итого:	108час	9	99

<p>В результате освоения программного материала 3 и 4 года обучения воспитанники должны:</p> <p><u>Знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Знать основы техники игры и быть готовыми к успешному выступлению на соревнованиях различных уровней. - Овладеть навыками более сложной тактики и техники для успешной игры в настольный теннис. - Улучшить показатели выносливости, целеустремленности, умения играть в команде. - Систематически заниматься настольным теннисом. - Проявлять уважение друг к другу, культуру общения, чувства коллективизма. - Уметь оказать помощь педагогу в работе с начинающими игроками. - Особенности третьего и четвертого года обучения является возрастание степени сложности содержания программы, уровня соревнований.

По окончании курса обучения (3 г) обучающиеся воспитанники должны овладеть сложными приемами настольного тенниса и умениями анализа выполненных действий.

Результат обучения зависит от возраста занимающегося, его физической подготовленности и его игровых данных (подвижность, резкость, внимательность).

Итогом освоения программы является умение свободно играть в паре, выбор здорового образа жизни. Для талантливых физически крепких детей — успешное выступление на соревнованиях, турнирах, выполнение спортивных разрядов;

Формы организации обучения

Игры в настольный теннис на занятиях между воспитанниками, игра с тренером, беседы, диалоги, просмотр журналов, теле- и видео записей с соревнований мирового, российского уровней. Зачетные занятия по

выполнению нормативов, участие в соревнованиях внутри детского дома, приглашение участников с клубов по месту жительства, между командами на городских соревнованиях и на соревнованиях различного уровня. Участие в спортивных, познавательных мероприятиях, календарных праздниках детского дома.

3. Шахматно-шашечная «Школа Короля и Дамки».

Актуальность выбранного направления в ее своевременности. С повышением роли умственного труда во всех сферах жизнедеятельности человека всё возрастающую роль играет: поиск действенных методов формирования творческих качеств личности; развитие самостоятельности; способностей принимать самостоятельные решения в различных ситуациях, в том числе в ситуациях экстремального типа, требующих повышенного внимания, избирательности в оценке разнообразных факторов; умения сосредоточиться на главном и наиболее существенном; культуры и дисциплины мыслительной и практически преобразовательной деятельности.

Все эти задачи успешно реализуется в рамках дополнительного образования в спортивно-творческом направлении на занятиях «Школы Короля и Дамки»

В процессе обучения используются различные формы и методы подачи материала:

- 1) индивидуальные и групповые занятия по шахматам и шашкам;
- 2) игровая деятельность с элементами сказки;
- 3) участие в соревнованиях;
- 4) сеанс одновременной игры;
- 5) спарринг тренировки;
- 6) конкурсы решения задач;
- 7) участие в соревнованиях.

Содержание и тематическое планирование.

	Тема и содержание занятия	Количество часов 1 год обучения		
		Всего	Теория	Практика
	«Школа Короля и Дамки»	72	27	45
1	Вводное занятие. Шашечный Кодекс и Кодекс шахматиста. Исторический обзор. Судейство и организация соревнований.	4	4	
2	Дыхательная гимнастика, для психологической саморегуляции.	1		1
3	Диагностика уровня подготовленности. Начальные сведения: - Азбука шашечной игры. Диагонали на шашечной доске. Простая шашка, дамка. Хода. Игровое качество дамки. Центр и центральные шашки. Бортовые поля. Дамочные поля.	4	2	2
4	Тактика: План игры, оценка позиции. Значение подготовительного («тихого») хода для завершения комбинационного построения. Важность расчета ходов комбинации. Многовариантные комбинации и их творческая ценность. Общие признаки отыскания комбинации с двумя и более финалами. - Решение трёхходовых комбинаций. Разбор позиций, - Подготовка комбинации. Угрозы. Ошибочные комбинации. Жертва. Определение простейших примеров жертвы для прорыва и связки. - Решение задач повышенной сложности с тихими ходами. Разбор примеров ошибочных комбинаций. Оценка позиций, возникающих после проведения комбинаций. И т.д.	12	6	6
5	Стратегия. Центр (сильный, слабый). Понятие о центре доски и игры на цент. Показ силы центра, по партиям и позициям. Решение вопроса о последовательности занятия центральных поле c5,d4,f4, при наличии выбора. - Коловые позиции. Стратегия в коловых позициях. Охват центра. - Ограничение подвижности шашек. Связка левого и правого фланга. Ограничение пространства противника. И т.д.	10	4	6
6	Тактика. Миттельшпиль: - Фланги, Преимущество центральных шашек перед бортовыми. Коловые шашки. Рожон (f6, c3). - Изолированные шашки. Решето. Понятие о комбинации. Финальный удар. Удары: «колонка», «рогатка», «шлагбаум» и др., подрывы дамочных	14	4	10

	<p>полей. Решение одноходовых комбинаций.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение комбинации. - Основные тактические приёмы. Связка. Двойной удар. Завлечение. Вилка. Отвлечение. Размен. - Решение комбинаций с различными мотивами: подрыв дамочных полей, использование слабости предпоследней горизонтали, разрушение центра при помощи разменов, освобождение поля a1 (h8), h2 (a7) – развитие отсталых шашек, освобождение диагонали для дамки, застава, блокада, превращение шашки в дамку в момент комбинации, уничтожение дамочных, сильных шашек через размен. - Связки. Комбинационные возможности связанной стороны. - Жертвы для захвата активных полей. Спасаящие жертвы. Планирование в дебюте и миттельшпиле. Игра на ограничение – важнейший принцип стратегии. Техника расчета в форсированных продолжениях. 			
7	<p>Эндшпиль:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Петля. Переплет. Дамочные окончания. Борьба простых 1x1, 2x2.. Размен, скользящий размен. Темп, свободный темп. Оппозиция, виды оппозиции. Запирание, любки, столбняк. - 4 дамки против дамки на центре. Дамка на центре против 3 дамочных. - Активность простых шашек в эндшпиле (захват полей c5, f4, d4, e5). - Ловля дамочных. Переплет. Петля. Столбняк. Дамочные окончания 4x1. Оппозиция. Цугцванг. - Дамочные окончания. Дамка и шашка против дамки и двух шашек. Изолированная шашка. Всячая шашка. Кол, рожон, тычок. - Сложные комбинированные окончания. Оценка позиции и план. - Сложные дамочные окончания. Дамка и простые против дамки и простых. Активность дамки в этих окончаниях. 	15	5	10
8	<p>Стратегия. Дебют.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Понятие дебюта в русских шашках. Ловушки в начале партии. Простейшие дебютные принципы развития отсталых шашек. - Элементарные примеры ловушек в начале партии. Командные разминки. Решение задач и тренировочные партии. Развитие шашек a1 и h8 (a7,h2). - Закрепление дебютов в турнирах с вынужденной жеребьевкой первого хода. - «Кол», «тычок» - первые 5-6 ходов. «Перекресток». Разыгрывание связки типа «клещи». «Вилочка». - «Старая партия». «Кол». Система с разменом на g5. «Игра Романычева». - Основные варианты. «Ленинградская защита». «Новоленинградская защита». - Основные идеи и конкретные варианты. «Киевская защита». Система с разменом черных на f4. «Гамбит Кукуева». Усвоение основных идей 	6	2	4
9	Турниры. Практика.	6		6

В результате освоения программного материала воспитанники должны:

Знать:

- Значение спортивного режима, ежедневной гимнастики, водных процедур, нормального сна и двигательной активности для шашкиста. Значение врачебно-спортивной консультации для правильной организации тренировки и режима дня.

- историю развития игры в шашки, шахматы;
- основные схемы, стратегии и тактики игры.

Уметь:

- использовать различные тактики, стратегии;

Воспитанники владеют навыками самостоятельной работы с учебной шашечной литературой, навыками проведения анализа своих партий, умения делать выводы и ставить задачи на будущее;

У воспитанников вырабатываются навыки психологической устойчивости к различным результатам в партии и разным ситуациям во время партии, гибкое и толерантное отношение к окружающим.

Вырабатываются качества настоящего спортсмена (воля к победе, уверенность в своих силах), развивается абстрактно-логическое мышление, память и внимание.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Общая направленность подготовки воспитанников по программе дополнительного образования в физкультурно-спортивном направлении заключается в постепенном переходе от обучения приемам и особенностям выбранного вида спорта к тактическим действиям, к их совершенствованию на базе роста физических и психологических возможностей, планомерное прибавление вариативности приемов и широты взаимодействия с партнерами, переход от общеподготовительных средств к наиболее специальным и, увеличение соревновательных упражнений в процессе подготовки.

Принципы, средства, методы физкультурно - спортивных занятий.

Принципы:

Возрастная адекватность спортивной деятельности;

Единство общей и специальной подготовки;

Непрерывность тренировочного процесса;

Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок;

Цикличность тренировочного процесса;

Направленность на максимально возможные достижения, индивидуализация.

Средства:

Основным средством спортивных занятий являются физические упражнения. Они могут быть разделены на 3 группы:

- общеподготовительные упражнения;
- специально подготовительные упражнения;
- избранные соревновательные упражнения.

Методы физкультурно-спортивных занятий.

1. Информационно-познавательные:

- беседа, рассказ, объяснение;

2. Наглядные (видеоматериал, наглядные пособия, пример).

3. Практические:

- метод строго регламентированного упражнения;

- метод направленный на освоение спортивной техники;

- метод направленный на воспитание физических качеств.

- игровой метод;

-переключения с одной деятельности на другую;

-поощрения;

- соревновательный метод.

4. Методы контроля и самоконтроля.

Формы занятий:

Формы работы определяются специфическими особенностями направлений.

В целом их можно разбить на несколько категорий:

- групповые и индивидуальные формы занятий;
- теоретические, практические, комбинированные.

Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: непосредственный вид деятельности спортивного или творческо-прикладного характера;

- Игры, соревнования, конкурсы, викторины, в том числе городского, краевого и российского масштаба;
- Индивидуальная диагностика: анкетирование, тестирование, наблюдение;
- Тематические экскурсии, встречи с интересными людьми.

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

- оснащение спортивного зала: шведская стенка, велотренажер, беговые дорожки, объемный конструктор мягкий, спортивный инвентарь, теннисный стол, спортивные ворота, мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, кегли и т.д.
- оснащение музыкального зала: фортепиано, телевизор, музыкальный центр, стулья, коврики для занятия йогой, мягкие кресла-груши.
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия;

II. Художественное направление - Студия «Творческие россыпи».

Главной проблемой развития личности детей, оставшихся на попечении у Государства, и, как следствие, их социальной адаптации, является неспособность детей – сирот к индивидуальному выбору из спектра

предоставляемых социумом возможностей. За этой способностью стоит «развитое Я», как субъект осмысления мира, своих потребностей и возможностей, построения взаимоотношений и жизненной активности.

Особенностью педагогической деятельности с этой категорией детей, по мнению психологов, состоит в приобретении и «проживании» ими личного опыта, новых способов взаимодействия с окружающими и иного ощущения внешнего мира. Реализовать это возможно при помощи деятельности на занятиях дополнительного образования, проводимых в малых группах. Эта работа помогает изменить последовательно всю группу в целом, развивая способности и возможности детей, помогая, поднимая их на новую ступень взаимодействия.

В поисках путей преодоления проблем детей-сирот педагоги детского дома, стремятся помочь воспитанникам, понять и осознать собственную цельность, осмыслить себя в сложных связях не только с настоящим, но и с прошлым, осознать ценности жизни. К одной из основ таких ценностей относится нестареющее народное искусство предков, основанное на глубоких художественных традициях.

Прикладное искусство воспитывает чуткое отношение к прекрасному, способствует формированию гармонично развитой личности, благотворно влияет на формирование и успешную адаптацию воспитанников детского дома в будущем.

Занятия в Студии «Творческие россыпи», входящие во II блок программы «Через тернии к звездам», актуальны тем, что они широко и многосторонне раскрывают творческие способности детей, развивают их познавательную и креативную сферы, способности образно, а иногда, и нестандартно мыслить. Занятия дают возможность обучающимся воспитанникам приобрести опыт и проявить себя в социально значимой собственной практической деятельности.

Студия «Творческие россыпи» включает в себя 7 направлений декоративно

– прикладного творчества:

1. Плетение и аппликации из соломки.
2. Плетение из рогоза.

3. Лозоплетение.
4. Береста.
5. Художественное конструирование.
6. Начальное моделирование.
7. Швейное дело «Мини ателье».

Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование дисциплины	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1.	Плетение и аппликации из соломки.	2	4	144
2.	Плетение из рогоза.	2	4	144
3.	Лозоплетение.	2	3	108
4.	Береста.	2	3	108
5.	Художественное конструирование.	2	3	108
6.	Начальное моделирование.	2	2	72
7.	Швейное дело «Мини ателье».	2	4	144
8.	Бумажное творчество	1	2	72

1. Плетение и аппликация из соломки.

Работа по аппликации соломкой таит в себе большие воспитательные возможности, в процессе нее, у детей развивается чувство цвета, ритма, пропорции, глазомер, тренируются рука и развивается мелкая моторика, воспитываются качества, необходимые не только художнику - специалисту, но и обычному человеку. В процессе работы с соломкой проявляется эстетический вкус воспитанников, о которых нужно, прежде всего добиваться высокого качества изготавливаемых предметов.

Работая с соломкой, дети научатся выполнять разнообразные аппликации буквально из одного-двух стеблей.

Содержание и тематическое планирование.

2. Плетения из рогоза.

Разнообразие плетеных изделий во все времена удивительно: от корзиночек до колясок, от шляп до жилищ, от лодок до корзин для воздушных шаров, от украшения до мебели.

Уроки плетения из рогоза и природных материалов позволяют расширить объем знаний воспитанников об окружающем мире и пробудить творческие качества и способности личности. Занятия знакомят детей с образцами народного творчества, способствует формированию самостоятельного творческого опыта, воспитывает художественный вкус, любовь к традициям. На занятиях плетения с рогозом, у воспитанников с особенностями интеллектуального развития, происходит формирование способностей осознавать, чувствовать, воспринимать красоту окружающего мира и природы, развивает воображение, фантазию, пробуждает любознательность и творческую активность, дает чувство уверенности в собственных силах. У воспитанников развивается мелкая моторика, что положительно влияет на развитие интеллекта, улучшает память и внимание.

Содержание и тематическое планирование.

3. Лозоплетение.

Умения, которые воспитанники приобретают на занятиях творческого труда, с успехом могут применяться ими в своей будущей самостоятельной жизни, т.к. плетеные изделия очень красивы и практичны, и встречаются практически во всех сферах жизни.

В процессе приобретаемых на занятиях по прикладному творчеству знаний у воспитанников формируются коммуникативные навыки, доброжелательность, сопереживание, взаимопомощь.

Материалы для плетения доступны, они произрастают рядом с нами: в саду, огороде, в лесу, в пойме рек.

Содержание и тематическое планирование.

4. Береста.

Художественная обработка бересты представляет собой целый спектр направлений: плетение, резьба, тиснение. Требуют определенных знаний и навыков, так же, заготовка, обработка и хранение бересты.

Особенностью направления работы с берестой является возможность познакомить воспитанников с ремеслом в условиях большого города, где затруднено пополнение запасов материала. Педагогом разработаны и подобраны такие изделия из бересты, которые, с одной стороны, не требуют больших затрат материала, с другой, позволяют детям получить достаточно полное представление об искусстве работы с берестой в целом.

5. Художественное конструирование.

Художественное конструирование предполагает аналитический характер деятельности, которое формирует способность к нестандартному мышлению.

Особенностью курса является то, что главный упор, с первых занятий, делается на развитие пространственно-объемного мышления воспитанников. Элементы скульптуры вводятся в самые первые занятия, как резьбы, так и лепки. Это дает возможность быстрого определения уровня врожденных способностей воспитанников, что помогает педагогу выделить наиболее актуальные темы. Одним словом, позволяет, не теряя времени, гибко расставлять акценты на более глубокое усвоение материала.

Содержание и тематическое планирование.

6, Начальное моделирование.

Для того чтобы подготовить подрастающее поколение к жизни в современных условиях, необходимо привить им технические знания, навыки, способности свободно ориентироваться в технически развитом обществе.

Направление начальное - моделирование, программы дополнительного образования «Через тернии к звездам», предусматривает работу с воспитанниками по развитию их технического мышления.

Содержание и тематическое планирование.

7. Швейное дело «Мини – ателье».

Заложить основы трудовой деятельности, навыки, которые пригодятся воспитанницам в будущей самостоятельной жизни. Занятия, через освоение навыков кройки и шитья, способствуют воспитанию и развитию творческой личности, умению планировать и анализировать собственную деятельность.

Содержание и тематическое планирование.

Практическим результатом каждого направления прикладного творчества является проявление интереса ребенком, приобретение необходимых ЗУНов и создание, им собственных работ, начиная с самых простых форм, и заканчивая большими, массовыми работами в группе воспитанников. Так же, немаловажно приобретение воспитанником умения и навыка презентовать собственное изделие.

Детей объединяет сам творческий процесс, обсуждение результатов, проведение выставок, выезды на различные конкурсы. На протяжении всего обучения ребята учатся анализировать и оценивать свою работу.

Методическое обеспечение.

Особенности работы в Студии «Творческие россыпи» является то, что в любом из выбранных направлений необходимо проявление таких качеств как:

внимание, усидчивость, концентрированность, фантазия. Работа требует планомерных и монотонных действий, умения анализировать и прогнозировать результат. Далеко не все воспитанники обладают этими качествами. Поэтому все этапы работы продуманы и выбраны наиболее рациональные и учитывающие особенности наших воспитанников.

Общая направленность обучения воспитанников по программе дополнительного образования в художественном направлении заключается в постепенном переходе от теоретических основ к практическим действиям, к их совершенствованию на базе теоретических знаний, планомерное прибавление вариативности технических способов, переходе от простых изделий до более сложных форм.

В Студии приходят воспитанники с разными характерами и разной степенью способностей. Отношение педагога должно быть направлено на позитивное и положительное взаимодействие с ребенком. Поощрение любых его достижений. Важно очень корректно относиться к ошибкам и неудачам ребенка, находя в каждом неуспехе положительные моменты.

Занятия в Студии построены таким образом, что теоретические основы даются группе воспитанников, а практическая часть ведется с каждым индивидуально, учитывая его способности, возможности и особенности личности.

Теоретическая часть включает в себя:

1. Вводную часть занятия: постановку текущих целей и объяснение задач.
2. Изложение нового материала, с проведением аналогий и взаимосвязей с ранее изученным, с показов новых способов, методов, технологий.
3. Проведение инструктажа по технике безопасности работы с материалом и инструментами.

Практическая часть строится на основе следующих принципов:

1. Возрастная адекватность и соответствие выбранного изделия способностям и возможностям ребенка;
2. Непрерывность образовательного процесса;

3. Направленность на максимально возможные достижения, индивидуализация;

4. Принципы самоактуализации, индивидуальности.

5. Свободы выбора.

6. Доверия и поддержки.

Технологии обучения.

Дополнительная образовательная программа предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий:

- традиционных (технология личностно-ориентированного и развивающего обучения, коллективного творчества и др.);

- современных (мозговой штурм, педагогическая мастерская).

1. Технология личностно-ориентированного обучения - Способность выразить свои мысли и идеи в изделии, способность доводить начатое дело до конца, способность реализовать себя в творчестве.

2. Здоровье сберегающие технологии - Способность управлять своим самочувствием и заботиться о своем здоровье.

3. Мозговой штурм - Способность творить, создавать нечто принципиально новое, не копируя кого-либо.

4. Технология коллективного творчества - Способность работать в группе, научиться видеть и уважать свой труд и труд своих сверстников, давать адекватную оценку и самооценку своей деятельности и деятельности других.

5. Проектная технология - Способность разрабатывать эскизы и макеты.

6. Технология развивающего обучения - Способность воплощать свои фантазии и идеи в изделии.

7. Педагогическая мастерская - Способность работать самостоятельно и творчески, презентовать собственную деятельность и ее результат.

Методы занятий.

1. Информационно-познавательные: беседа, рассказ, объяснение;

2. Наглядные (видеоматериал, наглядные пособия, пример);

3. Практические: репродуктивный метод, частично-репродуктивный, переход от простого к сложному;

4. Метод поощрения;
5. Метод соревнования;
6. Методы контроля и самоконтроля.
7. Диагностические методы;
8. Метод проектирования;
9. Частично-поисковый метод;
10. Исследовательский.

Формы занятий:

Формы работы определяются специфическими особенностями направлений.

В целом их можно разбить на несколько категорий:

- групповые и индивидуальные формы занятий;
- теоретические, практические, комбинированные.

Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: непосредственный вид деятельности спортивного или творческо-прикладного характера;

- Игры, соревнования, конкурсы, викторины, в том числе городского, краевого и российского масштаба;
- Самостоятельная творческая деятельность в студии ремесел «Творческие россыпи» по работе с природными материалами;
- Практические занятия по обучению бытовым навыкам (шитье, кулинария, столярное дело);
- Индивидуальная диагностика: анкетирование, тестирование, наблюдение;
- Тематические экскурсии, встречи с интересными людьми.

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

- оснащение студии ремесел «Творческие россыпи»:
- природный материал: солома, рогоз, береста, лоза.
- инструменты для работы с природным материалом:

- нож-косяк, дырокол, набор резцов, ленторез, шило прямое и изогнутое, штампы, секаторы, бокорезы, круглозубцы, прищепки, тиски, сверла, шпагат, иголки, нитки;
- инструменты для столярного дела, стамески, сверлильный станок, столярные верстаки, киянка, дрель ручная, рейсмус, пила, ножовка, рубанок, лобзик, штангенциркуль, шлифовальная машинка, электровыжигатель, молоток;
- инструменты для моделирования: бумага, картон белый и цветной, цветная бумага односторонняя и двусторонняя, гофрированная бумага, калька, миллиметровка, простые и цветные карандаши, ластик, маркеры, фломастеры, ножницы, циркуль, линейки;
- утюг, гладильная доска, ткань, портновские ножницы;
- бак для замачивания природного материала,
- лак, растворитель, кисти из щетины, клей ПВА, картон, калька, бумага, ватман;
- линейки, карандаши, треугольники,
- шаблоны, трафареты, эскизы, карточки с терминами и понятиями;
- швейные машинки, оверлок,
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия;
- рабочие столы, стулья, стол для раскраивания.

Литература

1. Федеральный закон «Об образовании» РФ № 272-ФЗ.
2. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Алексеев Н.А. (1996). Личностно-ориентированное обучение: вопросы теории и практики / Н.А. Алексеев – Тюмень: Изд-во Тюмен.ун-та..
4. Амонашвили Ш.А. (1996). Гуманно-личностный подход к детям. – М.:

Изд-во «Ин-т практической психологии».

5. Андреев В.и. (1988). Диалектика воспитания и самовоспитания творческой личности. – Казань: Изд-во Казанского ун-та.
6. Бальсевич В.К. (1996). Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - №1.
7. Егоркина Е.З. (2001). Программа «Спартианская семья» // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - №1.
8. Погадаев Г.И., “Настольная книга учителя физической культуры” -М.: Физкультура и спорт, 2000-496с.
9. Азарова (Вандяк) Р.Н. (2004). Организация досуговой деятельности молодежи в регионе и городе как фактор воспитания // Стратегия воспитания в образовательной системе России: подходы и проблемы // Под ред. И.А. Зимней. Изд. 2-е, доп. И перераб. – М.: Агентство «Издательский сервис». –
10. Мейтув П.Л., Буторин В.И. (1994). Развитие индивидуального творческого мышления. – М.: Изд-во агентства «ПАН».
11. Банников С.Е., Минязев Р.И., Босоногов А.Г., Стаин Н.А. Футбол: Учебно-методическое пособие. – Екатеринбург, 2006.
12. Шестаков М.М. Футбол: Комплектование команды на игру: Учебно-методическое пособие. – Краснодар, 1993
13. Амелин А.Н.. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 1982.
14. Барчукова Г.В., Воробьев В.А.. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2004.
15. Байгулов Ю.П. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 1979.
16. Образовательная программа «Пинг-понг» (2004г.) МОУ ДОД Дворец творчества детей и молодежи. Красноярский край, ЗАТО г. Железногорск,
17. Кеннет К. Коэн и Джоан Хайм. Руководство по йоге для детей (иллюстрации) Copyright © 2001-2007 А.П. ОЧАПОВСКИЙ - перевод, примечания, редакция.

18. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать

хип-хоп». Студия «Диваданс», С.-Петербург 2005г.

19. Машукова Ю.М. Степ-гимнастика в детском саду /научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4. 2009.

20. Степ-аэробика / журнал «Здоровье – спорт» №2. 2010.

21. Чудо-платформа / журнал «Обруч» № 6. 2008.

22. Волощин Г.Б., Воронов А.А. Занятия по техническому труду: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1985.

23. Во Гусарчук Д.И. 300 советов любителю художественной работы по дереву. М. 1976 г.ронов В.С. О крестьянском искусстве. М.1972.

24. Газорян С.С. Прекрасное-своими руками. М.Детлит, 1979.

25. Званцев М.П. Нижегородская резьба. М.1968.

26. Комарова Т.С. Методика обучения изобразительной деятельности конструированию. М.Просвещение, 1985.

27. Караманский С.А. Плетеные изделия. – М.»Экология», 1992.

28. Каплан Н.И., Митлянская Т.В. Народные художественные промыслы. М.Просвещение 2001.

29. Как шить красиво. Полный курс кройки и шитья. Иосква. «Внешсигма», 2000.

30. Кискальт И. Соленое тесто. – М. АСР Пресс, 2001.

31. Козлов В.С. Плетение из ивового прута, М.Культура и традиции, 2001.

32. Кочев М.С. «Секреты бересты», Сыктывкар, 2000.