



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 217  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
имени Н.А. Алексева  
(ГБОУ школа № 217)**

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
решение от 29.08.2017  
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от 01.09.2017 № 42/1-09  
Директор ГБОУ школа № 217  
С.Н.Калиберда С.Н.Калиберда

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«ОФП»**

Возраст учащихся: 7-11 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор(ы) / разработчик(и) программы:

педагог дополнительного образования  
**Темкин Вениамин Яковлевич**

## Пояснительная записка.

Направленность данной программы – *физкультурно-спортивная*.

Современные условия жизни общества с непрерывно растущими нервно-психическими нагрузками, социальными стрессами, отсутствие чётких нравственных ориентиров формируют ту обстановку, в контексте которой необходимо решать проблему здоровья. Нарастающая напряжённость ситуации требует формирования такого подхода к здоровью, который включал бы в качестве основы использование внутренних возможностей организма, позволял бы активно управлять развитием его адаптационных возможностей, обеспечивая устойчивость к влияниям различных стресс-факторов. Таким образом, занятия по программе общей физической подготовки являются хорошей школой физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и закалывания детей, развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучения разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических упражнений.

**Актуальность** разработанной программы связана с тем, что за последние десятилетие в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей как дошкольного, так и школьного возраста. Законы и подзаконные акты, принятые Законодательным собранием Санкт-Петербурга и утверждённые Правительством города, содержат указания на роль системы образования в решении проблемы здоровья детей и подростков.

**Новизна** программы состоит в идее гармоничного сочетания современных оздоровительных технологий: элементов спортивного ориентирования, пешие прогулки с использованием спортивных карт, классических оздоровительных методик и общефизической подготовки.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена тем, что физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа направлена на разностороннюю физическую подготовку обучающихся. Внедрение инновационных технологий обучения в общеобразовательную школу сопровождается интенсификацией учебного процесса, что не всегда адекватно функциональным и адаптивным возможностям школьника. Физиологическая цена школьных перегрузок хорошо известна – развитие астенических состояний, ухудшение зрения, обострение хронических заболеваний. В этих условиях повышается роль педагога дополнительного образования в решении проблемы сохранения, укрепления и формирования здоровья учащихся.

Важное место в становлении позитивной «Я – концепции» занимает выделение роли здорового стиля жизнедеятельности, так как он является самым мощным «вкладом» в формирование здоровья. Нормальное развитие и функционирование

человека возможны в том случае, если у него сформировано позитивное отношение к самому себе и к своему здоровью.

Занятия в секции ОФП с оздоровительной направленностью является уникальной естественной средой для формирования позитивной «Я – концепции», так как приближает человека к действительности (могу - не могу), формирует адекватную самооценку, избавляет от неуверенности в себе, способствует самоконтролю, а также позволяет избегать рисков, опасных для здоровья, помогает приобретать полезные навыки и привычки.

Большая часть детей компенсирует «двигательную неуспешность» усилением активности в компьютерных играх. Противостоят этому могут более яркие и захватывающие социально ориентирующие игры физкультурно-спортивной направленности. Для младших школьников – это «Весёлые старты», спортивные праздники, применение адаптированных методик (элементы фитнеса, сказочные сюжеты и игры).

В программу входят профилактические и оздоровительные методики: специально подобранные физические упражнения, упражнения для релаксации, игровые упражнения и т.д., – направленные на предотвращение функциональных нарушений со стороны органов и систем организма, профилактику утомления и нервно-психического перенапряжения. А также даются рекомендации родителям по оздоровлению детей в домашних условиях: самостоятельным занятиям оздоровительной гимнастикой, закаливанию.

**Цель программы:** оздоровление учащихся путём повышение психической и физической подготовленности школьников к постоянно меняющимся условиям современной действительности.

В процессе обучения ребёнок воспринимает информацию – основную и дополнительную, решает определенные задачи, контролирует качество исполнения, вносит коррективы. Особая роль педагога состоит в правильном выборе методов и приёмов обучения, которые должны соответствовать предыдущему опыту учащегося, его знаниям и умениям.

Ввиду интенсивности биологического развития ребёнка, к нему необходим индивидуальный подход, который и обуславливает **задачи программы:**

**Образовательные:**

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- формировать правильную осанку;
- обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- формировать у детей навыки здорового образа жизни.

## **Развивающие:**

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

## **Воспитательные:**

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
- формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

## **Оздоровительные:**

- улучшать функциональное состояние организма;
- повышать физическую и умственную работоспособность;
- способствовать снижению заболеваемости.

**Отличительной особенностью** программы является применение современных оздоровительных технологий: биологической обратной связи (БОС), элементы спортивного ориентирования. Программа объединяет физкультурное и оздоровительное направления. Предполагается не только формирование знаний и навыков, способствующих физическому развитию и укреплению здоровья, но и обучение комплексам специальных упражнений, релаксации. Эффективность занятий определяется физической подготовленностью (уровнем роста показателей физической подготовленности по результатам регулярного тестирования).

## ***Организационно-педагогические условия реализации программы:***

***Сроки реализации программы – 1 год.***

***Объём программы: 144 часа.***

***Формы и режим занятий:*** формы организации детей на занятии- групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая. Режим занятия- занятия проводятся ***2 часа в неделю***

### **Формы проведения занятий:**

- практическая;
- комбинированная;
- соревновательная.

**Адресат программы:** программа ОФП (раздел – оздоровительная гимнастика для детей младшего школьного возраста с элементами подвижных игр) рассчитана на детей в возрасте: **7-11 лет**.

В группу принимаются дети на добровольной основе после прохождения медицинского осмотра по состоянию здоровья и с предоставлением письменного заявления родителей.

Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий ОФП, с элементами игрового стрейтчинга, игровых комплексов: путём игру в «сказку», участие детей в «весёлых стартах» и праздниках.

**Кадровое обеспечение программы:** программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

### **Материально-техническое обеспечение:**

- оснащение спортивного зала;
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии;
- спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, мячи, кубики, кегли).

### **Планируемые результаты.**

В результате освоения программы по ОФП оздоровительной направленности и подвижным играм учащиеся должны достигнуть следующего уровня.

#### **Личностные:**

- 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.

### **Предметные:**

- знать об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;
- знать о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля деятельности этих систем;
- иметь представление о способах и особенностях движений, передвижений;
- знать о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- знать об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;
- знать о причинах травматизма и правилах предупреждения.

### **Метапредметные:**

- 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 учётом требований её 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.

### Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество		
			теория	Практика
<b>I</b>	<b>Основы знаний.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
1	Вводное занятие.	2	2	
2	Здоровье и физическое развитие человека. Образ жизни как фактор здоровья.	1	1	
3	Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье.	1	1	
<b>II</b>	<b>Специальная физическая подготовка.</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
4	Кроссовая подготовка.	2	0,5	1,5
5	Техника бега и прыжков.	2	0,5	1,5
6	Силовая подготовка.	4	2	2
<b>III</b>	<b>Гимнастика</b>	<b>28</b>	<b>1</b>	<b>27</b>
7	Силовые упражнения.	6		6
8	Развитие гибкости.	6		6
9	Упражнения в равновесии.	4		4
10	Упражнения с гимнастическими снарядами.	12	1	11
<b>IV</b>	<b>Общая физическая подготовка.</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
11	Развитие физических качеств: сила, ловкость, выносливость, быстрота.	8	1	7
12	Комплекс общеразвивающих упражнений.	12		12
13	Подвижные игры.	8	1	7
<b>V</b>	<b>Контрольные испытания.</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
14	Итоговое занятие.	2	0	2
<b>Итого часов</b>		В течение года		
		<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 217  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
имени Н.А. Алексеева  
(ГБОУ школа № 217)**

Утвержден

Приказом директора

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

Директор ГБОУ школа № 217

\_\_\_\_\_  
С.Н.Калиберда

**Календарный учебный график**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

**«ОФП»**

на \_\_\_\_\_ 2017-2018 \_\_\_\_\_ учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2017	25.05.2018	36	36	144	1 раз в неделю по 2 часа

**Режим работы в период школьных каникул.**

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая и дистанционная форма работы, выставка творческих работ.



## Рабочая программа

**Цель программы:** оздоровление учащихся путём повышение психической и физической подготовленности школьников к постоянно меняющимся условиям современной действительности.

Ввиду интенсивности биологического развития ребёнка, к нему необходим индивидуальный подход, который и обуславливает **задачи программы:**

### Образовательные:

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- формировать правильную осанку;
- обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- формировать у детей навыки здорового образа жизни

### Развивающие:

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

### Воспитательные:

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
- формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

### Оздоровительные:

- улучшать функциональное состояние организма;
- повышать физическую и умственную работоспособность;
- способствовать снижению заболеваемости.

# Содержание программы

## I. Основы знаний.

### Тема №1. Вводное занятие.

Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома.

### Тема №2. Здоровье и физическое развитие человека.

#### Образ жизни как фактор здоровья.

Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. В основе оценки физического развития лежат параметры роста, массы тела, пропорции развития отдельных частей тела, а также степень развития функциональных способностей его организма:

- для соматического и физического здоровья – я могу;
- для психического – я хочу;
- для нравственного – я должен.

Важнейшими факторами, влияющими на здоровье, являются:

- образ жизни;
- питание;
- оздоровительная гимнастика;
- экология.

Беседа: «О профилактике простудных заболеваний»

### Тема №3. Влияние физических упражнений на организм человека.

#### Закаливание и здоровье.

Развитая мышечная система – свидетельство хорошего состояния здоровья человека. Окружающая среда становится все более и более агрессивной по отношению к нам с вами. Увеличивается количество новых вирусов, ухудшается экология. Единственное, что может помочь в такой ситуации – закаливание организма.

## II. Специальная физическая подготовка.

### Тема №1. Кроссовая подготовка

**Теория.** Положение тела, постановка стопы, положение рук во время бега.

**Практические занятия.** Комплексы беговых и прыжковых упражнений, упражнения с использованием спортивных снарядов.

### Тема №2. Техника бега и прыжков.

**Теория.** Показ слайдов бега и прыжков ведущих спортсменов.

**Практические занятия.** Ускорения, длительный бег, многоскоки прыжки с преодолением препятствий.

### Тема №3. Силовая подготовка.

**Теория.** Что такое осанка? Что влияет на формирование осанки? Краткие сведения из анатомии; рассказ о позвоночнике и его функциях, профилактика нарушений осанки.

**Практические занятия.** Упражнения в висе на перекладине, подтягивание на низкой перекладине, отжимание от пола, упражнения с набивными мячами.

Создание мышечного «корсета», за счет развития мышц разгибателей спины, мышц брюшного пресса и косых мышц живота.

Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства» (упражнения у вертикальной стены, стоя перед зеркалом). Комплексы упражнений для формирования правильной осанки.

### **III. Гимнастика.**

#### **Тема №1. Силовые упражнения.**

**Теория.** Показ использования гантель, эспандера, резинового жгута при выполнении упражнений с нагрузкой.

**Практические занятия.** Упражнения на группы мышц плечевого пояса, брюшного пресса, мышц спины и ног.

#### **Тема №2 Развитие гибкости.**

**Теория.** Показ и рассказ о спортивной гимнастике, что такое гибкость и для чего она нужна.

**Практические занятия.** Комплекс упражнений на гибкость с использованием гимнастических матов, гимнастической лестницы, гимнастической палки.

Упражнения на растяжки, наклоны.

#### **Тема №3 Упражнения в равновесии**

**Теория.** Показ на примерах для чего используется равновесие.

**Практические занятия.** Упражнения: "ласточка", стойки на правой и левой ноге в положении нога вперед. Прохождение полосы препятствий. Бревно.

#### **Тема №4 Упражнения с гимнастическими снарядами.**

**Теория.** Правила пользования гимнастическими снарядами. Техника безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.

**Практические занятия.** Упражнения на низком (30 см) бревне: проход на носочках, проход приставным шагом, передвижение боком, повороты. Упражнения на гимнастической скамейке: отжимание в упоре, перешагивание с подъемом бедра, перепрыгивание с двух ног. Упражнения на перекладине: вис прогнувшись и согнувшись, вис в группировке.

### **IV. Общая физическая подготовка.**

#### **Тема №1. Развитие физических качеств: сила, ловкость, выносливость, быстрота.**

**Теория.** Физические качества: сила, ловкость, выносливость, быстрота.

**Практические занятия.** Разминка, комплексы упражнений на развитие основных двигательных качеств с использованием спортивного инвентаря: гантели, скакалки, мячи, гимнастические палки, диск «Здоровье». ОРУ на координацию в сочетании с ходьбой и бегом, челночный бег 3X10 м. Прыжки через скакалку. Подсчёт частоты пульса после физического нагрузки и в состоянии покоя.

Игры: «Салочки», «Третий лишний», «Поезд с арбузами», «Чей красивее прыжок?», «Послушный мяч», «Ловишки с мячом», «Удочка», «Казачьи разбойники», «Мы весёлые ребята».

#### **Тема №2. Комплекс общеразвивающих упражнений.**

**Теория.** Техника безопасности при выполнении упражнений с мячами разного диаметра.

**Практические занятия.** Броски, ловля и передача мяча. Жонглирование. Комплексы упражнений с теннисными и резиновыми (волейбольными) мячами. Метание в вертикальную цель. Игры и эстафеты с мячами.

### **Тема №3 Подвижные игры.**

**Теория.** Изучение правил игр.

**Практические занятия.** Подвижные игры: «Перестрелка», «Снайпер», «Не давай мяч водящему», «Достань мяч», «Мяч ловцу», «Гонка мячей» и игры с элементами волейбола и баскетбола.

### **V. Контрольные испытания.**

**Теория.** Правила выполнения контрольных испытаний.

**Практические испытания.** Контроль развития двигательных качеств:

- поднимание туловища;
- прыжки через скакалку;
- наклон к ногам сидя;
- прыжки в длину с места;
- челночный бег 3X10 м.

### **Итоговое занятие.**

Техника безопасности во время летних каникул. Подвижно-дидактическая игра «Физкульт-лото». Объяснение правил игры.

### **Планируемые результаты.**

В результате освоения программы по ОФП оздоровительной направленности и подвижным играм учащиеся должны достигнуть следующего уровня.

#### **Личностные:**

- 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.

#### **Предметные:**

- знать об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;
- знать о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля деятельности этих систем;

- иметь представление о способах и особенностях движений, передвижений;
- знать о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- знать об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;
- знать о причинах травматизма и правилах предупреждения.

### **Метапредметные:**

- 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 учётом требований её 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.

## **Оценочные и методические материалы.**

**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 состояния здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.

**Итоги реализации программы:**

- беседы,
- выполнение контрольных упражнений (тестов),
- праздников «Здоровья».

**Формы занятий:**

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП, игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

**Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:**

- Эффективность реализации программы.
- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование).

## Список литературы.

### Литература для детей:

1. Детские подвижные игры. / Сост .В.И.Гришков. – Новосибирск: Новосибирское книжное издательство, 1992. – 96 с.
2. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994. – 288 с., ил. + цв. приложения, 32 с.
3. Хамзин Х. Сохранить осанку – сберечь здоровье. – М.: «Знание», 1980.
4. Шефер И.В. Дружи с гимнастикой. – М.: Физкультура и спорт, 1976.

### Литература для педагога:

1. Васильков Г.А. Гимнастика в режиме для школьников. Пособие для учителей и родителей. Изд.2-е, перераб. и доп. – М.: «Просвещение», 1976.
2. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 109 с., ил. – (Физкультура и здоровье).
3. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.- (Б-ка учителя начальной школы).
4. Красикова И.С, Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2-е изд. – СПб.: КОРОНА принт., 2003. – 176 с.: ил.
5. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб: Издательский центр «Учитель и ученик», 2002. – 128 с.: ил.
6. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений /С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.; Под ред. С.Н.Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 416 с.
7. Овсянников В.Д. Дыхательная гимнастика. – М.:Знание, 1986. -64с.- (Новое в жизни, науке, технике. Сер. «Физкультура и спорт»;№3)
8. Оздоровление детей в организованных коллективах: Практическое руководство/ Ред. С.Д.Соловей. – С.-Петербург: Ривьера, 1995,214с.
9. Потапчук А.А, Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. – СПб: Речь, 2001. – 166 с.
10. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2003. - 144с.
11. Хрипкова О.Г. и др. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. ин-тов. /А.Г.Хрипкова, М.В.Антропова, Д.А.Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.
12. Физическая культура. Система работы с учащимися специальных медицинских групп: рекомендации, планирование, программы/авт.-сост. А.Н.Кайнов, И.Ю. Шалаева - \_Волгоград: Учитель,2009.- 185 с.

**План воспитательной работы  
с уч-ся объединения «ОФП»**

<b>№</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Номер группы</b>	<b>сроки</b>	<b>Место проведения</b>	<b>примечания</b>
1	Входная диагностика	1	сентябрь	Школа 217	
2	Промежуточная диагностика	1	декабрь	Школа 217	
3	Итоговая диагностика	1	апрель	Школа 217	



## План работы с родителями

<b>№</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Номер группы</b>	<b>сроки</b>	<b>Место проведения</b>	<b>примечания</b>
1	Общее родительское собрание. Анкетирование.	1	сентябрь	Школа 217	
2	Открытое занятие	1	январь	Школа 217	
3	Родительское собрание	1	май	Школа 217	
4	Мониторинг родительского мнения о результативности работы объединения	1	В течение II полугодия	Школа 217	