

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«АЛЧЕВСКИЙ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»**

Проектная работа

***Тема: «Современный урок физической культуры в
реализации требований ФГОС».***

Выполнил: Шрамков Олег Олегович

Должность: учитель физической культуры

I квалификационной категории

2024г.

Аннотация

В условиях введения федерального государственного образовательного стандарта общего образования коренным образом меняется содержание образования по предмету «Физическая культура», которое направлено на формирование компетентной, физически культурной, деятельностной личности обучающихся. Результатами обучения должны стать личностные, метапредметные и предметные достижения обучающихся, формируемые посредством освоения физкультурной деятельности, в т. ч. универсальных учебных действий. Обновление содержания образования меняет взгляд на технологии основной формы обучения – урока физической культуры. Это определяет усиление требований к уровню профессиональной компетентности учителя физической культуры. При этом одним из ключевых направлений учебного процесса является освоение педагогами технологий проектирования и реализации урока в соответствии с требованиями ФГОС. В решении этих важных задач ведущая роль принадлежит учителю и зависит от его профессионализма и компетентности.

Обоснование необходимости проекта

Проектирование учителем физической культуры учебного процесса в условиях новых требований предусматривает иные подходы не только к планированию образовательных результатов, но и к отбору содержания, методов, форм и технологий обучения. Задача учителя состоит в поиске и использовании новых, более эффективных видов деятельности учащихся, ориентированных на достижение современных образовательных результатов в сфере физической культуры. Результатом совершенствования профессиональной компетентности учителей физической культуры становится освоение технологий проектирования урока в деятельностной, развивающей модели обучения. Построение учебного процесса кардинально меняет роли и характер современного взаимодействия его участников, который отражается в принципах педагогики сотрудничества. К числу таких принципов относятся: демократичность (свобода выбора, равноправие, личностный характер

отношений); открытость (отказ от традиционного ролевого взаимодействия, свобода критики); альтернативность (множественность содержаний и способов деятельности); диалогичность (полилогичность); рефлексивность (осознание смыслов, целей, содержания и способов деятельности, а также своей роли и значимости в данном процессе взаимодействия). В такой среде достигается понимание и признание учителем ученика как равноправного, активного субъекта, соучастника важнейшего жизненного события под названием «урок».

Учебный процесс и основная его форма – урок в современной образовательной среде строится как интегрированная система, состоящая из многих компонентов, важнейшим качеством которой является целостность. Исходя из технологических этапов проектирования урока, определены следующие компоненты:

- анализ и планирование новых образовательных результатов (целей) урока (личностных, метапредметных, предметных) и задач;
- подбор видов учебной деятельности, обеспечивающих достижение новых образовательных результатов;
- выбор средств обучения и оценивания, обеспечивающих реализацию видов учебной деятельности для достижения новых образовательных результатов.

В настоящее время подход к определению цели (целей) урока физической культуры изменился. Так, цель (цели) урока должна выводиться из заданной в программе по предмету, соответствующей требованиям ФГОС, планируемых результатов, т. е. должна включать формирование тех или иных умений. При этом необходимо учитывать, формирование каких видов универсальных учебных действий (УУД) предусматривает освоение данной темы урока. В целях урока умения должны быть обозначены таким образом, чтобы их можно было легко проверить. Для осуществления процедуры целеполагания урока физической культуры предлагается следующий алгоритм действий:

1. Определить тему урока в избранном классе в соответствии с программой обучения и тематическим планированием, ознакомиться с материалом учебника и методических пособий.

2. Определить, на какие «планируемые результаты» ориентировано содержание урока, и исходя из этого сформулировать предметную и метапредметную цели урока. Личностный результат зачастую не формулируется как цель урока, т. к. не может быть достигнут за столь короткое время, которым располагает отдельный урок. Личностный результат рассматривается и измеряется в более долгосрочных проектах и программах обучения.

3. Определить, какие предметные действия следует включить в содержание урока, для того чтобы способствовать формированию общего умения, сформулированного в «планируемых результатах» и обозначить их в качестве предметных «планируемых достижений» (задач).

4. Выделить из программы универсальные учебные действия (УУД), формируемые на данном этапе обучения и обозначить их в качестве метапредметных «планируемых достижений» (задач).

5. Зафиксировать выделенные цели и планируемые достижения (задачи) в проекте урока.

Вся учебная деятельность на уроке должна быть представлена как система неких учебных задач. Эти учебные задачи даются учителем через создание определённых учебных ситуаций, которые и предполагают осуществление учащимися определённых универсальных учебных действий.

Учебная ситуация рассматривается как организация учебной деятельности, её технология, в которой обучаемые (возможно с помощью учителя) не только обнаруживают предмет своего действия, но и решают конкретные задачи, направленные на выработку ключевых компетенций (сравнение, установление взаимосвязей, определение причин и следствий, решение противоречий и др.) В ходе освоения учителями физической культуры технологий проектирования урока физической культуры в деятельностной модели обучения предлагается опираться на следующую классификацию типов учебных ситуаций для построения учебной деятельности на уроке:

— ситуация-проблема — прототип реальной проблемы, которая требует оперативного решения (вырабатывается умение находить оптимальное решение);

- ситуация-оценка – прототип реальной ситуации с готовым предлагаемым решением, которое следует оценить, а затем предложить своё адекватное решение;
- ситуация-иллюстрация – прообраз жизненной ситуации, которая включается в качестве факта в учебный материал (визуальная образная ситуация, представленная средствами электронных образовательных ресурсов, которая вырабатывает умение находить более простой и целесообразный способ её решения);
- ситуация-тренинг – образец стандартной или другой ситуации (предлагается описать или (и) решить ситуацию).

По содержанию учебная ситуация может быть нейтральной или проблемной. Создание проблемной ситуации предполагает наличие проблемы, когда присутствует противоречие, столкновение нового (неизвестного) и известного (данного), того, что уже умеет учащийся, и что ещё не умеет, того, что научно доказано, но не применяется в практике и т. д. В рамках реализации деятельностного подхода в обучении именно создание учебной проблемной ситуации является «пусковым механизмом» осуществляемой учащимися на уроке деятельности. Учебная проблема способствует мотивированию учащихся к предстоящему процессу обучения, превращает его в процесс учения, раскрывает для детей смысловую значимость происходящего на уроке события, даёт возможность быть равноправными участниками учебного процесса и ответственными за его результат. По мнению нейрофизиологов, процедура мотивирования стимулирует в организме детей выброс гормона дофамина, что делает процесс обучения более интересным и эмоционально положительным, вызывающим чувство удовольствия. Структура учебной деятельности включает: учебные ситуации (или задачи), учебные действия, действия контроля и оценки. То есть для того, чтобы ученик включился в деятельность в рамках урока, он должен осознать цель (планируемые достижения), способ (метод и средства) достижения цели и получаемый результат. Наиболее целесообразно при построении урока физической культуры выделить соответствующие структурные элементы деятельности в качестве его этапов.

При проектировании урока физической культуры в деятельностной модели обучения среди многообразия структур уроков можно предложить следующую структуру урока.

Этапы урока и их краткое содержание

1. Самоопределение к деятельности (организационный момент). Задача: осознание учащимися смысла и значимости предстоящей учебной деятельности, возникновение положительной эмоциональной направленности.

2. Актуализация знаний и умений. Задача: повторение изученного материала, необходимого для освоения нового знания и умения, выявление имеющихся затруднений, проблем.

3. Постановка учебной задачи. Задача: обсуждение имеющихся затруднений, проговаривание цели урока в виде вопроса или практической задачи, на которые предстоит найти ответ в виде темы урока.

4. «Открытие» нового знания и умения (предложения как выйти из затруднительной ситуации). Задача: решение учебной задачи, обсуждение путей её решения в групповом (парном) диалоге.

5. Первичное закрепление. Задача: практическое выполнение продуктивных вариантов решения учебной проблемы, их комментирование.

6. Самостоятельная работа с проверкой по эталону. Задача: каждый должен сделать для себя вывод о том, что он уже умеет через самоконтроль и самооценку.

7. Включение нового знания и умения в систему знаний и умений, их повторение. Задача: закрепление и использование нового материала вместе с изученным ранее.

8. Рефлексия деятельности (итог урока).
Задача: осознание учащимися своей выполненной деятельности, оценка результатов деятельности своей и одноклассников.

Необходимо отметить, что для построения урока физической культуры деятельностная модель является действительно инновационной и требует

серьёзного осмысления и процедуры модифицирования со стороны педагогов, в соответствии с типом и направленностью урока, а также, поставленными целями и задачами.

Проблема современного состояния физической культуры состоит в том, что модернизация российского образования принесла в школу много значительных изменений как для учеников, так и для учителей.

Традиционный урок физической культуры решает в основном две задачи: оздоровительную, тренирующую. Поэтому определяющим в модернизации физического образования является повышение общего образовательного потенциала предмета физической культуры. Из-за недостаточности внимания к общей образовательной направленности произошло его "выпадение" из системы основного общего образования. По требованиям ФГОС универсальные учебные действия (УУД) должны формироваться на всех учебных предметах без исключения. Поэтому современный урок физической культуры должен стать инструментом для реализации требований ФГОС наряду с другими школьными предметами.

Жизнь диктует нам свои условия, меняются дети, так, как в современном информационном мире у них больше возможностей получать информацию не от учителя, а в интернете, меняются технологии обучения и требования к учебным предметам. Поэтому возникла необходимость планировать свою педагогическую деятельность в соответствии с требованием ФГОС второго поколения. И уже не в виде эксперимента, а на каждом уроке формировать УУД в соответствии с требованиями ФГОС.

В настоящее время в России идет становление новой системы образования, ориентированной на вхождение в мировое образовательное пространство. Этот процесс сопровождается существенными изменениями в педагогической теории и практике. Изменились цели образования - результатом обучения должен стать ученик, способный создавать собственный продукт, в процессе которого он овладевает действиями по его созданию.

Цель образования по ФГОС: общекультурное, личностное, познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как

умение учиться, обеспечивающее школьникам способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Это достигается путем сознательного, активного присвоения учащимися социального опыта.

Если рассматривать урок как инструмент реализации требований ФГОС, то возникает много вопросов по его реализации.

Трудности в реализации ФГОС в области физической культуры отражается сразу в базовом противоречии образовательной области:

- укреплять здоровье школьников, или
- обучать школьников самим укреплять своё здоровье.

Противоречие в основных дидактических линиях предмета ФК:

В.И.Лях. А.А. Зданевич

А.П. Матвеев

Теоретическое обоснование

Концепция сенситивных периодов

Концепция ведущего вида деятельности

Целевая направленность

Развитие физических качеств

Развитие интереса к занятиям ФК

Учебный предмет

Физическая подготовка

Двигательная деятельность

Обе программы имеют место быть, и задача учителя ФК выбрать наиболее подходящий материал для составления своей рабочей программы по предмету физическая культура.

Проблемы и противоречия

В образовательной практике возникло много трудностей, с которыми сталкивается каждый учитель во время проведения уроков ФК. Это состояние здоровья учащихся, травматизм. Трудности также связаны с недостаточным развитием у обучающихся УУД:

- нежелание слушать задание, понимать цель его выполнения, неумением работать в команде, группе.

- учащиеся не обращают внимание на ключевые моменты в изучаемом ДД и не могут сравнить уже с изученными движениями и др. В связи с этим, выполнение движения происходит неточно, детали техники игнорируются, либо находятся причины для невыполнения, что приводит к снижению качества образования по предмету ФК.

- ученик теряет интерес к урокам ФК если урок проводится "вслепую" без индивидуального подхода;

- противоречие между результатом и процессом физического воспитания в школе;

- сложность заключается в том, что урок ФК должен обладать высоким уровнем моторной плотности, а в случае использования материалов по формированию УУД, уже разработанных в современной науке и практике, необходимо осуществлять вынужденные простои. Следовательно, для того, чтобы уроки ФК не выпали из общей направленности образовательного процесса, и одновременно с этим решали узкопредметные задачи ФК, необходимо разработать методику, т.е. выявить методы и приёмы, при помощи которых можно осуществлять формирование УУД у учащихся без ущерба для основных задач уроков ФК.

Для решения проблемных вопросов и противоречий я провела следующую работу: изучила нормативную базу по ФГОС второго поколения, обучалась на курсах повышения квалификации, посещала уроки коллег по ФК и другим общим образовательным дисциплинам, использовала интернет ресурсы.

В стремительно меняющемся открытом мире главным профессиональным качеством, которое учитель должен постоянно демонстрировать своим ученикам, становится умение учиться. Готовность к переменам, мобильность, способность к нестандартным решениям - все эти характеристики деятельности успешного профессионала в полной мере относятся к учителю. Обретение этих ценных качеств не возможно без расширения педагогического творчества.

Учитель - ключевая фигура реформирования образования.

Цель образования в области ФК - в условиях рыночного пути развития общества воспитание физически развитой личности, способной творчески

использовать ценности ФК для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности, организации индивидуального отдыха и досуга.

Урок ФК- педагогический целенаправленный учебный процесс взаимодействия учителя и учащихся, основой которого является двигательная деятельность.

Структура современного урока ФК - это совокупность вариантов взаимодействия между частями урока, возникающая в процессе обучения и обеспечивающаяся его целенаправленной деятельностью.

Понятие УУД - означают умение учиться, т.е способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

Функции УУД:

- обеспечение возможностей учащегося самостоятельно осуществлять деятельность учения, ставить учебные цели, искать и использовать необходимые средства и способы их достижения, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- создание условий для гармоничного развития личности и её самореализации на основе готовности к непрерывному образованию;
- обеспечение успешного усвоения знаний, формирование умений, навыков и компетентности в любой предметной области.
- формирование универсальных учебных действий средствами ФК осуществляемых на основе ФГОС.

- В настоящее время основным нормативным документом, на котором строятся и проектируются результаты обучения, является ФГОС второго поколения. Новый стандарт предъявляет следующие требования к результатам обучения. Для того, чтобы обеспечить такие результаты, в фундаментальном ядре содержания основного общего образования предусмотрены:

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых, национальных ценностей.

Предметные результаты - через формирование основных элементов научного знания.

Метапредметные результаты - через универсальные учебные действия (УУД)

Результаты освоения предмета физическая культура.

Актуальность реализации данного проекта объясняется необходимостью разрешения базовых противоречий образовательной областью физическая культура и организацией работы физического воспитания.

Миссия школы

Воспитание здорового гражданина России.

Цель работы

Развитие личности через формирование УУД, приобщение учащихся к основам ЗОЖ и творческой самостоятельности.

Поставленной целью обусловлены следующие задачи

1. Построить свою педагогическую деятельность на основе педагогической практики и требований ФГОС.
2. Формировать предметные, личностные и метапредметные результаты, что способствует развитию личности ребенка в различных областях жизнедеятельности.
3. Формировать УУД средствами ФК
4. Обучить учащегося способам самостоятельному поиску необходимой информации для освоения новых двигательных действий.
5. Развить индивидуальные способности ученика и создать условия для их самосовершенствования средствами ФК.
6. Помочь ученику стать автором своего физического состояния.
7. Научить сравнивать результат и цель и осуществлять самооценку.
8. Научить искать свои способы решения проблемной ситуации в двигательной деятельности (рефлексия).
9. Создавать условия для мотивации к занятию ФК, спортом и ЗОЖ.
10. С помощью контрольных точек и знакомых с детства предметов обучить различным двигательным действиям.

Гипотеза

Формирование УУД будет успешным при учете индивидуальных физических способностей, комплексного подхода и организации уроков ФК с применением технологий системно - деятельного обучения.

Участники реализации проекта

Учитель физической культуры, учащиеся школы, классные руководители, родители, медицинские работники.

Инновационность проекта

1. Современный урок ФК будет успешным при реализации требований ФГОС второго поколения;
2. Использование технологий здоровьесбережения, системно - деятельного подхода для самореализации учащихся и их успешной социализации;
3. Составление рабочей программы по ФК с учетом требований стандарта второго поколения;
4. Создание условий к мотивации школьников с целью укрепления своего здоровья.

Механизм реализации проекта

1. Срок реализации проекта - 5 лет, т.к. учащиеся 5-х классов будут являться первыми выпускниками, кто обучался по программе ФГОС в основной школе;
2. Анализ специальной методической литературы и методических пособий выпущенных ведущими ВУЗами;
3. Совершенствование уровня педагогической компетенции по ФГОС с помощью курсов повышения квалификации, семинаров- практикумов по реализации ФГОС;
4. Построение организации работы по формированию УУД на уроках физической культуры на основе педагогической науки, педагогической практики и стандартов второго поколения;

5. Считаю, что не нужно изобретать новые средства физического воспитания, в основе которого находится ДД. Урок необходимо организовать по - новому, обращаясь к разуму учащихся, к их ощущениям. Приоритет необходимо отдать самостоятельности (там, где это возможно и безопасно) так, чтобы они не заучивали готовые материалы, а сами решали задачи, связанные с двигательной деятельностью.

6. Считаю необходимым учить не только механически повторять ДД, а выполнять задание, исходя из словесного описания.

7. Необходимо изучение личности каждого ученика, чем он занимается, как учится и какие у него проблемы и достижения.

8. Формирование двигательного действия через моделирование знакомых с детства предметов с целью выполнения технически правильно физических упражнений.

9. Выявления контрольных точек отдельных элементов для успешного освоения техники ДД. Инструмент "контрольные точки" позволяет оценить целостное ДД через расположение его на фазы и опорные положения частей тела. Особенно эффективна эта технология при обучении новому ДД. На основе методики профессора кафедры ТМФК ПГГПУ Тихонова А.М.

10. Строить свою педагогическую деятельность на основе здоровьесберегающей деятельности, системно - деятельностного и личностно - ориентированного подходов:

- Диагностика уровня физического состояния учащихся (медицинские группы здоровья).
- Мониторинг физического состояния детей (комплексная оценка функционального состояния школьников), аппаратное обеспечение, институт НИИ" Охрана детей и подростков" г. Москва.
- Моделирование и анализ жизненных ситуаций на уроках ФК.
- Вовлечение учащихся в игровую, оценочно - дискуссионную, рефлексивную деятельность.
- Анализ современных общественных явлений и событий.
- Формирование метапредметных результатов через УУД.

- Индивидуализация - максимальное развитие природных способностей ребенка.

11. Взаимодействие с классным руководителем, родителями с целью дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся на уроках ФК.

Ожидаемый результат:

1. Готовность учителя к реализации ФГОС основного общего образования на уроках физической культуры.
2. Личностный и профессиональный рост педагога, овладение необходимыми компетенциями для реализации требованиям ФГОС
3. Готовность и способность применять современные технологии реализации системно - деятельного подхода физической культуры в основной школе, формы и методы урочной деятельности учащихся организованно в рамках содержания предмета ФК.
4. Сформировать у учащихся УУД на каждом уроке физической культуры на основе требований ФГОС второго поколения.
5. Повышение уровня самостоятельной мотивации учащихся к урокам ФК и ЗОЖ.
6. Развитие личностных качеств учащихся через формирование УУД.
7. Улучшение физического здоровья школьников.
8. Успешное выступление учащихся на соревнованиях различного уровня.
9. Улучшение результата физической подготовленности учащихся через формирование УУД.

Виды УУД, формируемые на уроке физической культуры

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1. Самоопределение 2. Смысло- образование 3. Нравственно-эстетическая ориентация	1. Целеполагание 2. Прогнозирование. 3. Контроль. 4. Коррекция 5. Саморегуляция 6. Планирование 7. Оценка.	1. Общеучебные 2. Формулирование цели. 3. Выделение необходимой информации 4. Структурирование. 5. Выбор эффективных способов решения учебной	1. Планирование. 2. Сотрудничество. 3. Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогам. 4. Постановка вопросов. 5. Разрешение конфликтов.

	8. Способность к волевому усилию.	задачи. 6. Рефлексия. 7. Анализ и синтез. 8. Сравнение. 9. Классификация 10. Действия постановки и решения проблемы.	
--	-----------------------------------	---	--

Уровень компетентности выпускника основного общего образования в процессе реализации программы.

Результаты	Виды здоровья			
	Физическое	Психическое	Социальное	Нравственное
Метапредметные результаты.	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и саморегуляции человека. Совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (управление движениями, управление процессами в теле).	Понимание развития сознания и мышления, внутренней моральной силы, побуждающей к созидательной деятельности (управлению своими ощущениями и внутренними состояниями).	Понимание морального самообладания, адекватной оценки своего «Я», самоопределения личности в оптимально-социальных условиях микро- и макросреды (в семье, школе, социальной группе). Понимание интеллекта как управления мыслью и размышлениями, направленными на совершенствование позитивных и нравственно-духовных ценностей.	Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих. Понимание комплекса характеристик мотивационной и потребности информативной сферы, что определяется системой ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе. Понимание духовности (общечеловеческие истины: добро, красота, любовь, милосердие).
Предметные результаты.	Знание анатомии, физиологии человека, строение и	Знание психических процессов человека,	Способность интересно и доступно излагать знания о ЗОЖ,	Способность проявлять инициативу и творчество при организации

	функции всех органов и систем организма человека. Знание физиологических процессов во время выполнения ФУ.	темперамента, характера человека, рефлексов (осознанных и неосознанных действий). Имеет знания о чувствах и эмоциях, самооценке, уровне притязаний, тревожности, агрессивности и работоспособности.	формулировать цели и задачи ЗОЖ, аргументировано вести диалог по основам организации и ведения ЗОЖ. Знать о профилактике вредных привычек и различных заболеваний.	различных занятий, доброжелательное и уважительное отношение к окружающим, умение оказать помощь при освоении знаний и умений. Способность проявлять дисциплинированность и уважение к окружающим.
Личностные результаты.	Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжений. Понимание своих физических параметров, склонностей и способностей.	Владение знаниями о собственном темпераменте, о чертах своего характера. Владеет навыками логических операций, может долго сохранять свое внимание, систематизировать и классифицировать полученные знания.	Владеет умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и применять полученные знания. Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами.	Владеет способностью управлять своими эмоциями, проявляет культуру общения, способен адекватно включаться в различные совместные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении. Владение умением предупреждать конфликтные ситуации, решать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Список литературы:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
2. Ашмарин Б.А. Теория и практика педагогических исследований в физическом воспитании. – М., 2008.

3. Богданов В.М. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико-практической подготовке студентов по физическому воспитанию / В.М.Богданов, В.С.Пономарев, А.В.Соловов // Материалы Всероссийской научн.-практ. конф. «Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий». СПб.: СПб. гос. педаг. ун., 2000. - Часть 2, с. 23-24.

4. Богданов В.М. Сотвори себя сам: Учебное пособие / В.М.Богданов, В.С.Пономарев, А.В.Соловов. – Самара: СГАУ, 2007. - 150 с.

5. Богданов В.М. Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры / В.М.Богданов, В.С.Пономарев, А.В.Соловов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1>.

6. Вильчковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей. – М., 2003.

7. Воронова Е.А. Здоровый образ жизни в современной школе: программы, мероприятия, игры. – М.: Феникс, 2007.

8. Головина В.А. Физическое воспитание: Учебник / В. А. Головина, В. А. Маслякова. – М., 2003.

9. Гордияш Е.Л. Физическое воспитание в школе. – Волгоград, 2008.

10. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.fisio.ru/fisioinschool.html>.

11. Методическое хранилище для дистанционной поддержки учебного процесса [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://method.novgorod.rcde.ru>.

12. В. И. Лях, А. А. Зданевич, Физическая культура 5-7 классы, 8 – 9классы, 10-11 классы 6-е издание, 2011г.

