

**Методические рекомендации  
по преподаванию предмета «Физическая культура»  
в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС и  
внедрения ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)»**

(для учителей физической культуры 1 - 11-х классов)

*Лядова Н.В., к.м.н.,  
ведущий научный сотрудник отдела сопровождения ФГОС  
ГАУ ДПО «Институт развития образования Пермского края»*

Пермь 2016

## Содержание

Актуальность модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура».....	3
Сильные стороны Концепции .....	3
Слабые стороны Концепции .....	4
Заключение по итогам профессионально-общественного обсуждения Концепции в Пермском крае .....	6
Проблемы учителей Пермского края в преподавании учебного предмета «Физическая культура» .....	7
Предложения физкультурной педагогической и научной общественности Пермского края по реализации основных концептуальных направлений преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС и внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) .....	8
Рекомендации учителям физической культуры по улучшению преподавания предмета «Физическая культура».....	11
Литература .....	12

## **Актуальность модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура»**

В августе 2016 года вышел в свет проект Концепции (далее – Концепция) модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации, разработанный межведомственной рабочей группой.

Концепция является актуальным и своевременным документом. Её появления учителя ждали и связывали с ним свои надежды на помощь со стороны государства в достижении понимания новых смыслов и нового качества преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях.

Авторы Концепции видят значение физической культуры в современной системе образования в том, что она «играет значительную роль в подготовке молодого поколения в формировании умения обучающихся применять полученные знания, умения и навыки для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий физической культурой и спортом». «Изучение учебного предмета «Физическая культура» играет ведущую роль в процессах воспитания личности, ориентирующих учебный процесс на укрепление здоровья обучающихся, их физическое развитие, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки».

Участники профессионально-общественного обсуждения Концепции в Пермском крае - учителя физической культуры, члены краевой экспертной предметной группы «Физическая культура», научные работники ИРО ПК и ПГГПУ - отметили как сильные, так и слабые стороны Концепции.

### **Сильные стороны Концепции**

Положительными в Концепции являются следующие аспекты:

Авторами Концепции обозначены и охарактеризованы большинство существующих содержательных, методических, кадровых, материально-технических проблем в преподавании учебного предмета «Физическая культура», волнующих учителей. Обозначены проблемы, связанные с низким уровнем профессиональной подготовки учителей и низким уровнем преподавания предмета в школе. Предложены пути их решения.

Учителей физической культуры Пермского края особенно волнуют такие указанные в Концепции проблемы как:

- снижение мотивации обучающихся к изучению учебного предмета «Физическая культура»;
- устаревшая программа олимпиады школьников по физической культуре, требующая доработки;

- отсутствие вариативности подхода к процессу обучения с учетом состояния здоровья и физического развития обучающихся;
- отсутствие программ и методических материалов по организации образовательного процесса в малокомплектных учреждениях;
- отсутствие системы оценивания детей с ограниченными возможностями здоровья на уроках физкультуры;
- отсутствие современных межшкольных стадионов, укомплектованных спортзалов, недостаточность спортивного инвентаря.

Авторы Концепции обозначают значение и необходимость строить преподавание предмета «Физическая культура» на основе системно-деятельностного подхода, как того требуют ФГОС.

### **Слабые стороны Концепции**

Слабыми в Концепции является следующие аспекты:

*Замечания по содержанию:*

Авторами не определены ключевые слова, основные концептуальные понятия, например: что считать учебным предметом "Физическая культура", что является содержанием, предметом преподавания учебного предмета "Физическая культура", что считать учебной деятельностью на уроках физической культуры.

В разделе «Значение физической культуры в современной системе образования», а также и в других разделах авторы говорят о применении обучающимися на практике «полученных знаний, умений, навыков». Но ФГОС ставит главным результатом освоения основных образовательных программ не ЗУНы, а сформированные личностные и метапредметные универсальные учебные действия (УУД), о которых речи в Концепции практически нет, кроме одного упоминания о них в разделе «Проблемы содержательного характера» (стр. 6). Акцент авторов на знания, умения, навыки не адекватен требованиям ФГОС и соответствуют не деятельностному, а репродуктивному подходу. Это говорит о том, что авторы не соотнесли содержание Концепции с требованиями ФГОС, не внесли своих концептуальных предложений по их изменению или дополнению, за исключением предложений по «детализации требований к предметным результатам».

- В разделе «Цели и задачи Концепции» спорными представляются заявленные и цели и задачи: «Целью настоящей Концепции является обеспечение высокого качества изучения и преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях в соответствии с меняющимися запросами российского общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире». Возникает вопрос: а целью обучения предмету что будет являться?

Если «Физическая культура» – это учебный предмет (а он учебный предмет), то концепция его преподавания должна соответствовать ФГОС. В любом другом случае это будет нарушение закона. Тогда в соответствии с ФГОС необходимо прописать в Концепции уже конкретно: цель обучения предмету «Физическая культура»; результат обучения; образовательный подход, лежащий в

основе обучения; содержание образования, методы, формы занятий, средства, предмет оценивания. Но ничего этого в Концепции нет.

Заявленные задачи авторами не соотнесены с обозначенными выше проблемами (проблемы одни, а задачи по их решению другие). Обозначая задачу по обновлению содержания, авторы не указывают ранее в предыдущих разделах, что же не устраивает их в существующем содержании. В целевом разделе авторы не указывают, с какой целью и в чем должно состоять это обновление. Возникает также вопрос: как можно достичь решения такой задачи как «обеспечение обучающимся мотивации к регулярным занятиям физической культурой, спортом и ведению здорового образа жизни»? Общеизвестно, что мотивация формируется, а не обеспечивается. И то, что предлагают авторы для этого делать в разделе 5 "Обеспечение обучающимся мотивации к регулярным занятиям физической культурой, спортом и ведению здорового образа жизни", все это делалось и сейчас, но уровень мотивации остается по-прежнему низким.

- Предлагаемые авторами меры (пути решения проблем) в формулировках «обеспечить..., разработать..., внести изменения... и др. являются безадресными, т.к. не сопровождаются названиями структур и ведомств, которые должны быть призваны эти меры обеспечить. Также в подразделе отсутствуют актуальные для учителей предложения по внесению авторами в примерные образовательные программы содержания работы учителя по сопровождению внедрения Комплекса ГТО.

- В подразделе 2 «Развитие информационных ресурсов, необходимых для реализации образовательных программ...» отсутствуют очень актуальные для учителей предложения по разработке авторами учебников вопросов, типовых заданий, решение и выполнение которых будет способствовать формированию и развитию у обучающихся УУД, достижению заявленных во ФГОС ожидаемых личностных и метапредметных результатов. На сегодня практически во всех УМК, включенных в Федеральный перечень учебников, имеющих на обложках логотипы ФГОС, не содержится таких вопросов и заданий. Другими словами, сегодняшние учебники не отвечают требованиям ФГОС, т.к. вопросы, задания предполагают репродуктивное воспроизведение учениками материала параграфов. Учителям приходится самим разрабатывать такие задания, учебные задачи, решение которых на уроках реально включает детей в учебную, а не только в исполнительскую деятельность, позволяет развивать и мышцы и мышление. Остро стоит проблема оценивания метапредметных результатов. Всего этого в разделе нет.

Спорным является предложение авторов о включении учебного предмета «Физическая культура» в перечень ЕГЭ.

Для методического обеспечения деятельности учителя авторы Концепции в подразделах 2 и 3 предлагают разные варианты: «создание открытой профессиональной социальной сети, профессиональные форумы, онлайн курсы повышения квалификации, описание лучших педагогических практик» и др., но в Интернете уже достаточно педагогических ресурсов и сообществ, где можно делиться опытом. А вот самое главное – доработку УМК в соответствии с

требованиями ФГОС, а также разработку электронных учебников – авторы не предлагают.

В Концепции речь идёт о содержании обучения, а какой концепции содержания образования придерживаются авторы – не указано. Но, судя по тексту (приходится догадываться, так как концепция не сопровождается глоссарием), под содержанием понимаются упражнения из разных видов спорта. Тогда содержание подменяется средствами (упражнение – это средство физической культуры).

Об остальных элементах системы преподавания умалчивается.

Не вызывает одобрения у учителей и приверженность авторов к спортизации школьного физкультурного образования.

*Замечания по оформлению:*

- объем текста (21 страница) очень большой, при этом текст изложен громоздкими трудно читаемыми предложениями, повторяющимися в разных разделах, что затрудняет его восприятие и понимание;

- часто повторяющиеся оценки существующего положения дел в выражениях «не в полной мере», «не в полном объеме», «в недостаточном объеме» снижают у читателя понимание значимости и глубины представляемого анализа ситуации;

- многие предложения и даже заголовки разделов оформлены с нарушением правил грамматики, синтаксиса, стилистики, содержат множество опечаток, что является недопустимым для документов такого уровня, да ещё в сфере образования.

### **Заключение по итогам профессионально-общественного обсуждения Концепции в Пермском крае**

Анализ представленной Концепция позволяет говорить, что, в целом, в ней верно характеризуется современное качество преподавания предмета «Физическая культура» на уровнях начального, основного и среднего общего образования как не отвечающее требованиям сегодняшнего времени, прежде всего, по методике преподавания в школах, по методическому сопровождению и отчасти по содержанию.

Учителя Пермского края отметили, что они испытывают большие профессиональные затруднения в реализации требований ФГОС, во внедрении Комплекса ГТО. Они также признали, что появление Концепции модернизации содержания и технологий преподавания этого предмета в такой ситуации является актуальным и своевременным.

Однако, выявленные недостатки, отраженные в вышеприведенных замечаниях, не позволяют представленный вариант Концепция одобрить для принятия, т.к. её реализация не будет способствовать ожидаемому улучшению преподавания учебного предмета «Физическая культура» ввиду отсутствия в ней понимания авторами новых смыслов значения предмета и соответствующих этим смыслам предложений по его преподаванию. Авторы не соотносят предлагаемые мероприятия по обновлению содержания и технологий с требованиями ФГОС и с новыми реалиями по внедрению в стране ВФСК «Готов к труду и обороне».

Нельзя согласиться с устаревшим мнением авторов по ориентированию преподавания предмета на ЗУНы. По сути, авторами не предложено ни нового содержания, ни новых технологий. Учителя так и не получают должного методического обеспечения по достижению прописанных во ФГОС как главных результатов освоения основных образовательных программ формирования универсальных учебных действий и их оцениванию.

Документ требует серьёзного переосмысления, сокращения по объёму и грамматически правильного представления.

### **Проблемы учителей Пермского края в преподавании учебного предмета «Физическая культура»**

Учителя Пермского края стоят на принципах системно-деятельностного подхода в преподавании ФК. Основными проблемами, стоящими сегодня перед учителями ФК Пермского края (в дополнение к перечисленным в Концепции), являются:

- что считать целью, предметом и содержанием преподавания учебного предмета "Физическая культура";

- существующие примерные образовательные программы предмета «Физическая культура» не отвечают требованиям ФГОС по целям преподавания, по составлению тематического планирования, технологических карт уроков, т. к. они составлены не на основе системно-деятельностного подхода, учебная деятельность часто подменена исполнительской;

- существующие УМК по ФК, учебники не соответствуют требованиям ФГОС, т.к. приведенные в них вопросы и задания предполагают репродуктивную деятельность учеников в воспроизведении материала параграфов;

- отсутствуют разработанные авторами учебников методические средства по формированию, развитию личностных результатов, метапредметных УУД, например: нет типовых заданий, выполнение которых должно способствовать формированию и развитию универсальных учебных действий (УУД). В результате у учителя нет инструментария по формированию у учеников регулятивных умений, таких как видеть цель двигательного действия, планировать, подбирать двигательные действия, прогнозировать результаты двигательных действий, контролировать, оценивать, корректировать двигательные действия.

Аналогичные проблемы касаются и формирования познавательных и коммуникативных умений;

- отсутствует разработанная система оценивания УУД обучающихся по ФК;

- отсутствуют единые рекомендуемые подходы к оцениванию учеников на уроке;

- в учебниках отсутствуют изменения в содержании, касающиеся комплекса ГТО;

- содержание работы учителя по сопровождению внедрения Комплекса ГТО не отражено ни в каких методических рекомендациях;

- не отработаны на практике многие организационные моменты, связанные с выполнением нормативов (испытаний) учениками по коллективным заявкам в Центрах тестирования (ЦТ), много проблем связано с доставкой учащихся в ЦТ;

- во многих общеобразовательных организациях, особенно сельских районов, нет необходимой современной материально-технической базы для проведения качественных уроков ФК по легкой атлетике, гимнастике, лыжам, плаванию, стрельбе (отсутствуют стадионы, спортивные залы, соответствующее оборудование, в т.ч. – по тренировочным выполнениям нормативов комплекса ГТО, ТСО и др., нет доступа в бассейны, тир).)

- добровольность выполнения нормативов (испытаний) ГТО превращается в дополнительную обязанность учителя ФК, и вся кампания по внедрению ГТО в школах становится обязательной для учителя и контролируется администрацией;

- неверным является оценивание деятельности учителя ФК по осуществлению спортивно-массовой работы в школе, ведению спортивных кружков и секций, по подготовке команд для различных соревнований, спортивные достижения учеников и школьных команд, т.е. учитель оценивается как тренер, а не как учитель;

- зависимость заработной платы учителей сельских школ, особенно основных, от подушевого финансирования. Результат такого финансирования – ничтожно низкая зарплата;

- низкое стимулирование спортивно-массовой работы в школе;

- большая нагрузка на спортивные залы, уроки по физической культуре часто проводятся в условиях, когда в спортивном зале находятся два и более класса одновременно, вследствие чего происходит увеличение количества травм;

- чрезмерная загруженность учителей ФК необходимостью подготовки и разработки разного рода планово-отчетной и методической документации, включая отчетность перед министерством физической культуры, спорта и туризма Пермского края, в чьем ведомстве они не работают;

- самый низкий из всех коэффициент сложности предмета ФК при начислении зарплаты, несмотря на то, что учителя физической культуры чаще работают в менее комфортных условиях, чем другие предметники: в зимнее время на улице, проводят уроки нередко по 2 класса в спортивном зале;

- старение кадров, отсутствие моральной и материальной привлекательности для молодых специалистов работы учителя ФК.

### **Предложения**

**физкультурной педагогической и научной общественности Пермского края по реализации основных концептуальных направлений преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС и внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

Учителя физической культуры, члены краевой экспертной предметной группы «Физическая культура», научные работники ИРО ПК и ПГГПУ

Пермского края вносят свои предложения по основным концептуальным направлениям (целевому, содержательному, методическому, оценочному, организационно-управленческому, материально-техническому), такие как:

- целью преподавания ФК должна стать, прежде всего, образовательная роль предмета «Физическая культура». Необходимо добиваться освоения учениками системы способов физкультурной деятельности, обеспечивающих самостоятельное применение физических упражнений для удовлетворения своих потребностей (достижения успешности в учебе, в укреплении здоровья, в развитии двигательных качеств, в достижении спортивных успехов, в т.ч. в выполнении нормативов ГТО, в красоте телосложения, в проведении досуга и др.). Другими словами: помочь человеку стать автором своего психофизического состояния на основе культуры. Следовательно, физическая культура личности – это владение способами использования физических упражнений с целью изменения своего психофизического состояния [1];

- авторам методических разработок и учителям ФК необходимо повысить образовательный потенциал предмета ФК в части знания истории основных спортивных достижений представителями своих районов, городов, чьими именами названы улицы, спортивные комплексы, спортивные мероприятия. Необходимы соответствующие учебники или учебные пособия для разных классов по аналогии с разработанным учеными Пермского классического университета и вышедшим в свет в прошлом году учебным пособием по краеведению для 5-х классов "Мой Пермский край";

- авторам учебников предложить привести УМК, учебники, примерные учебные программы в полное соответствие с требованиями ФГОС, сопроводив их перечнем, методикой и конкретными средствами (типовыми заданиями, учебными задачами) формирования и развития на уроках ФК личностных и метапредметных результатов, и системой оценивания метапредметных результатов. Особенно это касается линии учебно-методических комплексов по физической культуре М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы, издательство «Просвещение». К сожалению, не смотря на имеющийся на обложке логотип ФГОС, линия не содержит типовых заданий, вопросов, направленных на формирование и развитие тех или иных универсальных учебных действий. Вопросы, приведенные в конце параграфов, предполагают репродуктивную знаниевую форму ответов, а ведь по программе В.И.Ляха работает примерно 90 % учителей Пермского края;

- авторам УМК внести в содержание учебников материал, касающийся ВФСК ГТО, дополнить методические пособия рекомендациями по сопровождению внедрения Комплекса ГТО, усовершенствовать программу олимпиады школьников по физической культуре;

- авторам УМК разработать методические рекомендации учителю, как и по каким критериям, оценивать сформированность УУД;

- учителям ФК использовать на уроках основные элементы движений, лежащих в основе спортивных дисциплин, спортивных игр не для спортивной подготовки обучающихся, а для расширения их двигательного кругозора, т.е. в качестве средств для освоения разнообразных способов физкультурной

деятельности. Не превращать работу учителя ФК в работу тренера спортивной секции.

Участники обсуждения Концепции предлагают ходатайствовать перед Минобрнауки России, РАО, региональными министерствами образования и науки:

- добиваться совместно с Министерством культуры России устранения из проката и с экранов телевизоров художественных фильмов, рекламной продукции, дискредитирующих образ родителей, ученика, учителя вообще и учителя физической культуры, в частности;

- изменить отношение на государственном уровне к предмету «Физическая культура», который сегодня по сложности для учеников стоит на последнем месте в СанПиН, а по уровню сложности преподавания имеет самый низкий коэффициент в реестре предметов при начислении зарплаты;

- обязать молодых специалистов–выпускников факультетов физической культуры отработать несколько лет в школе, обеспечив материальную и моральную привлекательность этой работы;

- сократить количество планово-отчетной, методической и прочей документации, заполняемой учителями физической культуры;

- прекратить практику отчетности учителей ФК перед министерствами физкультуры и спорта, которым школа не подчиняется;

- не включать учебный предмет «Физическая культура» в перечень ЕГЭ;

- вернуть контрольный зачет по физической культуре, который раньше проводился для выпускных классов;

- рассмотреть в качестве альтернативной Концепцию преподавания учебного предмета «Физическая культура», разработанную учеными Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета Тихоновым А.М., Поляковой Т.А., Кечкиным Д.Д. [2, 3, 4];

- ученым регионов разработать единую программу в соответствии с ФГОС, в которую будет включена история развития спорта в регионе и информация об известных спортсменах региона;

- рекомендовать директорам общеобразовательных организаций утверждать рабочие программы учителей физкультуры, разработанные на основе Примерной программы по физической культуре для начальной (и адаптированной для основной и средней школы) (Тихонов А.М. и соавторы, ПГГПУ) [5], полностью соответствующей требованиям ФГОС;

- рекомендовать администрации школ, учителям ФК шире использовать возможности внеурочной деятельности для физической и моральной подготовки учеников к выполнению нормативов комплекса ГТО;

- привести материально-техническую базу общеобразовательных организаций в соответствие с современными требованиями для проведения качественных уроков ФК с элементами легкой атлетики, гимнастики, лыжной подготовки, плавания, стрельбы и подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО. Необходимы ТСО, медиатехника, а также - специальное

оборудование для проведения тренировочного тестирования уровня физической подготовленности;

- директорам школ запретить нахождение двух и более классов одновременно во время проведения уроков по физической культуре в спортивном зале;
- администрации регионов, школ не допускать внедрение комплекса ГТО в общеобразовательных организациях в принудительной форме;
- отменить подушевое финансирование в сельских школах.

### **Рекомендации учителям физической культуры по улучшению преподавания предмета «Физическая культура»**

Учителям физической культуры для улучшения преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях в условиях реализации ФГОС и внедрения ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) рекомендуется:

- повысить образовательный потенциал предмета ФК в части формирования знаний учеников о своих земляках-спортсменах, чьими именами названы улицы, спортивные комплексы, спортивные мероприятия;
- проводить уроки ФК на основе системно-деятельностного подхода, как того требуют ФГОС. При обучении учеников технике выполнения разных видов двигательных действий, физических упражнений, основных элементов спортивных игр, в т.ч. испытаний (тестов) ГТО, использовать типовые задания, учебные задачи, выполнение и решение которых при освоении предметного содержания обеспечит формирование и развитие личностных и универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных УУД);
- учитывать в образовательных программах по предмету «Физическая культура» требования к уровню физической подготовленности при выполнении нормативов испытаний (тестов);
- использовать на уроках основные элементы движений, лежащих в основе спортивных дисциплин, спортивных игр не для спортивной подготовки обучающихся, а для расширения их двигательного кругозора, т.е. в качестве средств для освоения разнообразных способов физкультурной деятельности. Не превращать работу учителя ФК в работу тренера спортивной секции;
- внести изменения в рабочие программы по предмету «Физическая культура», в технологические карты в связи с освоением содержания и подготовкой к выполнению испытаний комплекса ГТО;
- осуществлять проведение систематической физической и моральной подготовки обучающихся к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО и тестированию физической подготовленности обучающихся в общеобразовательных организациях (ОО) через урочную, внеурочную, внешкольную физкультурно-массовую работу;
- осуществлять пропаганду Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на уроках, массовых физкультурно-

спортивных мероприятиях, классных часах, родительских собраниях, совещаниях педагогических коллективов и др. мероприятиях;

- содействовать оформлению информационных стендов, страницы ГТО на сайте ОО, организации конкурсов, акций, флеш-мобов и др., поощрению и награждению участников испытаний комплекса ГТО, волонтеров движения, и обладателей знаков отличия;

- создавать условия для проведения уроков физической культуры, спортивных мероприятий с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;

- осваивать, создавать и апробировать собственную адекватную систему критериального оценивания предметных, метапредметных и личностных результатов обучающихся в рамках текущей, промежуточной и итоговой аттестации;

- содействовать созданию сетевого сообщества учителей ФК Пермского края. Для начала работы по созданию такого сообщества использовать созданный ИРО ПК электронный ресурс для общения и обсуждения профессиональных затруднений, проблем следующий адрес электронной почты и пароль к нему (почтовый ящик) e-mail: [obsuzhdaem59@mail.ru](mailto:obsuzhdaem59@mail.ru), пароль: [konceptciaFK](#)

### Литература

1. Тихонов А.М., Полякова Т.А., Кечкин Д.Д. Физическая культура в школе с позиций системно-деятельностного подхода. Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», 2016. - № 4. - С. 2-4.

2. Тихонов А.М. Основные подходы к преподаванию физической культуры в школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом / А.М. Тихонов, И.П. Голяков // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №5. – С. 13-15.

3. Тихонов А.М. Системно-деятельностный подход в преподавании физической культуры: Учебное пособие / А.М. Тихонов, Д.Д. Кечкин, О.О. Волосатых, И.П. Голяков. – Пермь: КЦФКиЗ, 2013. – 90 с.

4. Кечкин Д.Д. Формирование универсальных учебных действий младших школьников в процессе освоения физкультурной деятельности: Дисс... канд. пед. наук / Д.Д. Кечкин, Тульский государственный университет –Тула, 2013.–149 с.

5. Тихонов А.М. Физическая культура: Программа для начальной школы / А.М. Тихонов, Т.А. Полякова, Д.Д. Кечкин, О.О. Волосатых. – Пермь: КЦФКиЗ, 2013. – 23 с.