

УДК 796.011

# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5–7 КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ТРЕБОВАНИЙ ФГОС

В.В. Бойко (Красноярск, Россия)

## Аннотация

*Проблема и цель.* В статье выявляются проблемы физического воспитания учащихся 5–7 классов общеобразовательных школ. Среди них проблема обновления содержания, методов и форм обучения физической культуре. *Целью статьи является* формулирование дидактических принципов обучения физической культуре учащихся 5–7 классов и определение соответствующих методов и форм обучения в условиях реализации ФГОС.

*Методологию исследования* составляют анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих обучение физической культуре в общеобразовательных школах, анализ и обобщение результатов научно-исследовательских работ по исследуемой проблеме зарубежных и отечественных ученых, опыта обучения физической культуре учащихся 5–7 классов.

*Результаты.* На основе системно-деятельностного и компетентностного подходов представлены

основные требования к обновлению содержания, методов и форм обучения физической культуре в общеобразовательной школе. Сформулированы основные принципы формирования физической культуры учащихся 5–7 классов на уроках и внеучебной деятельности. Обоснована целесообразность включения в образовательный процесс спортивных игр как условия развития мотива изучения физической культуры и занятия спортом.

*Заключение.* В современной общеобразовательной школе констатирована проблема поиска эффективных технологий обучения физической культуре. Результаты, представленные в статье, будут способствовать ее решению.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, спорт, урок физической культуры, спортивные игры, внеучебная деятельность, принципы, содержание, методы.

**П**остановка проблемы. Изменение федерального законодательства в области образования, в том числе и в физической культуре, побуждают менять содержание, технологии и формы организации урочной и внеурочной деятельности. Это привело к смене целевых ориентиров в образовательной парадигме школы. Заказчики образовательной услуги делают запрос на насыщение урока игровыми и соревновательными педагогическими приемами.

*Методологию исследования* составляют анализ и обобщение результатов отечественных и зарубежных ученых, посвященных вопросам изменения содержания урока физической культуры, насыщение его играми и соревнованиями, что позволит в соответствии с ФГОС развивать индивидуальные качества ученика.

*Обзор научной литературы* проведен на основе анализа работ Л.П. Матвеева, Р.С. Немова,

А.Н. Савчук, D. Siedentop, P. Hastie, в которых рассматриваются особенности построения образовательного процесса на уроках физической культуры, значение игровых видов деятельности и психологические особенности несовершеннолетних 5–7 классов.

Основным центром физического воспитания учащихся является общеобразовательная школа, где в процессе учебных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в соответствии с разработанными и утвержденными положениями формируются определенные компетентности у учеников. Для дальнейшего совершенствования физического развития и воспитания предусматривается организация занятий в спортивных школах и клубах по месту жительства. Занятия физической культурой в школьном возрасте есть неизбежный процесс развития учащихся, так как двигательная активность являет-

ся естественной потребностью организма на пути его становления, укрепления психического и физического здоровья, усиления его сопротивляемости неблагоприятным условиям. В свою очередь, отсутствие осмысленной активности приводит к снижению физического развития и возможным нарушениям здоровья.

Физическая культура в школьном возрасте имеет особенно большое значение для формирования необходимых в жизни двигательных умений, навыков, овладения основами их практического использования в разнообразных условиях двигательной деятельности. В физической культуре урок является основной формой организации физического воспитания школьников. Благодаря этому происходит охват всех учащихся в обязательном порядке с постоянным составом учащихся. Данные уроки регламентированы стабильным расписанием в определенные дни и часы недели. В совокупности же уроки направлены на обеспечение минимума знаний, навыков, который предписан программой, и поэтому составляют основу для разностороннего физического воспитания учащихся. Также на уроках учащиеся знакомятся с дополнительными формами физического развития, физкультурными минутками и возможными активными формами физического развития на переменах. Учителем на уроках проводятся беседы о значении физической культуры и спорта, о достижениях российских спортсменов, о новых видах физических упражнений и играх. У детей необходимо сформировать мотивацию к занятиям физической культурой и спортом. В процессе обучения физической культуре ученик овладевает компетентностями, необходимыми для повседневной жизни и быта. Уроки также являются основой для самостоятельных и групповых занятий учащихся, для физкультурно-оздоровительных мероприятий. Урок физической культуры в дальнейшем позволяет учащимся знакомиться с разными видами спорта, тем самым побуждать их к занятиям в спортивных школах [Володина, Савчук, 2015].

Физическая культура, как и остальные учебные предметы в образовательном процессе, нацелена на формирование определенных качеств учащихся. Ученики 5–7 классов (10–13 лет) находятся в пе-

редломном периоде развития, так как осуществляется переход из начального в среднее звено школьного образовательного процесса. Происходит изменение повседневного пространства детей, а также их психического и физического состояния.

В этом возрасте завершается формирование когнитивных процессов, особенно мышления. Происходит формирование внутренней речи, показателя организации мышления и познавательных процессов. Зарождается теоретическое мышление. Расцветает логика рассуждений, меняется вид деятельности. Изменение интеллектуального развития происходит в понятийном мышлении, речевом интеллекте и внутреннем плане действий. Происходят совершенствование практического мышления, реализация теоретических знаний и умений в практике, где проявляются предпочтительность, экономность, расчетливость, умение оперативно решать поставленные задачи. Учащиеся 5–7 классов с особым успехом овладевают физическими умениями и навыками. Очень важной является оценка учителя за выполненные действия и задания учеником перед сверстниками, которая является определенной мотивацией к дальнейшей деятельности. Подростковый возраст – это период профессионального самоопределения, в том числе на уроках физической культуры, в выборе спортивной специализации [Немов, 1996].

На современном этапе в общеобразовательных школах реализуются Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования (далее – ФГОС), которые подразумевают применение в обучении различных подходов, направленных не только на передачу знаний, умений и навыков, но и на формирование компетенций. Компетенция – это общая способность человека, которая базируется на знаниях, опыте, ценностях, способностях, приобретенных во время обучения [Глущенко, 2000, с. 105]. Физическая культура в 5–7 классах реализуется в образовательном процессе в соответствии с программой по физической культуре; с требованиями ФГОС основного общего образования; с рекомендациями примерной программы по физической культуре. Рабочий план составляется с учетом следующих

нормативных документов: Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ<sup>1</sup>; национальная доктрина образования в Российской Федерации (Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751)<sup>2</sup>; базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации (Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2011 г.))<sup>3</sup>; стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 г. (Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101-р)<sup>4</sup>; письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся»<sup>5</sup>. В программе имеется базовый компонент, который составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика, и вариативная часть физической культуры, составленная с учетом индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школы. Администрации школы и учителю физической культуры предоставляется возможность для творчества с целью оптимизации образовательного процесса и повышения мотивации к обучению на уроках. Вместе с тем в школах не особо стремятся менять ситуацию для обновления содержания и форм преподавания физической культуры. Ощущается низкий темп гуманизации процесса физического воспитания, а это может привести к формированию асоциаль-

ного поведения, потому как возможна неверная трансформация физкультурных ценностей. И тогда физическая культура как учебный предмет теряет роль в нравственных и моральных аспектах. Многие учителя физической культуры до сих пор понимают физкультурное занятие как занятие по развитию силы, быстроты, выносливости, которые необходимы для подготовки учащихся к соревнованиям Школьной спортивной лиги, Президентских состязаний, сдаче нормативов ГТО. Несмотря на большой перечень соревновательных событий, имеющийся не меньший арсенал средств и методов для развития физических качеств, формирование мировоззрения при сохранении здоровья остается одной из главных задач физической культуры в общеобразовательной школе, особенно у учеников в возрасте 10–13 лет. Успешное формирование компетенций обеспечивается, в свою очередь, созданием условий, при которых образовательное пространство будет обладать высоким мотивирующим потенциалом [Зубцова и др., 2015, с. 36]. «К таким перспективным направлениям относится обучающая игрофикация, в рамках которой применяются системы игровых правил, игрового опыта и культурных ролей для мотивирования обучаемых к учебно-познавательной деятельности» [Бессмертный, Гаенкова, 2015, с. 43]. Для этого необходимо разнообразить урочную деятельность нетрадиционными организационными формами физического воспитания, замещающими традиционную урочную форму организации занятий. Популяризировать массовые спортивные мероприятия, в том числе в спортивных секциях. Учащиеся в исследуемом возрасте должны ознакомиться с различными видами спорта. Мотивирующей формой познавательной деятельности на уроках физической культуры может и должна стать игра. Игра имеет многофункциональное значение в развитии человека и долгий исторический период развития. Она удовлетворяет разные потребности человека в духовном и физическом развитии, а также в отдыхе и развлечении. Главной задачей педагогической игры является воспитание. Игра может быть применена не только на конкретных видах спорта, но и в любых физических упражнениях [Матвеев, 2005].

<sup>1</sup> Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ [Электронный ресурс]. URL [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/)

<sup>2</sup> Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751 «О национальной доктрине образования в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. URL: <http://base.garant.ru/182563/>

<sup>3</sup> Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2011 г.) «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» [Электронный ресурс]. URL: <http://base.garant.ru/6149681/>

<sup>4</sup> Распоряжение правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года». [Электронный ресурс]. URL: <http://base.garant.ru/196059/>

<sup>5</sup> Самусенков О.И. Педагогическая технология реализации социально-культурного потенциала игровых видов спорта в работе с юными спортсменами (на примере футбола): дис. ... д-ра пед. наук. М., 2001. 45 с.

В современном обществе в целом и в общеобразовательных школах в частности все большую популярность получают игровые виды спорта. Возникает ситуация естественной актуализации сущности социально-культурной ценности занятий игровыми видами спорта и внедрения их в образовательный процесс как возможность реализации их гуманистического потенциала.

В общеобразовательных школах г. Красноярска имеется опыт реализации общеобразовательных программ по физической культуре на основе игровых видов спорта: регби, футбола, хоккея. В этом процессе возникает проблема их социально-культурного потенциала в едином воспитательном пространстве, отсутствует глубинная научная разработка, нет исследований результатов, полученных от реализации педагогической деятельности.

Социально-культурная ценность не рассматривается применительно к игровым видам деятельности на уроке физической культуры, в том числе по отношению к регби. В период перехода учащихся из начального в среднее звено важной задачей педагогического коллектива является сохранить интеллектуальный, нравственный и творческий потенциал учащихся. Это возможно через формирование положительного отношения к эстетическим ценностям игровых видов спорта в учебной деятельности. Учителю физической культуры важно понять, с помощью каких технологий, средств, форм и методов работы с учащимися возможно реализовать социально-культурный потенциал спортивной игры. Учителями физической культуры общеобразовательных школ Кировского района г. Красноярска (20 учителей из 13 школ) было проведено исследование мнения учащихся 5–7 классов об интересных видах деятельности на уроках физической культуры. Опрос показал, что у 70 % учащихся присутствует интерес к игровым видам спорта, 20 % выбрали общефизическую подготовку и 10 % – иные виды деятельности (силовые физические упражнения, легкая атлетика). По гендерному разделению 80 % мальчиков и 65 % девочек высказались за игровые виды спорта. Для повышения мотивации к спорту 90 % учителей выступили за проведение соревнований по игровым видам спорта не только в рамках

Школьной спортивной лиги, Президентских соревнований, но и в неофициальных соревнованиях между учащимися параллели в школе, а также с учащимися соседних школ по личной договоренности учителей. Данная деятельность позволяет усилить мотивацию у учащихся к занятиям физической культурой и в последующем спортом. Интересы учащихся 10–13 лет важно учитывать при организации учебного процесса по физкультуре с целью усиления мотивации занятий спортом. Были опрошены родители (законные представители) несовершеннолетних учащихся 5–7 классов (1000 человек) на предмет выявления их мнения по вопросу, что позволяет усилить интерес к физической культуре и спорту у детей данного возраста. 60 % респондентов выступили за игровые виды спорта, 20 % – за личностные качества учителя физической культуры, 10 % – за соревновательные мероприятия, 8 % – за облегченные формы физической культуры, 2 % ответили, что «физическая культура изначально у детей порождает протест к занятиям активными видами деятельности». Традиционные уроки физической культуры вызывают протест у 60 % родителей (законных представителей) несовершеннолетних и у 90 % детей. Преобладающей группой здоровья несовершеннолетних 10–13 лет остается основная группа. Первая группа здоровья является редкостью для общеобразовательных школ. Это вызвано объективными и субъективными причинами, врожденными и приобретенными качествами здоровья. Они влияют на дальнейшие действия учащихся, в том числе в физической культуре. Состоятельность личного развития учащихся сопряжена с собственным состоянием здоровья.

Учащиеся 5–7 классов преимущественно имеют заболевания сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта. Необходимо отметить снижение активности у детей, погружение их в достижения информационного общества, использование гаджетов.

В повседневной жизни организм человека постоянно должен адаптироваться к условиям окружающей среды. Адаптация состоит из разносторонней деятельности, рационального сочетания физического и умственного труда.

Возникающие в результате социальных факторов стрессы у человека вызывают быструю готовность функциональных систем организма к физической работе, а неудовлетворение в данной ситуации биологической потребности в движении приводит к затягиванию последствий стресса [Чумаков, 1977]. Таким образом, оптимальный уровень двигательной активности способствует снятию и предупреждению стресса, что особенно важно для учащихся в период адаптации в среднем звене.

Продолжительная интеллектуальная нагрузка приводит к увеличению тонического напряжения сосудов головного мозга, ведет к замедлению процесса свертываемости крови и неблагоприятно влияет на функциональные способности учеников [Баранова и др., 1970]. Следовательно, учителю физической культуры в общеобразовательной школе необходимо определять оптимальную физическую нагрузку, которая благоприятно бы влияла на интеллектуальную и познавательную деятельность учащихся.

Учителя физической культуры утверждают, что учащиеся, занимающиеся физкультурой и выполняющие все упражнения, реже обращаются к медицинским работникам за помощью и реже пропускают учебные занятия по причине болезни. Учащиеся с небольшой двигательной активностью чаще всего подвержены простудным заболеваниям, у них проявляются неврологические отклонения, апатия к познавательной деятельности.

Проявление гипокинезии приводит к нарушению баланса обмена веществ, снижается координация движения человека, дестабилизируется интенсивность изменений тканей опорно-двигательного аппарата [Дубровский, 2004]. Все это ведет к уменьшению интенсивности протекции морфофункциональных изменений тканей опорно-двигательного аппарата.

Опрашиваемые учителя физической культуры на предмет двигательной активности учащихся отмечают, что у учащихся с 1 по 4 класс двигательная активность уменьшается на 10 %, с 5 по 7 класс – на 40 %, что является критическим значением для гармоничного развития ученика.

Полученные данные о снижении двигательной активности учащихся побуждают педагогиче-

ское сообщество к рассмотрению возможности изменения учебного процесса на уроке физкультуры.

В учебном процессе учащихся следует рассматривать как субъект образовательного процесса, который участвует в творческой деятельности совместно с учителем согласно рабочей программе по предмету. На уроке физической культуры появляется спортивная деятельность как возможность усиления мотивационной составляющей образовательного процесса. Качественная демонстрация элементов видов спорта позволяет побудить интерес у учащихся к регулярным занятиям спортом. Тем более что на занятиях спортом раскрываются различные качества человека, в том числе психофизические способности индивида. Учащиеся самоутверждаются и осознают свои физические и психические возможности.

Спортивная деятельность является логическим завершением физической культуры для всестороннего развития<sup>6</sup>.

Физическая культура в общеобразовательной школе формируется на основе следующих принципов:

- ясное и четкое объяснение учителем поставленных задач на уроке и четкая организация занятий, личная демонстрация применяемых упражнений;
- воспитание потребности и устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- формирование у учащихся общечеловеческих и гуманистических ценностей через физическую культуру;
- формирование физической культуры личности учащихся;
- физическое самовоспитание учащихся, изучение собственных физических и психических особенностей.

Учителя физической культуры обязаны решать следующие задачи: подготовить учащихся к созидательной деятельности; сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье учащихся, научить самостоятельному и осознанному выбору деятельности; побудить интерес к занятиям спортом.

<sup>6</sup> Самусенков О.И. Педагогическая технология реализации социально-культурного потенциала игровых видов спорта в работе с юными спортсменами (на примере футбола): дис. ... д-ра пед. наук. М., 2001. 45 с.

Физическая культура и спортивная тренировка отличаются друг от друга. Уроки физической культуры направлены на воспитание физических качеств, спорт – на достижение спортивных результатов. В физической культуре и в спорте совпадают задачи по формированию гармоничной личности человека, побуждению к активной жизненной позиции подростков.

*Результат исследования.* Анализ состояния физического воспитания учащихся показал, что в общеобразовательной школе ведется поиск эффективных форм, методов и средств обучения с учетом потребностей и мотивов учащихся основной общеобразовательной школы в занятиях различными видами физкультурной деятельности. На основе результатов проведенного анализа сформулированы основные дидактические принципы обучения физической культуре в общеобразовательной школе. Определены основные требования к обновлению содержания, методов и форм формирования физической культуры учащихся 5–7 классов на уроках и внеучебной деятельности.

## Библиографический список

1. Баранова Л.К. и др. Умственный труд и физическая культура. М.: Изд-во МГУ, 1970. 83 с.
2. Бессмертный А.М., Гаенкова И.В. Методика оценки эффективности игрофикации в учебном процессе // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2015. № 3 (33). С. 43–47.
3. Володина В.С., Савчук А.Н. Теория и методика физического воспитания школьников / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2015.
4. Глущенко В.В. Прогнозирование. М.: Вузовская книга, 2000. 208 с.
5. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура: учебник для студ. высш. учеб. заведений. 3-е изд., испр. и доп. М.: ВЛАДОС, 2004. 624 с.
6. Зубцова Л.Д., Клепацкий А.Н., Соколова А.Н. Обучение студентов общеинженерным дисциплинам: формирование их познавательной мотивации // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2015. № 2 (32). С. 36–40.
7. Иванова И.В., Макарова В.А. Вариативность как ведущая тенденция развития современного дополнительного образования в России // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2015. Вып. 11 (164). С. 14–17.
8. Лопухина А.С. Основопологающие принципы педагогического контроля для отбора показателей оценки качества и эффективности получения школьниками физкультурного образования // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2015. Вып. 12 (165). С. 69–71.
9. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. 4-е изд. испр. и доп. СПб.: Лань, 2005. 384 с. (Учебники для вузов. Специальная литература).
10. Немов Р.С. Психология. М., 1996. 496 с.
11. Пешков В.Ф. Восстановительно-профилактическая направленность школьного урока физической культуры // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2015. Вып. 5 (158). С. 252–255.
12. Программа интегративного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби / А.В. Кулешов, Д.В. Бесполов, Е.Н. Федотова. М., 2012. 61 с.
13. Сидоров Л.К., Савчук А.Н. Двигательная потребность и двигательная активность: Этапы и пути развития: монография / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2007. 334 с.
14. Чумаков Б.Н. Валеология: Избранные лекции. М.: Российское издательское агентство, 1977. 245 с.
15. Balsevich V.K. Identification and Development of Sport Talent // Current Research in Sports Sciences. New York: Plenum Press. 1996. P. 1–4.
16. Sientop D., Hastie P., Van der Mars H. Complete Guide to Sport Education. Champaign, IL: Human Kinetics, 2004. 175 p.
17. Olsen B., Stordahl K. Model for forecasting cost evolution of components and technologies // Telektronikk. 2004. Vol. 100, № 4. P. 138–148.
18. Wolf-Wendel L., Ward K., Kinzie J. A tangled web of terms: The overlap and unique contribution of involvement, engagement, and integration to understanding college student success // Journal of College Student Development. 2009. № 50. P. 407–428.

# PHYSICAL EDUCATION OF 5<sup>TH</sup> – 7<sup>TH</sup> GRADERS OF THE GENERAL ACADEMIC SCHOOL IN THE CONTEXT OF IMPLEMENTATION OF FSES REQUIREMENTS

V.V. Boiko (Krasnoyarsk, Russia)

## Abstract

*Problem and purpose.* The article reveals the problems of physical education of 5<sup>th</sup>–7<sup>th</sup> graders of the general academic school. Among them is the problem of updating the content, methods and forms of teaching physical culture. *The purpose of the article* is to formulate the didactic principles of teaching physical culture to 5<sup>th</sup>–7<sup>th</sup> graders and to determine the appropriate methods and forms of training in the context of the implementation of FSES.

*The research methodology* is based on the analysis of normative and legal documents regulating the teaching of physical culture in general academic schools, the analysis and generalization of the results of scientific research on the studied problem of foreign and domestic scientists, the experience of teaching physical culture to 5<sup>th</sup>–7<sup>th</sup> graders.

*Results.* On the basis of the system-activity and competency-based approaches, the basic requirements for updating the content, methods and forms of teaching physical culture in the general academic school are presented. The basic principles of the formation of physical culture of 5<sup>th</sup>–7<sup>th</sup> graders in the classroom and in extra-curricular activities are formulated. The expediency of inclusion of sports games in the educational process as a condition for the development of the motivation for studying physical culture and playing sports is substantiated.

*Conclusion.* The article identifies the problem of finding effective technologies for teaching physical culture in today's general academic school. The results presented in the article will contribute to its solution.

**Key words:** *physical education, sport, physical culture lesson, sports games, extra-curricular activities, principles, content, methods.*

## References

1. Baranova L.K. & others (1970). Mental labor and physical culture. Moscow, MGU, 83 p.
2. Bessmertnyi A.M., Genkova I.V. (2015). Methods of evaluating the effectiveness of gamification in the learning process // Vestnik of KSPU named after V.P. Astafiev, 3 (33), 43–47.
3. Volodin S.V., Savchuk A.N. (2015). Theory and methodology of physical education of schoolchildren. Krasnoyarsk, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev, 429 p.
4. Glushchenko V.V. (2000). Forecasting. Moscow, University book, 208 p.
5. Dubrovskii V.I. (2004). Therapeutic physical culture: textbook for students of higher vocational institutions. 3rd ed., revised and enlarged. M., VLADOS, 624 p.
6. Zubtsova L.D., Klepatskii A.N., Sokolova A.N. (2015). Training of students in general engineering disciplines: the formation of their cognitive motivation // Vestnik of KSPU named after V.P. Astafiev, 2 (32), 36–40.
7. Ivanova I.V., Makarova V.A. (2015). Variability as the leading trend in the development of modern supplementary education in Russia // Bulletin of Tomsk State Pedagogical University, 11 (164), 14–17.
8. Lopukhina A.S. (2015). Fundamental principles of pedagogical control for the selection of indicators for assessing the quality and effectiveness of schoolchildren getting physical education // Bulletin of Tomsk State Pedagogical University, 12 (165), 69–71.
9. Matveev L.P. (2005). General theory of sport and its applied aspects, 4<sup>th</sup> ed., revised and enlarged. SPb, Lan', 384 p.
10. Nemov R.S. (1996). Psychology. Moscow, 496 p.
11. Peshkov V.F. (2015). Restorative and preventive orientation of a school lesson of physical culture // Bulletin of Tomsk State Pedagogical University, 5 (158), 252–255.
12. Kuleshov A.V., Bepolov D.V., Fedotova E.N. (2012). The program of an integrative course of physical education for students of general

- educational institutions on the basis of rugby. Moscow, 61 p.
13. Sidorov L.K., Savchuk A.N. (2007). The motor need and motor activity: Stages and ways of development: monograph / Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev. Krasnoyarsk, 334 p.
  14. Chumakov B.N. (1977). Valeology: Selected lectures. Moscow, Russian publishing agance, 245 p.
  15. Balsevich V.K. (1996). Identification and Development of Sport Talent //Current Research in Sports Sciences. New York, Plenum Press, 1–4.
  16. Siedentop D., Hastie P., Van der Mars H. (2004). Complete Guide to Sport Education. Champaign, IL: Human Kinetics, 175 p.
  17. Olsen B., Stordahl K. (2004). Model for forecasting cost evolution of components and technologies // Teletronikk, 100 (4), 138–148.
  18. Wolf-Wendel L., Ward K., Kinzie J. (2009). A tangled web of terms: The overlap and unique contribution of involvement, engagement, and integration to understanding college student success // Journal of College Student Development, 50, 407–428.