**Департамент образования и молодежной политики**

**Владимирской области**

**Государственное бюджетное профессиональное**

**образовательное учреждение Владимирской области**

**«Муромский педагогический колледж»**

**Домашняя контрольная работа**

по дисциплине МДК 01.07 Теория и методика физического воспитания с практикумом

**на тему:** «Эффективные методы, приемы и технологии реализуемые на уроках физической культуры в начальных классах»

|  |
| --- |
| **Выполнил:** |
| Степнов Антон Игоревич, |
| студент группы ЗШ-2  **Куратор, преподаватель:** Тимошина Анна Алексеевна |

2023 - 2024 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

[Введение 3](#_Toc159845798)

[1. Основные принципы организации уроков физической культуры в начальных классах 6](#_Toc159845799)

[2. Использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах 8](#_Toc159845800)

[3. Развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах 10](#_Toc159845801)

[4. Применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах 12](#_Toc159845802)

[5. Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах 14](#_Toc159845803)

[Заключение 16](#_Toc159845804)

[Список используемой литературы 18](#_Toc159845805)

# **Введение**

Физическая культура является одним из важных компонентов образования, влияющим на физическое и психическое развитие детей. Уроки физической культуры в начальных классах имеют особое значение, так как именно в этот период формируются основы здорового образа жизни, развивается физическая активность и формируются навыки и умения, необходимые для дальнейшего развития ребенка.

Целью данной работы является изучение эффективных методов, приемов и технологий, которые могут быть использованы на уроках физической культуры в начальных классах. Работа состоит из пяти глав, каждая из которых посвящена определенному аспекту организации уроков физической культуры.

Первая глава «Основные принципы организации уроков физической культуры в начальных классах» рассматривает основные принципы, которые должны лежать в основе организации уроков физической культуры. В этой главе будет рассмотрено значение систематичности и последовательности в проведении уроков, а также организация разнообразных форм работы и использование различных видов физической активности.

Вторая глава «Использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах» посвящена использованию игровых элементов в процессе обучения. Игры являются одним из наиболее эффективных способов привлечения детей к физической активности и развитию их физических способностей. В этой главе будут рассмотрены различные игровые формы работы, их значение для развития координации, гибкости, силы и выносливости у детей.

Третья глава «Развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах» посвящена развитию координационных способностей у детей. Координация играет важную роль в развитии двигательных навыков и способностей ребенка. В этой главе будут рассмотрены различные упражнения и игры, способствующие развитию координации у детей.

Четвертая глава «Применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах» посвящена применению средств физической реабилитации на уроках физической культуры. Физическая реабилитация играет важную роль в восстановлении и укреплении здоровья детей. В этой главе будут рассмотрены различные методы и средства физической реабилитации, которые могут быть использованы на уроках физической культуры.

Пятая глава «Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах» посвящена индивидуализации обучения на уроках физической культуры. Каждый ребенок имеет свои особенности и потребности, поэтому важно учитывать их при планировании и проведении уроков физической культуры. В этой главе будут рассмотрены различные методы индивидуализации обучения, которые позволяют учитывать особенности каждого ребенка.

В работе будут использованы различные источники, включая научные статьи, книги, методические рекомендации и практический опыт учителей физической культуры. В результате исследования будет предложен комплекс эффективных методов, приемов и технологий, которые могут быть использованы на уроках физической культуры в начальных классах для достижения оптимальных результатов в физическом и психическом развитии детей.

Актуальность исследования «Эффективные методы, приемы и технологии реализуемые на уроках физической культуры в начальных классах» обусловлена необходимостью разработки и внедрения эффективных подходов к обучению физической культуре в начальной школе. Уроки физической культуры в этом возрасте играют важную роль в формировании здорового образа жизни, физического развития и укрепления здоровья детей. В связи с этим, требуется проведение исследований, направленных на выявление оптимальных методов, приемов и технологий, способствующих максимальной эффективности обучения физической культуре в начальных классах. Результаты такого исследования позволят учителям разработать и применить новые подходы и методики, а также улучшить качество образования в данной области.

Объектом исследования в работе «Эффективные методы, приемы и технологии реализуемые на уроках физической культуры в начальных классах» являются уроки физической культуры, проводимые в начальных классах. Этот объект исследования включает в себя все аспекты урока физической культуры, такие как организационные моменты, содержание урока, методы и приемы преподавания, оценка достижений учащихся и технологии, применяемые на уроке.

Предметом исследования являются эффективные методы, приемы и технологии, которые могут быть использованы на уроках физической культуры в начальных классах для достижения максимальных результатов в физическом развитии и формировании здорового образа жизни учащихся.

# **Основные принципы организации уроков физической культуры в начальных классах**

Основные принципы организации уроков физической культуры в начальных классах являются основой для эффективного обучения детей физической активности, развития их физических способностей и формирования здорового образа жизни. В данном разделе мы рассмотрим основные принципы, которые должны быть учтены при организации уроков физической культуры для детей начальных классов.

Первым принципом является принцип систематичности и последовательности. Уроки физической культуры должны проводиться регулярно и в определенной последовательности, чтобы обеспечить постепенное развитие физических способностей учащихся. Для этого необходимо составить годовой план работы, в котором определены основные темы и задачи каждого урока. На каждом уроке необходимо учитывать предыдущие знания и умения учащихся, применять прогрессивные методы обучения и постепенно усложнять задания [12].

Вторым принципом является принцип индивидуализации обучения. Каждый ребенок имеет свои индивидуальные особенности и потребности. Поэтому важно учитывать эти особенности при организации уроков физической культуры. Необходимо давать возможность каждому ребенку проявить свои способности и достичь успеха в физической активности. Для этого можно использовать дифференцированные задания на уроке, учитывать уровень физической подготовки каждого ученика и предлагать индивидуальные цели и задачи [10].

Третьим принципом является принцип доступности и безопасности. Уроки физической культуры должны быть доступными для всех учащихся, независимо от их физической подготовки и способностей. Необходимо выбирать такие виды физической активности, которые могут быть выполнены всеми учащимися безопасно и без риска для здоровья. Важно также обеспечить безопасность на уроках, контролировать выполнение упражнений и использовать специальные средства защиты, если это необходимо [6].

Четвертым принципом является принцип активности и самостоятельности. Уроки физической культуры должны стимулировать активное участие учащихся и развивать их самостоятельность. Для этого необходимо предлагать задания, которые требуют активного движения и принятия решений. Важно также развивать у учащихся навыки самооценки и самоконтроля, чтобы они могли оценивать свои достижения и прогресс в физической активности.

Пятый принцип – принцип игровости и эмоциональности. Дети начальных классов особенно любят играть и учиться через игру. Поэтому на уроках физической культуры необходимо использовать игровые формы организации занятий. Игровые элементы помогут детям больше заинтересоваться уроком, повысить мотивацию к занятиям физической активностью и развить их эмоциональную сферу. Важно создать атмосферу радости и веселья на уроках, чтобы дети получали положительные эмоции от занятий физической культурой.

В заключение, организация уроков физической культуры в начальных классах должна основываться на основных принципах систематичности и последовательности, индивидуализации обучения, доступности и безопасности, активности и самостоятельности, а также игровости и эмоциональности. При соблюдении этих принципов уроки физической культуры станут более эффективными и интересными для детей, помогут им развить свои физические способности, укрепить здоровье и формировать здоровый образ жизни.

# **Использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах**

Использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах представляет собой эффективный метод, который способствует активизации учебной деятельности, развитию моторных навыков, формированию физической культуры и спортивной направленности у детей. Игровые элементы на уроках физической культуры помогают создать интересную и мотивирующую обстановку, что способствует повышению активности и эффективности учебного процесса.

Одним из основных преимуществ использования игровых элементов на уроках физической культуры является их способность стимулировать двигательную активность детей. Игровые элементы, такие как мячи, маркеры, биты и другие спортивные принадлежности, привлекают внимание детей и вызывают интерес к уроку. Благодаря этому, ученики проявляют большую активность и энтузиазм во время выполнения упражнений и игровых заданий [3].

Использование игровых элементов также способствует развитию моторных навыков у детей. На уроках физической культуры в начальных классах дети учатся правильно бросать, ловить, отскакивать мячи и другие игровые предметы. Это помогает им развивать координацию движений, точность и силу рук, а также улучшает их моторику и гибкость. Более того, игровые элементы позволяют детям осваивать различные виды спорта, такие как футбол, баскетбол, волейбол и другие, что расширяет их представление о мире спорта и способствует формированию спортивной направленности [11].

Одним из наиболее эффективных методов использования игровых элементов на уроках физической культуры является организация командных игр. Командные игры, такие как футбол, хоккей, догонялки и другие, позволяют детям развивать навыки сотрудничества, коммуникации, лидерства и соревновательности. В ходе командных игр дети учатся работать в команде, согласовывать свои действия с партнерами, принимать решения в условиях ограниченного времени и противостоять соперникам. Это способствует формированию у детей важных социальных навыков и качеств, которые будут полезны им в дальнейшей жизни [2].

Кроме того, использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах позволяет дифференцировать учебный процесс и адаптировать его под индивидуальные потребности каждого ученика. Некоторым детям может быть сложно выполнять сложные физические упражнения, однако при использовании игровых элементов они могут проявить большую активность и участвовать в игре наравне с остальными. Таким образом, игровые элементы позволяют привлечь внимание и заинтересовать каждого ребенка, что способствует эффективному усвоению материала и достижению лучших результатов.

В заключение, использование игровых элементов на уроках физической культуры в начальных классах является эффективным методом, который способствует активизации учебной деятельности, развитию моторных навыков, формированию физической культуры и спортивной направленности у детей. Игровые элементы на уроках физической культуры помогают создать интересную и мотивирующую обстановку, стимулируют двигательную активность, развивают моторику и гибкость, формируют социальные навыки и способствуют дифференциации учебного процесса. Поэтому, использование игровых элементов следует рассматривать как эффективный метод, который помогает детям полноценно развиваться и достигать успехов в области физической культуры и спорта.

# **3. Развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах**

Развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах является одной из важных задач образовательного процесса. Координация движений играет ключевую роль в формировании физической подготовленности ребенка, а также в его общем развитии и успешной адаптации в социуме. В данном разделе будет рассмотрено, какие методы, приемы и технологии могут быть эффективно использованы для развития координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах.

Перед началом занятий необходимо провести разминку, которая включает в себя комплекс упражнений на развитие гибкости и силы, а также упражнения для развития координации движений. Например, можно предложить детям выполнить упражнения на растяжку, такие как "кот", "собака", "мостик", а также упражнения на развитие силы, например, "отжимания" или "прыжки на месте". Эти упражнения помогут детям разогреться и подготовиться к основной части занятия [15].

Одним из эффективных методов развития координационных способностей у детей является использование игровых форм обучения. Игровые упражнения позволяют детям не только развивать координацию движений, но и получать удовольствие от участия в занятиях. Например, можно провести игру "Ходьба по линии", в которой дети должны пройти по линии, нарисованной на полу, не отходя от нее. Это упражнение поможет развить точность движений и улучшить координацию ног [1].

Также важно использовать разнообразные упражнения на развитие равновесия. Равновесие является одной из основных составляющих координации движений. Для развития равновесия можно использовать упражнения на балансирование, например, "ходьбу по бревну" или "ходьбу по балкам". Эти упражнения помогут детям улучшить свою проприоцепцию, то есть чувство своего тела в пространстве, а также развить уверенность в себе [14].

Одним из эффективных приемов развития координационных способностей у детей является использование музыки. Музыка способствует развитию ритма и чувства времени, а также помогает детям лучше контролировать свои движения. Например, можно провести упражнение "танец с лентами", в котором дети должны двигаться в такт музыке, держа в руках цветные ленты. Это упражнение поможет развить координацию движений рук и ног, а также улучшить музыкальность детей.

Технологии, используемые на уроках физической культуры в начальных классах, также могут быть эффективными средствами для развития координационных способностей у детей. Например, использование специальных тренажеров и оборудования, таких как мячи, скакалки или гимнастические коврики, позволяет детям развивать координацию движений и улучшать свои спортивные навыки. Также можно использовать компьютерные программы и игры, которые способствуют развитию координации и реакции у детей.

Важно отметить, что развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах должно быть постепенным и систематическим. Необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и предлагать ему упражнения, соответствующие его возрасту и уровню физической подготовленности. Также важно создавать положительную атмосферу на занятиях, поощрять и поддерживать детей в их усилиях.

Таким образом, развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах является важной задачей, которая требует использования эффективных методов, приемов и технологий. Использование игровых форм обучения, упражнений на развитие равновесия, музыки, а также специального оборудования и компьютерных программ позволяет эффективно развивать координацию движений у детей. Важно помнить о постепенности и систематичности занятий, а также создавать положительную атмосферу на уроках физической культуры.

# **4. Применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах**

Применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах является одним из эффективных методов, приемов и технологий, которые способствуют развитию физических и психических возможностей учащихся. Физическая реабилитация – это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или улучшение функций организма после заболеваний, травм или хирургических вмешательств.

Одним из основных средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах является физическая тренировка. Она включает в себя различные упражнения, направленные на развитие силы, выносливости, гибкости и координации движений. Физическая тренировка помогает укрепить мышцы, суставы и связки, улучшить общую физическую форму учащихся, а также повысить их устойчивость к физическим нагрузкам [7].

Еще одним средством физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах является массаж. Массаж способствует улучшению кровообращения, увеличению мышечного тонуса и снятию мышечного напряжения. Он помогает улучшить общую физическую форму учащихся, а также ускоряет процесс восстановления после физических нагрузок [4].

Другим важным средством физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах является растяжка. Растяжка способствует улучшению гибкости, укреплению мышц и связок, а также предотвращает возможные травмы. Растяжка помогает учащимся развивать координацию движений и гармоничность в выполнении различных упражнений [8].

Также на уроках физической культуры в начальных классах можно применять различные методы физической реабилитации, такие как электрофорез, лечебные ванны, аэрозольтерапия и др. Эти методы позволяют ускорить процесс восстановления организма, улучшить общее самочувствие учащихся и повысить их физическую активность.

Однако, необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого учащегося при применении средств физической реабилитации на уроках физической культуры. Некоторым детям могут быть противопоказаны определенные виды физических нагрузок или методы физической реабилитации. Поэтому важно проводить дифференцированный подход к организации занятий и учитывать медицинские рекомендации.

В заключение, применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах является эффективным методом, приемом и технологией, которые способствуют развитию физических и психических возможностей учащихся. Физическая тренировка, массаж, растяжка и другие методы физической реабилитации помогают укрепить организм, улучшить общую физическую форму и повысить физическую активность учащихся. Однако, необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого учащегося и проводить занятия с учетом медицинских рекомендаций.

# **5. Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах**

Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах является одним из эффективных методов и технологий, которые способствуют более полному и глубокому усвоению материала, развитию физических навыков и умений у каждого ученика. Этот подход основывается на учете индивидуальных особенностей каждого ребенка, его физической подготовленности, интересов и потребностей.

Одним из основных принципов индивидуализации обучения на уроках физической культуры является дифференциация заданий. Учитель должен предложить различные уровни сложности задач, учитывая возможности каждого ученика. Например, для детей с хорошей физической подготовкой можно предложить более сложные упражнения, а для детей с ограниченными физическими возможностями - более простые и адаптированные задания. Такой подход позволяет каждому ребенку достичь успеха и чувствовать себя уверенно на уроке [9].

Еще одним важным аспектом индивидуализации обучения является учет интересов и предпочтений учащихся. Учитель может предложить разнообразные виды физической активности, которые будут наиболее интересны и мотивирующи для каждого ребенка. Например, некоторым детям больше нравится играть в командных видах спорта, а другим - заниматься индивидуальными видами активности, такими как йога или танцы. Учитель должен создать условия для того, чтобы каждый ученик мог выбрать то, что ему ближе и интереснее [5].

Также важно учитывать индивидуальные потребности каждого ученика. Некоторым детям может требоваться больше времени для выполнения заданий, другим - дополнительная помощь и поддержка со стороны учителя. Учитель должен быть готов адаптировать уроки в соответствии с потребностями каждого ребенка, создавая комфортные условия для его развития и достижения успеха [13].

Также важно использовать различные методы и приемы обучения, которые позволяют более эффективно индивидуализировать процесс обучения на уроках физической культуры. Например, можно использовать метод проектов, где каждый ученик выбирает себе проект, связанный с физической активностью, и самостоятельно его разрабатывает и реализует. Такой подход позволяет каждому ребенку проявить свои творческие способности, развить самостоятельность и ответственность.

Также можно использовать методы индивидуального консультирования и обратной связи. Учитель может проводить индивидуальные беседы с каждым учеником, обсуждая его прогресс, достижения и проблемы. Такой подход позволяет ученикам осознать свои сильные и слабые стороны, развить мотивацию к самосовершенствованию и постоянному развитию.

Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах является важным и эффективным методом, который позволяет каждому ученику достичь успеха, развить свои физические навыки и умения, а также улучшить свое физическое и психологическое состояние. Основываясь на индивидуальных особенностях каждого ребенка, учитель может создать комфортные условия для его развития и обеспечить более качественное обучение на уроках физической культуры.

# **Заключение**

В заключении данной работы на тему «Эффективные методы, приемы и технологии реализуемые на уроках физической культуры в начальных классах» были рассмотрены основные принципы организации уроков физической культуры, использование игровых элементов, развитие координационных способностей, применение средств физической реабилитации и индивидуализация обучения.

В ходе исследования было выявлено, что организация уроков физической культуры в начальных классах должна основываться на принципах систематичности, доступности, познавательности и мотивации. Систематичность предполагает регулярность проведения уроков, что способствует укреплению здоровья детей и формированию у них привычки заниматься физическими упражнениями. Доступность уроков означает, что они должны быть доступными для всех детей, независимо от их физических возможностей и уровня подготовки. Познавательность предполагает использование разнообразных упражнений, направленных на развитие физических качеств и приобретение знаний о правильном выполнении упражнений. Мотивация является важным аспектом организации уроков, так как она побуждает детей к активной физической деятельности.

Одним из эффективных методов, используемых на уроках физической культуры в начальных классах, является использование игровых элементов. Игры позволяют детям развивать физические качества, такие как силу, гибкость, выносливость, а также координацию движений. Игровые элементы делают занятия более интересными и привлекательными для детей, что способствует их активному участию и развитию.

Развитие координационных способностей у детей на уроках физической культуры в начальных классах также является важной задачей. Координация движений играет важную роль в формировании правильной осанки, улучшении баланса и гармоничном развитии ребенка. Для развития координации используются различные упражнения, направленные на тренировку равновесия, точности движений и согласованности работы различных групп мышц.

Применение средств физической реабилитации на уроках физической культуры в начальных классах позволяет детям с ограниченными возможностями активно участвовать в занятиях и развивать свои физические качества. Физическая реабилитация включает в себя различные методы и техники, такие как массаж, лечебная гимнастика, водные процедуры и другие. Эти методы помогают детям преодолеть физические проблемы и улучшить свое здоровье.

Индивидуализация обучения на уроках физической культуры в начальных классах является неотъемлемой частью эффективного образовательного процесса. Каждый ребенок имеет свои особенности и потребности, поэтому важно учитывать их при планировании и проведении занятий. Индивидуализация обучения предполагает учет физического состояния, уровня подготовки и интересов каждого ребенка, что способствует его успешному развитию и достижению личностных целей.

Таким образом, исследование эффективных методов, приемов и технологий, реализуемых на уроках физической культуры в начальных классах, позволяет определить основные принципы организации уроков, использование игровых элементов, развитие координационных способностей, применение средств физической реабилитации и индивидуализацию обучения. Эти методы и приемы способствуют эффективному развитию физических качеств и здоровья детей, а также формированию у них интереса к физической культуре и активному образу жизни. Они являются важной составляющей образовательного процесса и способствуют достижению целей физического воспитания в начальных классах.

# **Список используемой литературы**

1. Алхасов, Д. С.  Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 254 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05755-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539504 (дата обращения: 26.02.2024).

2. Алхасов, Д. С.  Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539480 (дата обращения: 26.02.2024).

3. Алхасов, Д. С. Профессиональный модуль. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам» : МДК «Методика обучения предмету физическая культура». Раздел : Уроки физической культуры в системе физического воспитания школьников ( в таблицах и схемах) : методическое пособие / Д. С. Алхасов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. – 96 с.

4. Апашкина Н. В. Использование фитнес-технологий в режиме третьего урока физической культуры в общеобразовательной школе. – 2015. URL: http://golf63.org.ru/wp-content/uploads/2014/04/ОЗДОРОВЛЕНИЕ-НАЦИИ.pdf (дата обращения: 26.02.2024).

5. Белоусова Н. А. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся // Подготовка учителей и студентов к инновационным процессам в реализации Федеральных государственных образовательных стандартов. – 2015. – С. 113-126.

6. Гумеров Р. А. МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЕКТНОЙ РАБОТЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ // Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам. – 2017. – С. 492-495.

7. Евсеев С., Евсеева О. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. – Litres, 2022. URL: https://books.google.com/books?hl=ru&lr=&id=mb88DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&ots=egBLmB\_TfM&sig=S9iDapmHyvNgOOUned2c9JrWtC0 (дата обращения: 26.02.2024).

8. Зуденков К. Н. Управление качеством обучения детей с ОВЗ на уроке физкультуры : дис. – 2018. URL: http://elar.uspu.ru/handle/uspu/10533 (дата обращения: 26.02.2024).

9. Иванова Н. В. Методика драматизации сказки как средство развития коммуникативности младших школьников при обучении иностранному языку // Москва. – 2007. – С. 18.

10. Кибенко Е. И., Занина Т. Н., Ткачук П. В. Урок физической культуры. Современные технологии в обучении // Вестник Таганрогского института имени АП Чехова. – 2019. – №. 1. – С. 64-70.

11. Корольков А. Н. 1.7. Школьное физическое воспитание: межпредметный аспект // Инновационные технологии российского и зарубежного образования. – 2018. – С. 71-84.

12. Мамытов А.М., Иманалиев Т.Т. ИНСТРУМЕНТАРИЙ ОЦЕНИВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ // Известия Кыргызской академии образования. – 2011. – №. 1. – С. 3-11.

13. Соколова Л. Н., Гурьева Е. А. СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ // Вопросы современной педагогики и психологии: свежий взгляд и новые решения. – 2015. – С. 47.

14. Трещева О. Л. Формирование культуры здоровья личности в образовательной системе физического воспитания // ОЛ Трещёва Омск. – 2003.

15. Шурышев Н. А., Ермохин А. В., Сунчугашев О. А. ПОВЫШЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 12-13 ЛЕТ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ РАЗДЕЛА ПРОГРАММЫ" ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА" // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2022. – №. 11 (213). – С. 624-628.