
УДК 37.037.1

ББК 74.064

X 73

Л.А. Холодная

Соискатель кафедры общей педагогики Адыгейского государственного университета; р.т. 8(8772)59-39-85

В.Х. Делок

Соискатель кафедры общей педагогики Адыгейского государственного университета; р.т. 8(8772)59-39-85

Н.К. Куприна

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей педагогики Адыгейского государственного университета; р.т. 8(8772) 59-39-85

**КОГНИТИВНЫЙ КОМПОНЕНТ
ЛИЧНОСТНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖА И ЕЕ ФОРМИРОВАНИЕ
С ПРИМЕНЕНИЕМ ОПОРНЫХ СХЕМ**

(Рецензирована)

Аннотация. Основопологающим компонентом личностной физической культуры человека являются знания, нормы и правила поведения в процессе физического воспитания, понимание ценностей физической культуры и др. признаки, детерминирующие самостоятельную двигательную активность человека. Однако система физического воспитания уделяет недостаточное внимание формированию этого составляющего, сдерживая тем самым эффективное решение поставленных задач. В статье определяется содержание и эффективный методический прием формирования у учащихся колледжа когнитивного компонента личностной физической культуры.

Ключевые слова: личностная физическая культура человека, когнитивный компонент личностной физической культуры, содержание процесса формирования когнитивного компонента личностной физической культуры учащихся колледжа, схематизации содержания образования в области физической культуры.

L.A. Kholodnaya

Applicant for Candidate's degree of General Pedagogy Department of Adyghe State University; ph. 8(8772) 59-39-85

V.Kh.Delok

Applicant for Candidate's degree of General Pedagogy Department of Adyghe State University; ph. 8(8772) 59-39-85

N.K. Kuprina

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of General Pedagogy Department of Adyghe State University; ph. 8(8772) 59-39-85

**THE COGNITIVE COMPONENT OF PERSONAL PHYSICAL
TRAINING OF COLLEGE PUPILS AND ITS FORMATION
WITH APPLICATION OF BASIC SCHEMES**

Abstract. Knowledge, norms and rules of behavior in the course of physical training, understanding of values of physical training, etc. determining independent impellent activity of the person are the basic component of personal physical training. However the physical

training system pays insufficient attention to formation of this component, constraining the effective decision of tasks in view. This paper defines the content and the effective methodical means to form a cognitive component of personal physical training at pupils from college.

Keywords: personal physical training, a cognitive component of personal physical training, the content of formation of a cognitive component of personal physical training of pupils from college, a schematization of the content of education in the field of physical training.

Целевая установка системы физического воспитания на этапе формирования базовой физической культуры (К.Д. Чермит, Н.А. Цеева, 2008) к которому относятся процессы физического воспитания учащихся колледжа, вытекает из определения понятия «базовой физической культуры». Оно определено К.Д. Чермитом и Н.А. Цеевой (2008) как «результат социализации в области физической культуры, многокомпонентное личностное образование, определяемое в соответствии с наличием у человека обязательного минимума знаний, норм и правил поведения в процессе физического воспитания, понимания ценностей физической культуры, самодетерминирующей двигательной активности, позволяющей соответствовать основным требованиям общества по показателям здоровья, уровня физической подготовленности, работоспособности». Исходя из данного определения, когнитивный компонент процесса формирования личностной физической культуры учащихся колледжа должен содержать тот минимум знаний по методике и организации физического воспитания и самовоспитания, знаний норм и правил поведения в процессе физического воспитания, понимание ценностей физической культуры для личности, которые обеспечивают формирование базовой основы для организации физкультурного самообразования, физического самосовершенствования. Они представляют собой важнейшие факторы формирования в обществе устойчивых традиций самостоятельных занятий физическими упражнениями на протяжении всей индивидуальной жизни человека, а также позволяют устойчиво сохранять интерес к физическим упражнениям, высокий уровень двигательной активности, соответствовать требованиям общества по уровню физической готовности.

Из изложенных выше рассуждений вытекает то обстоятельство, что системным результатом формирования когнитивного компонента личностной физической культуры является не только наличие определенных знаний, но и изменения деятельностного составляющего. То есть системообразующим фактором, объединяющим все компоненты физической культуры, является деятельность человека, направленная на совершенствование личности, общества.

Таким образом, в качестве критериев сформированности когнитивного компонента личностной физической культуры учащихся колледжа могут быть выбраны знания различных компонентов системы физической культуры и процесса физического воспитания, а также уровень двигательной активности, показывающий степень усвоения и превращение знаний в инструмент, детерминирующий и активизирующий процесс физического самовоспитания.

Когнитивный компонент включает систему индивидуальных ресурсов личности, обуславливающих особенности познавательного отношения субъекта к личностному физическому состоянию и к окружающему его миру, социуму, а также характер воспроизведения действительности в индивидуальном сознании. Это индивидуально-своеобразные способы переработки, хранения информации на разных уровнях познавательного отражения. Основу данного компонента составляют общеобразовательные знания и умения. На наш взгляд, основу когнитивного компонента базовой физической культуры личности составляет владение методологией познания закономерностей физической культуры.

Известно, что процесс развития знаний проходит через цикл «Знание — познание — осознание — новое знание — осознание — самостоятельное знание» (самопознание, самовоспитание, самоконтроль). Это общее правило

остается малоприменяемым в процессе формирования базового уровня личностной физической культуры.

Новое знание можно назвать интеллектуальным знанием, знанием, включающим методологические, логические, исторические аспекты. В знании важную роль играют принципы, соединяющие в единый поток теорию и практику.

Другим важным условием определения содержания процесса формирования когнитивного компонента физической культуры личности является то обстоятельство, что элементы здорового образа жизни человека должны стать значимыми, занять полноправное место в его повседневности, стать частью культуры общества.

Содержание процесса формирования когнитивного компонента личностной физической культуры учащихся колледжа вытекает из структуры и этапа формирования физической культуры личности, а также определяются возрастными особенностями занимающихся. Для характеристики физической культуры в качестве компонента образа жизни выступают ее внутреннее содержание как форма деятельности, потребности, которые она удовлетворяет и развивает, а также связанные с ней социальные отношения, нормы и ценности (Л.П. Матвеев, 2004; С.Д. Неверкович, 2004 и др.). Таким образом, содержание процесса образования в области физической культуры должно включать в себя учебный материал о сущностных характеристиках физического воспитания, ценностях физической культуры, социальных условиях функционирования системы и сферы физической культуры.

Объективные отношения между человеком как личностью и материальными предпосылками воспроизведения его физического бытия порождают потребности физического существования. Через двигательную деятельность осуществляется не только приспособление, но и овладение человеком природными условиями, что демонстрирует взаимовоздействие человека и среды. В этой связи подчеркивается, что «по-

требности физического существования обусловлены исторически и социально: даже формы удовлетворения элементарных биологических нужд вырабатываются историческим развитием производства и культуры, зависят от условий и образа жизни различных социальных групп» (Г.Г. Дилигенский, 1976). Двигательная активность и ее составляющая — физические упражнения — являются факторами гармонизации человека, развития его физических кондиций, укрепления здоровья, приобретения двигательных умений и навыков, следовательно, и удовлетворения соответствующих потребностей. Это обстоятельство приводит к необходимости включения в состав изучаемых вопросов таких, которые раскрывают условия реализации нужд физического развития и физической подготовленности (в меру объективно существующих возможностей), двигательного режима, удовлетворяющего потребности в двигательной активности для данного контингента.

В силу выявленных характеристик феномена «физическая культура личности» в содержание процесса образования учащихся в области физической культуры должны быть включены темы, раскрывающие:

- общую структуру и механизм функционирования общей и физической культуры;

- физическую культуру личности как системное образование, ее компонентный состав и структуру (взаимосвязь между компонентами);

- особенности формирования физической культуры личности в системе базового и профессионального образования, обусловленные возрастными, психофизиологическими, индивидуально-типологическими характеристиками.

Как отмечает Л.П. Матвеев (2004), в формировании физической культуры личности, исходя из философской методологии, должна учитываться диалектическая взаимосвязь общего, особенного и единичного.

Общее отражает закономерные процессы становления физической культуры, обусловленные индивидуально-

психологическими особенностями и социальной средой, жизненным опытом, программно-целевой направленностью физической подготовки и другими особенностями процесса. Фактически здесь речь идет о базовом компоненте физической культуры.

Особенное определяется региональными, местными условиями, традициями развития общей и физической культуры, отраженными в педагогических отношениях, формах и содержании процесса формирования физической культуры, степени развитости учебно-материального, методического обеспечения, т.е. это региональный компонент физической культуры.

Единичное раскрывает конкретные особенности процесса образования и воспитания, самообразования и самовоспитания, учитывающих индивидуальную неповторимость личности, ее самоопределение в физической культуре и опирающихся на свободу выбора путей, форм, методов и средств включенности в нее, на ее связь с перспективной жизненной и профессиональной программой деятельности.

Необходимость рассмотрения всех уровней и обозначение места каждого из них связаны с тем, что они в совокупности обеспечивают основание для выбора средств, методов и методических приемов физического самовоспитания, то есть такого уровня знаний, который обеспечивает проявление деятельностного составляющего личностной физической культуры.

В качестве важнейшего составляющего содержания процесса физического воспитания учащихся и студентов колледжа должны выступать специфические «инструментальные» ценности физической культуры, к которым относятся рационально организованные формы двигательной деятельности, эффективные средства физического воспитания, способы и средства увеличения функциональных и адаптационных возможностей организма, совершенствования его форм и функций, повышения сопротивляемости к неблагоприятным факторам воздействия, формирования и совершенствования двигательных

умений и навыков, воспитания двигательных способностей. Формирование этих знаний в процессе теоретической подготовки не является обязательным условием в силу того, что их применение и реализация происходит на практических занятиях. Однако процесс практического их использования должен сопровождаться объяснением значения и эффективности применения инструментальных ценности физической культуры.

Ценности физической культуры приобретают общесоциальное и личностное значение, так как реализация специфических целевых ценностей физической культуры выражается в показателях физического совершенства, здоровье и уровне физической подготовленности человека к жизнедеятельности. Физическая культура в единстве с другими сторонами культуры вносит свой определенный вклад в формирование моральных, нравственных, интеллектуальных и эстетических ценностей личности, в ценностные ориентации человека, в общие ценности его образа жизни (Л.И. Лубышева, 2001; Л.П. Матвеев и др.). В этой связи эти ценности должны быть ясны учащимся колледжа и, следовательно, входить с содержанием процесса теоретического обучения в области физической культуры.

Важнейшим свидетельством эффективности процесса физического воспитания является процесс физического самоопределения, самоактуализации, самовоспитания, саморазвития и самосовершенствования в области физической культуры. Поэтому проблемы, связанные с этими явлениями, следует внести в содержание образования.

В данной работе определяется, что содержание образования в целостной системе формирования физической культуры личности раскрывается в стимулировании учебно-познавательной и практической деятельности по овладению ценностями физической культуры, преобразованию их в личностно значимые ценности и передаче окружающим (В.У. Агеев, И.М. Козлов, 1997). В процессе этой деятельности

активизируются самосознание и самопознание. На этой основе обеспечивается развитие процессов самоориентации, самоактуализации, самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, самозменения, самосовершенствования.

Нельзя не согласиться с объективной реальностью, что содержательные аспекты физической культуры личности реализуются в совокупности организационно-педагогических элементов, представляющих собой целостность и функциональное единство (учебный процесс, внеучебная деятельность, спортивная, учебно-научная, общественная, общение, средства массовой коммуникации), но обладающих специфическими возможностями воздействия. Главным источником формирования качеств личности является учебная (включая практику) и внеучебная физкультурно-спортивная деятельность, включающая мотивационный, содержательный, организационный, процессуальный, контрольно-оценочный компоненты (М.Я. Виленский, 2004). Раскрытие особенностей применения различных форм физического воспитания, их структурных особенностей, места в общей системе формирования личностной физической культуры способствует формированию ряда знаний, умений и представлений, лежащих в основе самостоятельности в области физического воспитания.

Целевая установка в физическом воспитании обучающихся определяется социальными требованиями к формированию личности, требованиями современной системы непрерывного образования к формированию личности. Это обстоятельство подчеркивает социальную одобряемость деятельности в области физической культуры, а их знания обеспечивают уверенность в поддержке стремления к формированию личностной физической культуры родителями, педагогами, взрослыми и значимыми сверстниками.

Физическая культура личности воплощается в определенном уровне физического развития, подготовленности и образованности, в осознании путей и способов его достижения и проявля-

ется в разнообразных видах и формах деятельности. Знание норм физического развития, физической подготовленности, способов оценки уровня сформированности двигательных навыков позволяет проявить учащимся способности к анализу собственного состояния, определить ближайшие цели и перспективные задачи, обеспечить мотивационную поддержку системы занятий физическими упражнениями, чем объясняется необходимость их внесения в содержание образования.

Изложенные выше подходы позволяют принять за методологическую основу формирования когнитивного компонента базовой физической культуры личности общую методологию познания и формирования общеобразовательных знаний и умений, в том числе применить схематизацию содержания обучения как эффективный способ передачи знаний.

Когнитивный компонент лежит в основе всех других компонентов личностной физической культуры, обеспечивает их единство, интеграцию и кооперацию. Это позволяет принять в качестве исходной идеи формирования личностной физической культуры студентов учреждений среднего профессионального образования идею приоритетности ее развития (М.Я. Виленский, 2004; К.Д. Чермит, 2008).

Анализ имеющихся в литературе материалов свидетельствует о недооценке роли теоретического материала в процессе учебной работы. Он представляется в роли второстепенного, сугубо вспомогательного, а нередко и в качестве помехи основному делу — выполнению упражнений (О.Н. Баранков, 1991; Л.А. Коровина, 1998). О достаточной разработанности методики формирования специальных знаний в области физической культуры можно говорить только в той её части, которая связана с преподаванием элементарных, или узкоспециальных, знаний в процессе проведения практических занятий. Поэтому выявляется недостаточная разработанность методики формирования знаний в процессе преподавания предмета «Физическая куль-

тура» в образовательных учреждениях общего и профессионального образования (М.Я. Виленский, 2004 и др.).

Одним из эффективных современных способов формирования базового составляющего системы знаний является использование в обучении опорных конспектов, опорных схем и других видов учебных опор (В.Ф. Шаталов, 1989; Б.В. Фурмана, 1991 и др.), позволяющее выделить главное, существенное из учебного материала, реализовать принцип наглядности (Н.В. Громыко, 2005; Д.Б. Эльконин, 1982 и др.) и обеспечить эффективное ее изучение.

В системе физического воспитания подходы, связанные с формированием знаний, с использованием опорных схем, в редких случаях рассматривались для системы высшего образования (А.Б. Бугашев, 2010; Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов, 2008), а также в системе подготовки будущих специалистов по теории и методике физического воспитания (К.Д. Чермит, 2005).

Эффективность применения системы опорных схем для теоретического образования и недостаточное их использование для формирования когнитивного компонента личностной физической культуры определяет необходимость разработки компонентов идеологии и методики их применения в процессе физического воспитания.

Таким образом, в современной теории физической культуры обнаруживается требующее своего срочного разрешения научное противоречие между:

— общественной потребностью в формировании когнитивного компонента личностной физической культуры и неразработанностью эффективных методов ее формирования;

— возможностями эффективного формирования системы знаний с использованием опорных схем и неразработанностью методики ее применения для системы физического воспитания студентов колледжей.

Социальная и педагогическая необходимость разрешения данных противоречий позволяет выбрать в качестве цели исследования обоснование эффективности схематизации содержания

образования для формирования когнитивного компонента личностной физической культуры студентов колледжа.

Следует полагать, что изменение социальных функций физической культуры и условий ее функционирования определяет необходимость изменения целевой установки физического воспитания и ее ориентацию на формирование физической культуры личности. В таком случае формирование когнитивного компонента личностной физической культуры, вероятно, выступает новой, но органической составляющей целостного образовательного процесса в колледже. Методической основой ее формирования, по-видимому, должно явиться использование схематизации содержания образования, являющейся эффективной методикой формирования базового компонента системы знаний.

Следует предположить существование возможности создания принципиально новой, методологически обоснованной и реализуемой идеи формирования когнитивного компонента личностной физической культуры учащихся колледжа на основе применения опорных схем при проведении теоретических занятий по физическому воспитанию студентов. При этом появляется возможность обосновать направления повышения личностной физической культуры учащихся: изменение целевой установки физической культуры и ее ориентацию на социализацию людей в области здорового образа жизни и физической культуры личности; обеспечение опережающего и равноценного с другими компонентами личностной физической культуры развития когнитивной составляющей; формирование готовности и социальной активности студентов в области физического самовоспитания; определение содержания процесса формирования когнитивного компонента личностной физической культуры в зависимости от этапа формирования физической культуры личности и возрастными особенностями занимающихся; определение в качестве приоритетного направления физического воспитания студентов колледжа процесса овладения инструментальными

ценностями физической культуры, являющихся основой самоактуализации, самовоспитания, саморазвития и самосовершенствования в области физической культуры; использование укрупненных единиц учебного материала и опорных сигналов в виде опорных схем для облегчения процесса передачи и понимания учащимися базовых знаний и формирования когнитивного компонента личностной физической культуры.

Сформулированный подход позволит обеспечить структурирование теоретического содержания предмета «физическая культура», выделение укрупненных единиц учебного материала и на этой основе разработать опорные схемы для формирования базовых теоретических знаний и представлений о физической культуре у студентов средних специальных учебных заведений.

Кроме того, появляется возможность выделения условий для применения методического приема схематизации в процессе физического воспитания студентов средних специальных учебных заведений: выделение существенного, главного в учебном материале; опора на главный элемент знания и на его зрительное восприятие при обучении; обеспечение последовательности в расположении материала в соответствии с логикой изложения и логикой взаимосоответствия содержания; обеспечение оптимальности в наглядности, возможной лаконичности и логической завершенности каждой схемы; преобладание установки на развитие самостоятельности, инициативности, творческих способностей на основе использования опорных схем для самостоятельной работы в подготовке к контрольным мероприятиям; ограничение объема информационной насыщенности схем в соответствии с временными рамками, отводимыми для ее рассмотрения; включение в процесс выполнения творческих заданий по физической культуре информации, представленной в опорных схемах; постепенное повышение степени самостоятельности обучающихся при использовании содержания опорных схем.

В качестве основного содержания когнитивного составляющего базового уровня личностной физической культуры учащихся колледжа, требующих схематизации, выделяются знания:

— по методике и организации физического воспитания и самовоспитания;

— норм и правил поведения в процессе физического воспитания;

— ценностей физической культуры, в том числе специфических «инструментальных» ценностей физической культуры (рационально организованные формы двигательной деятельности, эффективные средства физического воспитания, способы и средства увеличения функциональных и адаптационных возможностей организма, совершенствования его форм и функций, повышения сопротивляемости к неблагоприятным факторам воздействия, формирования и совершенствования двигательных умений и навыков, воспитания двигательных способностей);

— об индивидуальных физических способностях, способностях по переработке, хранению информации на разных уровнях познавательного отражения системы физической культуры общества;

— о способах познания, развития интеллектуальных умений, путях интеллектуального развития и саморазвития личности в процессе физического воспитания;

— о элементах здорового образа жизни человека, о значимости физической культуры как компонента образа жизни;

— о потребностях, которые удовлетворяют и развивают физические упражнения и физическое воспитание, о связанных с ней социальных отношениях;

— о сущностных характеристиках физического воспитания, социальных условиях функционирования системы и сферы физической культуры;

— знания, раскрывающие условия реализации нужд физического развития и физической подготовленности (в меру объективно существующих возможностей), двигательного режима, удовлетворяющего потребности в двигательной активности;

— знания, обеспечивающие формирование представлений об общей структуре и механизмах функционирования общей и физической культуры;

— о физической культуре личности как системном образовании, ее компонентном составе, структуре, взаимосвязи между компонентами;

— об особенностях формирования физической культуры личности в системе базового и профессионального образования, обусловленных возрастными, психофизиологическими, индивидуально-типологическими характеристиками учащихся колледжа;

— о способах выбора средств, методов, методических приемов и подходов к осуществлению физического самовоспитания, самоопределения в области физической культуры, физической самоактуализации, самовоспитания, саморазвития и самосовершенствования;

— о совокупности организационно-педагогических элементов, представляющих собой целостность и функциональное единство (учебный процесс, внеучебная деятельность, спортивная, учебно-научная, общественная, общение, средства массовой коммуникации);

— об особенностях применения различных форм физического воспитания, их структурных особенностях, места в общей системе формирования личностной физической культуры;

— о социальных требованиях к формированию личности и общественной одобряемости деятельности в области физической культуры;

— о нормах физического развития, физической подготовленности, спосо-

бах оценки уровня сформированности двигательных навыков;

— о личностных ближайших целях и перспективных задачах занятий физическими упражнениями.

Структура занятий физическими упражнениями, построение которой регламентируется государственным образовательным стандартом, не допускает самостоятельного установления учебным заведением объема нагрузки, выделяемого на изучение теоретического и практического курсов. В этой связи часть когнитивного составляющего личностной физической культуры учащихся колледжа следует изучать на практических занятиях.

Остальная часть знаний может быть блокирована и содержать пять тем:

1. Социокультурные основы физического воспитания;

2. Психолого-педагогические основы физического воспитания студентов средних профессиональных учебных заведений;

3. Медико-биологические основы физического воспитания и самовоспитания;

4. Профессионально-прикладная физическая культура личности и ее формирование в процессе обучения в колледже;

5. В помощь желающим самостоятельно заниматься физической культурой.

Последняя тема может быть использована в виде цикла теоретических и практических занятий в форме факультатива. К участию в нем следует привлекать по желанию учащихся и студентов, а также их родителей.

Примечания:

1. Агеев В.У., Козлов И.М. Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей как механизм укрепления здоровья и совершенствования системы образования // Экология и здоровье детей — основа устойчивого развития общества: материалы 3 Всерос. конгр., 24-27 июня 1997 г. СПб., 1997. С. 28-29.

2. Баранков О.Н. Пути и методы резкого повышения уровня общефизической подготовки детей в школе, располагающей обычной спортивной базой // Теория и практика физической культуры. 1991. №2. С. 59.

3. Бгуашев А.Б. Общетеоретические и методические основы физического воспитания студентов: схемы и комментарии: учеб. пособие. М., 2006. 179 с.

4. Виленский М.Я., Бегидова С.Н. Профессионально-творческое развитие личности специалиста физической культуры и спорта в процессе обучения. М.; Иркутск, 2004. 215 с.

5. Дворкин Л.С., Чермит К.Д., Давыдов О.Ю. Физическое воспитание студентов. Ростов н/Д; Краснодар: Феникс: Неоглори, 2008. 700 с.

-
6. Дилигенский Г.Г. Проблемы теории человеческих потребностей // Вопросы философии. 1976. №9. С. 30-43; 1977. №2. С. 111-123.
 7. Коровина Л.А. Усилит гиподинамию учащихся // Физическая культура в школе. 1998. №2. С. 53.
 8. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пос. М.: Академия, 2001. 240 с.
 9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: введение в предмет: учебник. СПб.: Лань, 2004. 160 с.
 10. Неверкович С.Д. Метапредмет «Развивающая педагогика спорта» // Теория и практика физической культуры. 2004. №9. С. 4-6.
 11. Фурман Б.В. Опора в обучении как средство активизации познавательной деятельности учащихся: дис. ... канд. пед. наук. Харьков, 1991. 218 с.
 12. Чермит К.Д., Цеева Н.А. Базовая физическая культура личности: определение понятия // Физическая культура, спорт — наука и практика. 2008. №3. С. 6-8.
 13. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы. М.: Сов. спорт, 2005. 272 с.
 14. Шаталов В.Ф., Шейман В.М., Хаит А.М. Опорные конспекты по кинематике и динамике: кн. для учителя. М.: Просвещение, 1989. 143 с.
 15. Эльконин Д.Б. Роль знакового опосредствования в решении задач «на соображение»: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1982. 246 с.

References:

1. Ageevets V.U., Kozlov I.M. Integration of motorial and cognitive activity of children as the mechanism of health strengthening and education system improvement // Ecology and children's health — a basis of a steady development of society: the materials of the 3d All-Russia Congress, June, 24-27th, 1997. SPb., 1997. P. 28-29.
2. Barankov O.N. Ways and methods of sharp increase of the level of children's general physical training at a school having a usual sports base // Theory and practice of physical training. 1991. №2. P. 59.
3. Bguashev A.B. General-theoretic and methodical foundations of physical training of students: schemes and comments: a manual. M., 2006. 179 pp.
4. Vilensky M.Ya., Begidova S.N. Professional and creative development of the personality of the physical training and sports specialist in the course of training. M.; Irkutsk, 2004. 215 pp.
5. Dvorkin L.S., Chermit K.D., Davydov O.Yu. The physical education of students. Rostov-on-Don; Krasnodar: Phoenix: Neoglory, 2008. 700 pp.
6. Diligensky G.G. The problems of the theory of human demands // Philosophy Questions. 1976. №9. P. 30-43; 1977. №2. P. 111-123.
7. Korovina L.A. To eliminate pupils' hypodynamia // Physical training at school. 1998. №2. P. 53.
8. Lubyshcheva L.I. Sociology of physical training and sports: a manual. M.: Academia, 2001. 240 pp.
9. Matveev L.P. Theory and methods of physical training: introduction to the subject: a textbook. SPb.: Lan, 2004. 160 pp.
10. Neverkovich S.D. Metasubject «The developing pedagogy of sports» // Theory and practice of physical training. 2004. №9. P. 4-6.
11. Furman B.V. Support in education as activation means of cognitive activity of pupils: Dissertation for the Candidate of Pedagogy degree. Kharkov, 1991. 218 pp.
12. Chermit K.D., Tseeva N.A. The basic physical culture of a person: concept definition // Physical training, sports — science and practice. 2008. №3. P. 6-8.
13. Chermit K.D. Theory and methods of physical training: supporting schemes. M.: Sov. Sports, 2005. 272 pp.
14. Shatalov V.F., Sheiman V.M., Hait A.M. Supporting abstracts on kinematics and dynamics: Teacher's book. M.: Prosveshchenie, 1989. 143 pp.
15. Elkonin D.B. The role of the sign mediation in doing «the consideration sums»: Dissertation abstract for the Candidate of Pedagogy degree. M., 1982. 246 pp.