

УДК 37.016:796
ББК 74.200.55
Н 34

Ю.В. Науменко

Доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики Волгоградской государственной академии физической культуры»; E-mail: naumenko.yv@yandex.ru

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ КОНЦЕПЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

(Рецензирована)

Аннотация. Автор, опираясь на разработанную им социально-культурную концепцию здоровьесформирующего образования, обосновывает новое педагогическое содержание социально-культурного феномена «физическая культура» и его составляющих компонентов. Уточняются задачи и результат обучения и воспитания физической культуре, а также вводится категория «индивидуальная физическая культура», которая, не отрицая биологическую составляющую, актуализирует личностно смысловую составляющую социально-культурного феномена «физическая культура». Впервые обосновывается необходимость использования нескольких средств в образовании в области физической культуры (двигательная физическая активность и решение жизнеутверждающих ситуаций). Теоретико-методологические суждения, изложенные автором в статье, могут послужить основанием для проектирования принципиально новой социально-культурной концепции педагогики физической культуры, а также оказать существенное влияние на содержание образования в области физической культуры.

Ключевые слова: здоровье, личностная смысловая система «внутренняя картина здоровья», жизнеспособность, здоровый образ жизни, физическая культура, культура здоровья, культура движений, культура телосложения, индивидуальная физическая культура, образование в области физической культуры, обучение физической культуре, воспитание физической культуры.

Yu.V. Naumenko

Doctor of Pedagogy, Professor of the Department of Pedagogy, the Volgograd State Academy of Physical Culture; E-mail: naumenko.yv@yandex.ru

BASIC PROVISIONS OF THE SOCIOCULTURAL CONCEPT OF SPORTS EDUCATION

Abstract. The author, being guided by the sociocultural concept of health-forming education developed by him, proves the new pedagogical content of a sociocultural phenomenon “physical culture” and its components. Tasks and result of training and education in physical culture are specified. Also the category “individual physical culture” is introduced, which, without denying a biological component, actualizes a personal semantic component of a sociocultural phenomenon “physical culture”. For the first time the paper proves that several means should be used in education in the field of physical culture (motive physical activity and the solution of vital situations). The theoretical-methodological judgments, stated by the author in this paper, can form the basis for design of essentially new

sociocultural concept of pedagogy of physical culture, as well as have significant effect on the content of education in the field of physical culture.

Keywords: Health, personal semantic system “internal picture of health”, viability, a healthy lifestyle, physical culture, culture of health, culture of movements, culture of a constitution, individual physical culture, education in the field of physical culture, training in physical culture, education and development of physical culture.

В проведенном нами теоретическом исследовании мы сформулировали новое понимание педагогической сущности социально-культурных феноменов «здоровье», «здоровый образ жизни» и «физическая культура» [1]:

– **Социокультурный феномен «здоровье» в педагогическом контексте** – это социокультурная характеристика человека, которая интегрирует системные элементы действенно-практической и смысловых сфер личности (жизнеспособность и внутренняя картина здоровья) и проявляется в успешности жизнедеятельности по достижению состояния благополучия (физического, душевного и социального).

– **Социокультурный феномен «здоровый образ жизни» в педагогическом контексте** – это индивидуальная стратегия жизнедеятельности человека по достижению состояния благополучия, которая реализуется на основе ценностных социокультурных представлений о феномене «здоровье» и с учетом индивидуальных особенностей жизнеспособности.

Поэтому становление здорового образа жизни в педагогическом контексте – процесс личностного развития человека, интегрирующий поиск индивидуально-значимого и приемлемого способа сохранения здоровья и осознанное совершенствование жизнеспособности.

Логика становления здорового образа жизни (в педагогическом контексте) заключается во взаимосвязанном переходе от осознания человеком личностной значимости ценности здоровья и необходимости здорового образа жизни через формирование системных знаний о

здоровье как социально-культурном явлении и о здоровом образе жизни как специфическом и жизненно необходимом навыке личностного саморазвития (*обогащение и конкретизация внутренней картины здоровья*) к выработке индивидуально привлекательной и осознанной стратегии здорового образа жизни (*совершенствование жизнеспособности*).

Становление здорового образа жизни может проходить как пассивного (частично сформированного) образа жизни человека, управляемого обстоятельствами «из вне», так и как активный процесс самосовершенствования, направленный на саморазвитие и самоактуализацию человека, организуемый и управляемый самой личностью, основанный на индивидуальных особенностях организма и подразумевающий адекватный приоритет здоровья над материальными ценностями.

Педагогическая сущность активного становления здорового образа жизни заключается в осознании личностью ценности здоровья и инструментальной значимости навыков здорового образа жизни как средства сбережения и совершенствования своей психофизиологической жизнеспособности, а также качественного изменения уровня научных и бытовых знаний об организме и окружающей среде, реализации накопленных знаний о здоровом образе жизни на практике с учетом индивидуальных особенностей (антропометрические данные, темперамент, физиологическое состояние организма и др.).

Другими словами, активное становление здорового образа жизни

возможно только при осознанном активном освоении человеком физической культуры.

Физическая культура – исторически изменяющееся позитивно ценностное отношение субъекта (индивида, социальной группы или общества в целом) к телесности, формирующееся в процессе осмысления определенных социальных идеалов, смыслов, символов, норм и образцов существования социально-культурного тела (уточнение и гармонизация внутренней картины здоровья) и предполагающее осознанное активное становление здорового образа жизни (совершенствование жизнеспособности), в результате которого происходит превращение природного тела в социально-культурное.

Предложенная нами формулировка близка по существу к аналогичному определению физической (телесной) культуры С.Ю. Баринава, В.И. Столярова, С.А. Фирсина [2], но в нашей трактовке более полно раскрыта социокультурная составляющая феномена «физическая культура» с использованием введенных нами понятий (внутренняя картина здоровья и жизнеспособность) и нового понятия «социально-культурное тело».

Понятие «**природное тело**», по мнению С.Ю. Баринава, В.И. Столярова, С.А. Фирсина [2], характеризует биологическое тело индивида, подчиняющееся законам существования, функционирования и развития живого организма. Соответственно «**социальное тело**» они рассматривают как результат взаимодействия естественно данного человеческого организма (природного тела) с социальной средой (реактивные и адаптивные «ответы» природного тела на вызовы (требования) окружающего социума).

Однако, кроме реактивного адаптивного ответа на вызовы (требования) окружающего социума, возможна целенаправленная осознанная работа индивида над собой

(своим внешним обликом, физическими качествами и свойствами организма) в соответствии с сформировавшейся личностной смысловой системой «внутренняя картина здоровья». И этот процесс осмысленного социально-культурного строительства своего «тела» (в отличие от реактивного адаптивного «ответа» на внешние вызовы) является бесконечным по времени, т.к. изменения внутренней картины здоровья обязательно будут сопровождаться модернизацией наличного «тела». Поэтому мы считаем целесообразным и необходимым ввести понятие «социально-культурное тело».

«**Социально-культурное тело**» – продукт культуросообразного формирования и использования телесного начала человека, когда важно не только социально-функциональное предназначение природного тела, но и его личностно-смысловое бытие.

С учетом введенных нами понятий может быть дана принципиально новая сущностная характеристика элементов **физической культуры** (культура здоровья, культура движений и культура телосложения), которые даны в работах И.М. Быховской [3] и С.Ю. Баринава, В.И. Столярова, С.А. Фирсина и др. [2].

Мы предлагаем рассматривать культуру здоровья как **полноправную, социально значимую составляющую культуры общества и личности, как один из жизнеобеспечивающих компонентов существования человека культурного, предполагающий формирование:** а) совокупности знаний, ценностей, норм, идеалов, связанных с представлениями о здоровье и НЕ-здоровье, выражающих отношение к здоровью как к ценности (или, напротив, Не-ценности); б) системы установок, выполняющих регулятивно-ориентирующие функции в отношении тех видов деятельности, которые обеспечивают формирование, поддержание и укрепление здоровья (или же,

напротив, его разрушение); **в)** системы оценок состояния здоровья человека, которые включают объективные оценки непосредственного характера (объективное состояние физического здоровья) и опосредованные символические оценки, характеризующие определенный образ жизни человека (например, здоровый или нездоровый вид).

Таким образом, **освоение культуры здоровья – это процесс последовательного уточнения и конкретизации личностной смысловой системы «внутренняя картина здоровья», который может быть охарактеризован следующими показателями:** **а)** способностью человека ориентироваться в мире здоровья, а также его грамотностью в вопросах здоровья и информационной готовностью к оздоровительной деятельности (*информационно-ориентировочный компонент внутренней картины здоровья*); **б)** мотивационной готовностью человека к осознанной и целенаправленной деятельности по сохранению и укреплению здоровья – наличие интереса к здоровью, здоровому образу жизни, сформированность потребности в заботе о здоровье (*мотивационный компонент внутренней картины здоровья*); **в)** деятельностной (операционная) готовностью человека к оздоровительной деятельности (*операционный компонент внутренней картины здоровья*); **г)** принятием человеком здорового образа жизни и сознательным использованием различных элементов здоровьесберегающего поведения (правильная организация труда и отдыха, сбалансированное питание, регулярные занятия физическими упражнениями и спортом и т.д.), а также осознанным противостоянием (деятельное неприятие) различных аспектов поведения, наносящих вред здоровью (*праксеологический компонент внутренней картины здоровья*).

Уровень проявления вышеназванных показателей личностной

смысловой системы «внутренняя картина здоровья» служит не только характеристиками освоения человеком культуры здоровья, но и является также характеристиками реального состояния его здоровья как социально-культурного феномена.

Культура движений (двигательная культура), с учетом идеи И.М. Быховской, С.Ю. Барина, В.И. Столярова и С.А. Фирсина [3; 13], как полноправная, социально значимая составляющая культуры общества и личности, как один из жизнеобеспечивающих компонентов существования человека культурного, включает: **а)** знания о том, что такое двигательные способности человека, о путях, средствах, методике их формирования и совершенствования (у себя и других) в соответствии с определенными культурными образцами этих способностей; **б)** понимание и обоснование значимости двигательных способностей, необходимости их формирования и совершенствования в соответствии с определенными культурными образцами и нормами; **в)** стремление (желание) человека определить уровень развития своих двигательных способностей и добиться его повышения в соответствии с определенными культурными образцами и нормами; **г)** приемы реальной деятельности человека, направленной на выявление уровня развития своих двигательных способностей, разработку и реализацию программы их совершенствования.

Сравнивая определение культуры движения и сформулированное ранее определение жизнеспособности человека, мы можем сделать следующий вывод о том, что **освоение культуры движения (двигательной культуры) – это процесс последовательного совершенствования жизнеспособности человека (в частности, психофизиологической).**

Результатом освоения человеком культуры движения

(совершенствование психофизиологической жизнеспособности) является уровень его двигательнo-пластической подготовки, который включает: а) разнообразие двигательных способностей и связанных с ними физических качеств, а также уровень их развития; б) технически совершенное выполнение двигательных действий (легкость и непринужденность, точность и законченность), включая чувство музыки и ритма в движениях; в) уровень «одухотворенности» движения или проявление способности в движениях (жестах, мимике, позах, походке) выражать чувства и переживания, вызванные музыкой, картинами природы, ситуацией, обстановкой и т.д., а также проявление способности в движениях создавать художественные образы.

Культура телосложения как полноправная, социально значимая составляющая культуры общества и личности, как один из жизнеобеспечивающих компонентов существования человека культурного описывает содержание и приемы социокультурной модификации (коррекции) внешних характеристик природного тела в соответствии с социокультурными нормами в эстетических характеристиках «красиво – НЕ-красиво».

Другими словами, освоение культуры телосложения – это процесс последовательного совершенствования социально личностной жизнеспособности человека, в части принятия физического «Я» и его совершенствования в результате социокультурной модификации природного тела к социокультурному телу.

Таким образом, индивидуальная физическая культура человека – это результат освоения и принятия человеком (интериоризации) социокультурных эталонов, ценностей и норм телесности, которые, во-первых, стали достоянием его внутреннего мира (внутренняя картина здоровья). Во-вторых,

их проявление в повседневной жизнедеятельности человека характеризует его образ жизни (жизнеспособность).

Основными показателями индивидуальной физической культуры личности являются: а) отношение человека к своему здоровью как к ценности; б) характер этого отношения (только декларативное или реальная забота о своем психофизическом состоянии, предполагающая сознательную, целенаправленную деятельность с целью поддержания в норме и совершенствования различных его параметров); в) степень ориентации на реальную заботу о своем физическом состоянии в повседневной жизнедеятельности; г) уровень знаний об организме, о его физическом состоянии, о средствах воздействия на него и методике их применения; д) характер ценностей, которые индивид связывает с телом, одобряемые и реализуемые им на практике идеалы, нормы, образцы поведения, связанные с заботой о физическом состоянии; е) многообразие используемых средств поддержания в норме и совершенствования физического состояния и различных его параметров (соматическое здоровье, телосложение, физические качества и двигательные способности); ж) умение эффективно применять эти средства поддержания в норме и совершенствования физического состояния и различных его параметров; з) результаты деятельности по поддержанию в норме и совершенствованию физического состояния (уровень физической подготовленности, уровень соматического здоровья, особенности телосложения, особенности проявления физических качеств и двигательных способностей); и) стремление оказать помощь и реальное содействие другим людям в их оздоровлении и физическом совершенствовании, а также наличие соответствующих знаний, умений, ценностных ориентаций и т.д.

Таким образом, индивидуальная физическая культура личности включает не только социально сформированные физические качества и двигательные способности. Человек с высоким уровнем развития физической культуры должен хорошо знать закономерности функционирования и развития организма, пути, механизмы и средства воздействия на него. У такого человека должна быть выработана потребность в систематическом воздействии на свое физическое состояние с целью изменения его в нужном направлении. Он должен обладать умениями и навыками правильно (в соответствии с принятыми в обществе нормами и образцами) использовать наиболее эффективные средства такого воздействия и применять эти умения и навыки в своем реальном поведении. Он должен быть готов оказать помощь и реальное содействие другим людям в их оздоровлении и физическом совершенствовании.

В научной и учебно-методической литературе очень часто используются понятия «физическое образование» и «физическое воспитание» [2-13].

Отметим, что в соответствии с устоявшийся общепедагогической терминологией (Н.В. Бордовская, А.А. Реан, В.А. Сластенин, В.И. Смирнов, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов и др.) воспитание есть составная часть образования человека, что, в частности, зафиксировано и в Федеральном Законе «Об образовании в Российской Федерации», в статье второй. Использование «широкого» подхода к физическому воспитанию (как сочетанию физического обучения, физического воспитания в «узком» смысле и физического образования) является проявлением необоснованного смешения понятий «образование» и «воспитание».

Поэтому под **образованием в области физической культуры мы будем понимать целенаправленное формирование личности в условиях**

специально организованного взаимодействия воспитателей и воспитуемых (в единстве обучения и воспитания в области физической культуры) по освоению последними физической культуры как части общечеловеческой культуры.

Личностным результатом освоения физической культуры (физкультурного образования) являются позитивные изменения в индивидуальной личностной смысловой системе «внутренняя картина здоровья», а узко-предметным результатом – готовность к поддержанию и совершенствованию индивидуальной психофизиологической жизнеспособности.

Задача обучения физической культуре как элемента образования в области физической культуры – это практико-ориентированное освоение воспитуемыми культуры движения (двигательная культура) как процесса последовательного совершенствования их жизнеспособности, которое подразумевает формирование у воспитуемых: а) систематических знаний о том, что такое двигательные способности человека, о путях, средствах, методике их формирования и совершенствования (у себя и других) в соответствии с определенными культурными образцами этих способностей; б) осознанного понимания и умения убедительного обоснования значимости двигательных способностей, необходимости их формирования и совершенствования в соответствии с определенными культурными образцами и нормами; в) устойчивого постоянного стремления (желания) повышения уровня развития своих двигательных способностей в соответствии с определенными культурными образцами и нормами; г) готовности к реальной деятельности по выявлению уровня развития своих двигательных способностей, а также по проектированию и реализации программы их совершенствования.

Результатом обучения физической культуре (совершенствования психофизиологической жизнеспособности) является индивидуальный уровень двигательно-пластической подготовки воспитанника.

Задача воспитания физической культуры как элемента образования в области физической культуры – это освоение воспитуемыми культуры здоровья, как процесс последовательного уточнения и конкретизации их личностной смысловой системы «внутренняя картина здоровья» (информационно-ориентировочного, мотивационного, операционного и праксеологического компонентов).

Результатом воспитания физической культуры являются содержательные особенности индивидуальной физической культуры личности.

Попробуем теперь ответить на вопрос: «Что является основным средством образования в области физической культуры?» Наш ответ: таких средств должно быть два, т.к. интегрированным результатом образования в области физической культуры должно стать совершенствование психофизиологической жизнеспособности обучающихся (результат обучения физической культуре) и одновременно последовательное уточнение и конкретизация их личностной смысловой системы «внутренняя картина здоровья» (результат воспитания физической культуре).

Большая группа исследователей в качестве основного средства образования в области физической культуры рассматривает занятия физическими упражнениями, другая группа – занятия физкультурой или физкультурной двигательной деятельностью [2-13].

Основным средством в области обучения физической культуре являются занятия физкультурой (физкультурная двигательная деятельность), направленные на решение оздоровительно-рекреационных

задач [2; 5; 8; 12-13]: а) формирование, изменение, сохранение или восстановление различных компонентов здоровья – физического, психического, духовно-нравственного (*оздоровительные задачи*); б) организация активного отдыха, получение позитивных эмоций от неформального общения между собой и природой, разностороннее совершенствование и самосовершенствование личности, реализация ее творческого потенциала, восстановление (реабилитация) физических и психических сил после интенсивного труда или учебы (*рекреационные задачи*).

Кроме занятий физкультурой, на уроках в школе возможно использование отдельных форм занятий спортом (формы двигательной деятельности, используемые в процессе спортивной тренировки и подготовки человека к спортивному соревнованию) [2; 5; 8; 12-13].

Однако специальными медико-биологическими исследованиями было установлено, что только умеренная регулярная двигательная активность детей и подростков способствует повышению их физического развития и работоспособности и улучшению самочувствия (уменьшение депрессии и уровня тревожности, повышение самооценки и переносимости стрессорных воздействий). Чрезмерная двигательная активность (гиперкинезия), связанная с ранней и интенсивной спортивной деятельностью, приводит к истощению симпатoadrenalовой системы, дефициту белка и снижению иммунитета организма (иммунодепрессия). Неадекватные возрасту и возможностям ребенка физические нагрузки могут также привести к развитию различных неврозов и неврозоподобных состояний, к развитию различных видов патологии эндокринной системы (особенно у девочек) и к нарушениям сердечно-сосудистой системы и развитию предпатологических состояний и патологических изменений в

различных звеньях этой системы (в частности, артериальные гипер- и гипотензии) [10; 14].

Большинство медиков и физиологов советуют двигательную активность для младших школьников и подростков (до 14-15 лет) организовывать в формах, доступных практически для всех групп здоровья и с ярко выраженной оздоровительно-рекреационной направленностью [10; 11; 14].

Основной качественной оценкой эффективности обучения физической культуре детей и подростков является их отношение к занятиям физкультурой, которое проявляется: **а)** в объеме знаний, умений и навыков, необходимых для этих занятий; **б)** в принятии идеалов, норм и образцов поведения, на основе которых определены компоненты и разновидности занятий физкультурой, их функции оцениваются (в суждениях, мнениях, эмоциях, реальных действиях и т.п.) как значимые и важные, т.е. как ценности; **в)** в готовности обосновать (дать осмысленное объяснение) ценности занятий физкультурой; **г)** устойчивом систематическом интересе к занятиям физкультурой, который сопровождается желанием (потребностью) участвовать в них; **д)** качестве и систематичности реального участия в занятиях физкультурой для достижения определенных целей; **е)** формировании определенных качеств и способностей, поведения, образа жизни и т.д., являющихся результатом этих занятий.

Воспитание в области физической культуры возможно только через последовательное уточнение

и конкретизацию личностной смысловой системы «внутренняя картина здоровья» в специально организованных ситуациях (жизнеутверждающих).

Под жизнеутверждающей ситуацией мы имеем в виду проект целостной ситуации формирования социокультурного феномена «здоровье» как проявления жизненного самоопределения человека, который требует не только демонстрации свойств субъекта жизни и жизнедеятельности, но и дает результат, определяющий особенности его жизнестворчества в целом.

Обобщая результаты своих и чужих исследований, мы выделили следующие типы жизнеутверждающих ситуаций [1]: **а)** ситуация поиска мотивов и целей жизнедеятельности, жизненных смыслов и ценностей на основе социокультурного содержания феномена «здоровье» и ситуация анализа и оценки жизненных проблем и обстоятельств с учетом социокультурного содержания феномена «здоровье» и индивидуальных особенностей жизнеспособности (*смыслообразование*); **б)** ситуация жизненного выбора и принятия решений с учетом социокультурного содержания феномена «здоровье» и индивидуальных особенностей жизнеспособности (*смыслоосознание*); **в)** ситуация проектирования образа жизни (совершенствование жизнеспособности во взаимосвязи с уточнением смысловой системы «внутренняя картина здоровья») и принятие ответственности за свой «проект» (*смыслостроительство*).

Примечания:

1. Науменко Ю.В. Здоровьеформирующее образование: идеи и основные понятия // Вестник МГУ. Сер. 20, Педагогическое образование. 2015. № 3. С. 52-66.

2. Столяров В.И., Фирсин С.А., Баринев С.Ю. Содержание и структура физкультурно-спортивного воспитания детей и молодежи (теоретический анализ): монография. Саратов: Наука, 2012. 268 с.

3. Быховская И.М. «Homo Somatikos»: аксиология человеческого тела: монография. М.: Эдиториал, 2000. 208 с.

4. Барчуков И.С. Физическая культура: методики практического обучения: учебник. СПб.: Кнорус, 2014. 528 с.
5. Бальсевич В.К., Большенков В.Г., Рябинцев Ф.П. Концепция физического воспитания с оздоровительной направленностью учащихся начальных классов общеобразовательных школ // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996. № 2. С. 13-18.
6. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры: учебник. М.: Советский спорт, 2013. 126 с.
7. Криличевский В.И., Семенов А.Г., Бекасов С.Н. Педагогика физической культуры: учебник. СПб.: Кнорус, 2012. 320 с.
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учеб. для высш. спец. физкульт. учеб. заведений. 4-е изд. СПб.; М.; Краснодар, 2004. 543 с.
9. Мельчакова Г.Г., Мельчаков А.В. Педагогика физической культуры и спорта: учеб. пособие. Красноярск: Изд-во Краснояр. гос. пед. ун-та, 2012. 220 с.
10. Общественное здоровье и здравоохранение: национальное руководство / под ред. В.И. Стародубова [и др.]. М.: ГЭОТАР-медиа, 2014. 624 с.
11. Физиолого-гигиеническое и психофизиологическое сопровождение модернизации образования (эксперимент по совершенствованию структуры и содержания общего образования) / под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. М.: Новый учебник, 2003. 117 с.
12. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. проф. образования. М.: Академия, 2013. 480 с.
13. Ямалетдинова Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций. Екатеринбург: Изд-во Урал. фед. ун-та, 2014. 244 с.
14. Кучма В.Р. Медико-профилактические основы обучения и воспитания детей: руководство для медицинских и педагогических работников образовательных и лечебно-профилактических учреждений санитарно-эпидемиологической службы. М.: ГЭОТАР-медиа, 2005. 528 с.
15. Гуваков В.И. Здравоохранительная деятельность: социокультурные и методологические проблемы. Новосибирск: Изд-во Новосиб. ун-та, 1991. 187 с.

References:

1. Naumenko Yu.V. Health-forming education: ideas and basic concepts // Bulletin of MSU. Ser. 20, Pedagogical education. 2015. No. 3. P. 52-66.
2. Stolyarov V.I., Firsin S.A., Barinov S.Yu. The content and structure of physical culture and sports education of children and youth (theoretical analysis): a monograph. Saratov: Nauka, 2012. 268 pp.
3. Bykhovskaya I.M. "Homo Somatikos": the axiology of the human body: a monograph. M.: Editorial, 2000. 208 pp.
4. Barchukov I.S. Physical culture: methods of practical training: a textbook. SPb.: Knorus, 2014. 528 pp.
5. Balsevich V.K., Bolshenkov V.G. Ryabintsev F.P. The concept of physical education with a health-improving orientation of primary school students of comprehensive schools // Physical culture: education, teaching, training. 1996. No. 2. P. 13-18.
6. Karpushin B.A. Pedagogy of physical culture: a textbook. M.: Soviet Sport, 2013. 126 pp.
7. Krilichevsky V.I., Semenov A.G., Bekasov S.N. Pedagogy of physical culture: a textbook. SPb.: Knorus, 2012. 320 pp.
8. Matveev L.P. Theory and methods of physical culture. Introduction to the subject: a manual for higher special educational institutions of physical training. 4th ed. SPb.; M.; Krasnodar, 2004. 543 pp.

9. Melchakova G.G., Melchakov A.V. Pedagogy of physical culture and sports: a manual. Krasnoyarsk: Publishing house of Krasnoyarsk. State Ped. Un-ty, 2012. 220 pp.

10. Public health and healthcare: national guideline / ed. by V.I. Starodubov [etc.]. M.: GEOTAR-media, 2014. 624 pp.

11. Physiological, hygienic and psychophysiological support of modernization of education (an experiment of improvement of the structure and content of general education) / ed. by M.M. Bezrukikh, V.D. Sonkin. M.: Novy uchebnik, 2003. 117 pp.

12. Kholodov Zh.K., Kuznetsov V.S. Theory and methods of physical culture and sports: a textbook for students of higher vocational education. M.: Academia, 2013. 480 pp.

13. Yamaletdinova G.A. Pedagogy of physical culture and sports: a course of lectures. Ekaterinburg: Publishing house of Ural Fed. University, 2014. 244 pp.

14. Kuchma V.R. Medical and prophylactic bases of education and upbringing of children: a guide for medical and pedagogical workers of educational and treatment-and-prophylactic establishments of the sanitary-epidemiological service. M.: GEOTAR-media, 2005. 528 pp.

15. Guvakov V.I. Health activities: socio-cultural and methodological problems. Novosibirsk: Publishing house of Novosibirsk Un-ty, 1991. 187 pp.