

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ РАЙОН И ГОРОД АЛЕКСЕЕВКА»

УТВЕРЖДАЮ

Начальник управления образования
администрации Алексеевского района
«13» июня 2018г.



И.И. Полухина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**«ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ К ОЛИМПИАДЕ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

(наименование программы)

Разработчики программы:

Расторгуев Г. В., учитель физической культуры
МОУ Иловской СОШ им. Героя России В.Бурцева Алексеевского района,
Скляр С. В., учитель физической культуры
МОУ Гарбузовской СОШ Алексеевского района

Одобрена решением экспертной группы по проведению экспертизы
общеобразовательных программ по подготовке к олимпиадам

Протокол от «13» июня 2018г. № 01

1. Цель и задачи реализации программы

Цель: Создание благоприятных условий для выявления, развития и поддержки талантливых детей через оптимальную структуру школьного и дополнительного образования.

2. Создание развивающей среды, способствующей расширению кругозора учащихся, исследовательского интереса к окружающему миру, творческому подходу к любому делу, развитию логического мышления и интеллекта.

3. Подготовка к Олимпиаде по предмету «Физическая культура»

Задачи программы: 1. Подготовка к участию одаренных детей в предметных Олимпиадах, в различных соревнованиях по видам спорта, научных конференциях, творческих выставок и конкурсах всех уровней.

2. Создание условий для укрепления здоровья одарённых детей.

3. Совершенствование знаний, умений и навыков теории и практики предмета «Физическая культура».

Содержание программы направлено на освоение обучающихся знаний, умений и навыков, согласно положению Всероссийской олимпиады среди школьников общеобразовательных учреждений по физической культуре.

2. Результаты обучения

1.Формирование банка, технологии и программ для ранней диагностики способных и одаренных детей;

2.Подготовка победителей и призеров Всероссийской олимпиады по физической культуре среди школьников;

3.Обеспечение участие в различных соревнованиях (общешкольных, товарищеских, районных и городских, межрайонных и областных, межобластных и региональных) по различным видам спорта и прежде всего в ежегодных спартакиадах школьников.

Программа рассчитана на 25 часов в год, 1 час в неделю. Состоит из практического и теоретико-методического заданий.

3. Содержание программы

Практические задание включают обучение, закрепление и совершенствование выполнений упражнений базовой части программы «Физическая культура» по разделам:

гимнастика с элементами акробатики (акробатическая комбинации, упражнения на гимнастических брусьях, опорный прыжок, упражнения на гимнастической перекладине; техника и тактика соревнований; виды соревнований).

лёгкая атлетика (бег на короткие и средние дистанции, метание спортивных снарядов в цель и на дальность, прыжки в длину и в высоту с разбега; техника и тактика соревнований; виды соревнований).

спортивные игра – баскетбол (стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении, ведения мяча на месте и в движении, броски мяча на месте и в движении, техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований).

спортивная игра - футбол (стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении, ведения мяча на месте и в движении, удар мяча на месте и в движении, техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований).

спортивная игра – волейбол (стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении, подачи мяча на месте и в движении, приём мяча на месте и в движении, нападающий удар и блокирование мяча, техника и тактика игры в нападении и в защите; виды соревнований).

лыжная подготовка (передвижение одновременными и попеременными, классическими и коньковыми лыжными ходами; подъём в гору и спуски с горы; торможения и повороты; техника и тактика, виды соревнований).

комплексные задания по различным видам спорта – полоса препятствий (ведение мяча в баскетболе, футболе; бросок мяча в движении, штрафной бросок; удар по воротам в правую и левую сторону ворот, нижнюю и верхнюю часть ворот; метание теннисного мяча в мишень; прыжки со скакалкой на время; подача мяча в волейболе; передачи и приём мяча над собой; прыжок в длину)

практические тесты физической подготовленности (скоростные – бег 30 метров, на выносливость – шестиминутный бег, координационные – челночный бег 3X10 метров, скоростно-силовые – прыжок в длину и в высоту с места, гибкость – наклон вперёд, силовые – подтягивание в висе, сгибание рук в упоре, поднимание туловища за 30 секунд, приседание на одной ноге, точность движения – метание теннисного мяча в цель).

практические тесты для техники по различным видам спорта (передачи мяча над собой, с отскоком от стены на качественный и количественный показатель, набивание мяча ногой, головой, штрафной бросок, вбрасывание мяча, удары по воротам, подачи мяча, ведение мяча)

Теоретические задания включает обучение базовой части программы «Физическая культура» в разделе основы знаний: Термины физической культуры и спорта. История физкультуры и спорта. Олимпийское движение в мире. Здоровый образ жизни. Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований. Тестовые практические и теоретические задания баскетбольной, футбольной, волейбольной, легкоатлетической технике движений. Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности. Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований. Теория и методика обучения физическим упражнениям. Психофизиологические основы физических упражнений. Социально-психологические основы физического воспитания. Биомеханика физических упражнений.

4. Учебный план
дополнительной общеобразовательной программы
по подготовке к олимпиаде по предмету «Физическая культура»
Категория обучающихся: обучающиеся общеобразовательных организаций

№ п/п	Возрастная группа	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе:		
				Теоретические занятия	Практические занятия	Форма контроля
1	5-6 классы	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	4	4		зачет
		БАСКЕТБОЛ	3		3	зачет
2		ГИМНАСТИКА	4		4	зачет
3		ФУТБОЛ	3		3	зачет
4		ВОЛЕЙБОЛ	3		3	зачет
5		ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	4		4	зачет
6		Комплексное задание	2		3	зачет
7		Итоговая аттестация	2	1	1	зачет
Всего			25	5	20	
8	7-8 классы	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	В процессе занятий			зачет
		БАСКЕТБОЛ	4	2	2	зачет
9		ГИМНАСТИКА	4		4	зачет
10		ФУТБОЛ	4	2	2	зачет
11		ВОЛЕЙБОЛ	4	2	2	зачет
12		ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	4	2	2	зачет
13		Комплексное задание	4		4	зачет
14		Итоговая аттестация	1		1	зачет
Всего			25	8	17	
15	9-11 классы	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	4	4		зачет
		БАСКЕТБОЛ	3	1	2	зачет
16		ГИМНАСТИКА	4		4	зачет

17		ФУТБОЛ	3	1	2	зачет
18		ВОЛЕЙБОЛ	4	1	2	зачет
19		ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	4	1	2	зачет
20		Комплексное задание	4		4	зачет
21		Итоговая аттестация	1		1	зачет
Всего			25	8	17	
Итого			75	21	54	

5. Учебно-тематический план
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы
по подготовке к олимпиаде по предмету «Физическая культура»
(указывается наименование программы)

5-6 классы

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе:		
			Теоретиче ские занятия	Практическ ие занятия	Форма контроля
1	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	4	В процессе занятий		зачет
1.1	Термины физкультуры и спорта.		1		
1.2	История физкультуры и спорта.		1		
1.3	Олимпийское движение в мире.		1		
1.4	Здоровый образ жизни.		1		
2	БАСКЕТБОЛ	3		3	зачет
2.1	Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении	1		1	
2.2	Ведения мяча на месте и в движении, броски мяча на месте и в движении.	2		2	
3	ГИМНАСТИКА	4		4	зачет
3.1	Акробатическая комбинация, упражнения на гимнастических брусках.	2		2	
3.2	Опорный прыжок, упражнения на гимнастической перекладине.	2		2	
4	ФУТБОЛ	3		3	зачет
4.1	Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении.	1		1	
4.2	Ведения мяча на месте и в движении, удар по мячу на месте и в движении.	2		2	
5	ВОЛЕЙБОЛ	3		3	зачет
5.1	Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении.	1		1	
5.2	Подачи мяча на месте и в движении, приём мяча на месте и в движении.	2		2	

6	ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	4		4	зачет
6.1	Бег на короткие дистанции, прыжки в длину и в высоту с разбега.	2		2	
6.2	Бег на средние дистанции, метание спортивных снарядов в цель и на дальность.	2		2	
7	Комплексное задание (полоса препятствий)	2		2	зачет
8	Итоговая аттестация	2	1	1	зачет
	Всего	25	5	20	

7-8 классы

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе:		
			Теоретич еские занятия	Практическ ие занятия	Форма контроля
1	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	В процессе занятий			зачет
2	БАСКЕТБОЛ	4	2	2	зачет
2.1	Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований.	2	1	1	
2.2	Тестовые практические и теоретические задания баскетбольной технике движений.	2	1	1	
3	ГИМНАСТИКА	4		4	зачет
3.1	Акробатическая комбинация. Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	2		2	
3.2	Опорный прыжок. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине.	2		2	
4	ФУТБОЛ	4	2	2	зачет
4.1	Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований.	2	1	1	
4.2	Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	2	1	1	
5	ВОЛЕЙБОЛ	4	2	2	зачет
5.1	Техника и тактика игры в нападении и в защите; виды соревнований.	2	1	1	
5.2	Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	2	1	1	
6	ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	4	2	2	зачет
6.1	Техника и тактика соревнований по	2	1	1	

	лёгкой атлетике.				
6.2	Тестовые практические и теоретические задания по лёгкой атлетике.	2	1	1	
7	Комплексные задания (полоса препятствий)	4		4	зачет
8	Итоговая аттестация	1		1	зачет
	Всего	25	8	17	

9-11 классы

№ п/п	Наименование и тем разделов	Всего часов	В том числе:		
			Теоретич еские занятия	Практическ ие занятия	Форма контроля
1	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	4	В процессе занятий		зачет
1.1	Теория и методика обучения физическим упражнениям.	1	1		
1.2	Психофизиологические основы физических упражнений.	1	1		
1.3	Социально-психологические основы физического воспитания.	1	1		
1.4	Биомеханика физических упражнений.	1	1		
2	БАСКЕТБОЛ	3	1	2	зачет
2.1	Тестовые практические и теоретические задания по баскетбольной технике движений.	3	1	2	
3	ГИМНАСТИКА	4		4	зачет
3.1	Акробатическая комбинация, Комбинация упражнения на гимнастических брусках.	2		2	
3.2	Опорный прыжок. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине.	2		2	
4	ФУТБОЛ	3	1	2	зачет
4.1	Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	3	1	2	
5	ВОЛЕЙБОЛ	3	1	2	зачет
5.1	Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	3	1	2	
6	ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА	3	1	2	зачет
6.1	Тестовые практические и	3	1	2	

	теоретические задания для лёгкой атлетики.				
7	Комплексные задания (полоса препятствий)	4		4	зачет
8	Итоговая аттестация	1		1	зачет
	Всего	25	8	17	

6. Календарно-тематическое планирование 5-6 класс

№ урока	Дата проведения урока	Содержание (тема урока)	Примечание
1	Ноябрь	Техника безопасности на дополнительных занятиях по физической культуре. Термины физической культуры и спорта.	Теория.
2	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с баскетбольными упражнениями.	
3	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Ведения мяча на месте и в движении, броски мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с баскетбольными упражнениями.	
4	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Ведения мяча на месте и в движении, броски мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с баскетбольными упражнениями.	
5	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация. Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
6	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация. Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
7	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
8	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
9	Январь	Спортивная игра «Футбол». История физкультуры и спорта.	Теория.
10	Январь	Спортивная игра «Футбол». Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с футбольными упражнениями.	

11	Январь	Спортивная игра «Футбол». Ведения мяча на месте и в движении, удар по мячу на месте и в движении. Полоса препятствий с футбольными упражнениями.	
12	Январь	Спортивная игра «Футбол». Ведения мяча на месте и в движении, удар по мячу на месте и в движении. Полоса препятствий с футбольными упражнениями.	
13	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Олимпийское движение в мире.	Теория.
14	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Стойки и перемещения игрока, передачи мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с волейбольными упражнениями.	
15	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Подачи мяча на месте и в движении, приём мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с волейбольными упражнениями.	
16	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Подачи мяча на месте и в движении, приём мяча на месте и в движении. Полоса препятствий с волейбольными упражнениями.	
17	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
18	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
19	Март	Легкая атлетика. Здоровый образ жизни.	Теория.
20	Март	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции, прыжки в длину и в высоту с разбега.	
21	Апрель	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции, прыжки в длину и в высоту с разбега.	
22	Апрель	Легкая атлетика. Бег на средние дистанции, метание спортивных снарядов в цель и на дальность.	
23	Апрель	Легкая атлетика. Бег на средние дистанции, метание спортивных снарядов в цель и на дальность.	
24	Апрель	Зачётное занятие.	Теория.
25	Май	Зачётное занятие. Практическая часть по всем разделам программы.	

Календарно-тематическое планирование

7-8 класс

№ урока	Дата проведения урока	Содержание (тема урока)	Примечание
1	Ноябрь	Техника безопасности на дополнительных занятиях по физической культуре. Спортивная игра «Баскетбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований.	Теория.
2	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите, виды соревнований.	
3	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Тестовые практические и теоретические задания баскетбольной технике движений.	Теория.
4	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Тестовые практические и теоретические задания баскетбольной технике движений.	
5	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация. Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
6	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация. Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
7	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
8	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
9	Январь	Спортивная игра «Футбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите. Виды соревнований.	Теория.
10	Январь	Спортивная игра «Футбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите. Виды соревнований.	
11	Январь	Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	Теория.
12	Январь	Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	
13	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите. Виды соревнований.	Теория.

14	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Техника и тактика игры в нападении и в защите. Виды соревнований.	
15	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	Теория.
16	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Тестовые практические и теоретические задания по физической подготовленности.	
17	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
18	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
19	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
20	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы.	
21	Апрель	Легкая атлетика. Техника и тактика соревнований по лёгкой атлетике.	Теория.
22	Апрель	Легкая атлетика. Техника и тактика соревнований по лёгкой атлетике.	
23	Апрель	Легкая атлетика. Тестовые практические и теоретические задания по лёгкой атлетике.	Теория.
24	Апрель	Легкая атлетика. Тестовые практические и теоретические задания по лёгкой атлетике.	
25	Май	Зачётное занятие. Теоретические тесты и практическая часть по всем разделам программы.	

Календарно-тематическое планирование 9-11 класс

№ урока	Дата проведения урока	Содержание (тема урока)	Примечание
1	Ноябрь	Техника безопасности на дополнительных занятиях по физической культуре. Основы знаний. Теория и методика физического воспитания и спорта.	Теория.
2	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Тестовые практические и теоретические задания по баскетбольной технике движений.	Теория.

3	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Тестовые практические и теоретические задания по баскетбольной технике движений.	
4	Ноябрь	Спортивная игра «Баскетбол». Тестовые практические и теоретические задания по баскетбольной технике движений.	
5	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация, Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
6	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Акробатическая комбинация, Комбинация упражнения на гимнастических брусьях.	
7	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
8	Декабрь	Гимнастика с элементами акробатики. Комбинация упражнения на гимнастической перекладине. Опорный прыжок.	
9	Январь	Спортивная игра «Футбол». Психофизиологические основы физических упражнений.	Теория.
10	Январь	Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	Теория.
11	Январь	Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	
12	Январь	Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	
13	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Социально-психологические основы физического воспитания.	Теория.
14	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по волейбольной технике движений.	Теория.
15	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по волейбольной технике движений.	
16	Февраль	Спортивная игра «Волейбол». Спортивная игра «Футбол». Тестовые практические и теоретические задания по волейбольной технике движений.	
17	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы. Практические тесты	

		физической подготовленности.	
18	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы. Практические тесты физической подготовленности.	
19	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы. Практические тесты физической подготовленности.	
20	Март	Комбинированные задания (полоса препятствий) с элементами различных разделов программы. Практические тесты физической подготовленности.	
21	Апрель	Легкая атлетика. Биомеханика физических упражнений.	Теория.
22	Апрель	Легкая атлетика. Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	Теория.
23	Апрель	Легкая атлетика. Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	
24	Апрель	Легкая атлетика. Тестовые практические и теоретические задания по футбольной технике движений.	
25	Май	Зачётное занятие. Теоретические тесты и практическая часть по всем разделам программы.	

7. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы необходим оборудованный спортивный зал, учебно-методическая и справочная литература, учебники, электронные учебные пособия, технические средства обучения (компьютер, мультимедийный проектор, экран), раздаточный материал для проведения контрольных и самостоятельных работ, комплект плакатов.

8. Учебно-методическое обеспечение программы

1. Физическая культура: Учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» /Под общ.ред. А.Т. Паршикова, В.В. Кузина, М.Я. Виленского. – Москва: «Спорт Академ Пресс», 2003.
2. Физическая культура: Учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета

- «Физическая культура» /Под общ.ред. А.Т. Паршикова, В.В. Кузина, М.Я. Виленского. – Москва: «Спорт Академ Пресс», 2003.
3. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 3-е издание, стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004.
 4. Большая энциклопедия спорта /Е.Я. Гик и Научно – редакционный совет. – Москва: ОЛМА Медия Групп, 2007.
 5. Физическая культура. Школьные олимпиады. 9 – 11 классы: Методическое пособие /авт.-сост.: А.П. Матвеев, А.А. Красников, А.Б. Лагутин. – Москва: Дрофа, 2002.
 6. Олимпиада по предмету «Физическая культура». Методическое пособие. /Н.Н. Чесноков, В.В. Кузин, А.А. Красников – Москва: Физическая культура, 2005.
 7. Физическая культура. 9 – 11 классы: организация и проведение олимпиад. Рекомендации, тесты, задания /авт.-сост.: А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель, 2009.
 8. Олимпийские задания по физической культуре. 9 – 11 классы /авт.-сост. И.Н. Марченко, В.К. Шлыков – Волгоград: Учитель, 2010.
 9. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам (всероссийским, региональным, городским, районным, школьным). Методическое пособие /авт.-сост.: П.А. Киселев, С.Б. Киселева. – М.: Глобус, 2008.

Электронные ресурсы:

1. Каштаков П.Я. О совершенствовании процесса физического воспитания в общеобразовательных учреждениях Томской области (организационно-методические рекомендации). – Томск: ТОИПКРО. 2006. – с 93.
2. Кужельная Т.В. Анализ состояния физического воспитания образовательной системы города Тоска 2004-2005 учебный год. – Томск: Изд-во ДЮК ФП №1 Департамент администрации города Томска, 2005. – с.17.
3. Гуляков А.Е. «Организация занятия кружка «Олимпионик»» на сайте социальной сети работников образования nshrtal <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/organizatsii-zanyatii-kruzhka-%C2%ABolimpionik%C2%BB-po-podgotovke-k-olimpia>