

МУСКА МОССТОНЫ БАГШЛАХ ХЭВ МАЯГИЙН ТӨЛӨВЛӨГӨӨНД ХИЙСЭН АНАЛИЗ

Ц.Тамир, Б.Чулуун-Эрдэнэ, магистр, МУБИС

Abstract: Although teachers have personal teaching styles, these styles do not play a crucial role in effective teaching. However, teaching style that is based on logic, selection of scientific methods and models is more in demand for application in teaching activities. Moreover, current physical education classes still remain to predominantly use command style activities, exercises and games. This phenomenon defines that students' learning demand does not meet with teaching supplied by teachers.

In this respect a survey on supply and demand of physical education in primary grades were conducted through focused interviews conducted among homeroom teachers in Grades 1-5 of schools I and IV in Tsenkher, Ih-Tamir and Erdenebulgan soums in Arkhangai province in 2014-2015 academic year. The results of the survey showed that all teachers have personal teaching styles. However, their personal styles of individuals do not have robust positive impact in teaching and learning. However, it is evident that there is importance in implementing teaching style that is based on logic, selection of scientific methods and models is more in demand for application in teaching activities.

Scholars identify Mosston's spectrum of teaching styles (Mosston, 1986) to be the most effective and creative methods applied in physical education. The teaching style plan developed by Mosston defines to support the development of teaching and learning through use of various teaching methods. A comparison was made among the different teaching methods and was developed as the Mosston's "Teaching style plan". This paper looks into the effect of the Mosston's teaching style spectrum plan in the delivery of current physical education and its pilot of the plan in Grades 3 and 5 in primary education. It also summarizes the pilot and the use of Mosston's teaching spectrum plan within the scope of the physical education learning objectives using exercise examples.

Түлхүүр үг: Биеийн тамирын сургалт, биеийн тамирын сургалтын арга зүй, туршилт анализ, заах аргын загвар, сурах үйл, сургах үйл

Удиртгал

1921 оноос Физическая культура буюу бие бялдрын соёл гэсэн ухагдахууныг “Биеийн тамир” хэмээн орчуулан оноож хэрэглэснээр биеийн тамирын сургалт хөгжих эхлэл тавигдсан билээ. Биеийн тамирын сургалт нь шинэ шинэ агуулгаар баяжин хөгжсөөр ирсэн ч өнөөгийн биеийн тамирын сургалтын арга зүйд командлах, дасгал тоглоом хийлгэх хэлбэр давамгайлсан хэвээр байна. Энэ нь суралцагчдын сурахуй буюу эрэлт, багш нарын сургахуй буюу нийлүүлэлт хоёрын хоорондох зөрүүтэй байдлыг тодорхойлж байдаг юм.

Үүнтэй холбоотойгоор 2014-2015 оны хичээлийн жилд Архангай аймгийн Цэнхэр, Ихтамир, Эрдэнэбулган сумын I, IV сургуулийн бага ангийн биеийн тамирын хичээлийн хөтөлбөр, хичээлд эрэлт, нийлүүлэлт хэр нийцтэй байгааг тандах судалгаа, мөн бага ангид биеийн тамирын хичээл зааж буй багш нар болон 1-5-р ангийн анги удирдсан багш нараас фокус бүлгийн ярилцлага авсан болно. Судалгааны үр дүнгээс харахад

ихэнх багш нар өөрийн гэсэн багшлах арга барил эзэмшсэн хэдий ч хичээлийн чанарт төдийлөн нөлөөлж чадахгүй байгаа нь харагдаж байна. Иймээс сургах үйл ажиллагаандаа багшлах хэв маягийн илүү логик, шинжлэх ухааны үндэстэй арга, загваруудыг сонгож, хэрэглэх нь зүйтэй байна.

Зарим судлаачид биеийн тамирын боловсролд хэрэглэх хамгийн үр дүнтэй бүтээлч аргуудын нэг нь Мосстоны заах аргын загвар хэмээн үздэг. Түүний боловсруулсан багшлах хэв маягийн төлөвлөгөөн нь багш суралцагчид, тэдний сурах, сургах үйлийг хөгжүүлэхэд болон хичээлд олон янзын заах арга барил ашиглахад туслах хөтөч болдог тул эдгээрт харьцуулалт хийсэн болно. Мосстоны “Багшлах хэв маягийн төлөвлөгөө” нь өнөөдрийн биеийн тамирын боловсролд үр дүнтэй, бүтээлч байгаа шалтгааныг тайлбарлан уг төлөвлөгөөг бага ангийн биеийн тамирын хичээлд хэрхэн хэрэглэх боломжийг ЕБС-ийн 3 болон 5-р ангийн биеийн тамирын хичээлийн жишээн дээр

туршиж, туршилт хичээлийн үр дүнг нэгтгэн, Мосстоны багшлах хэв маягийн төлөвлөгөөг бага ангийн биеийн тамирын хичээлийн суралцахуйн зорилтын хүрээнд дасгал жишээгээр тайлбарлан харуулсан болно.

Үндсэн хэсэг

“Хамгийн сайн заах арга нь суралцагчийн чадварыг ахиулдаг” хэмээн Фалмэйн, Косин, Доинон, Тиэри нарын сэтгэлзүйчид үздэг бол Брансфорд, Браун, Кокинг, Брюнэр нар “Сурах үйл явц нь идэвхтэй, зорилготой орчин нөхцөлтэйгээ уялдаатай сонирхолтой байсан цагт амжилттай байдаг” хэмээн тодорхойлсон байдаг.

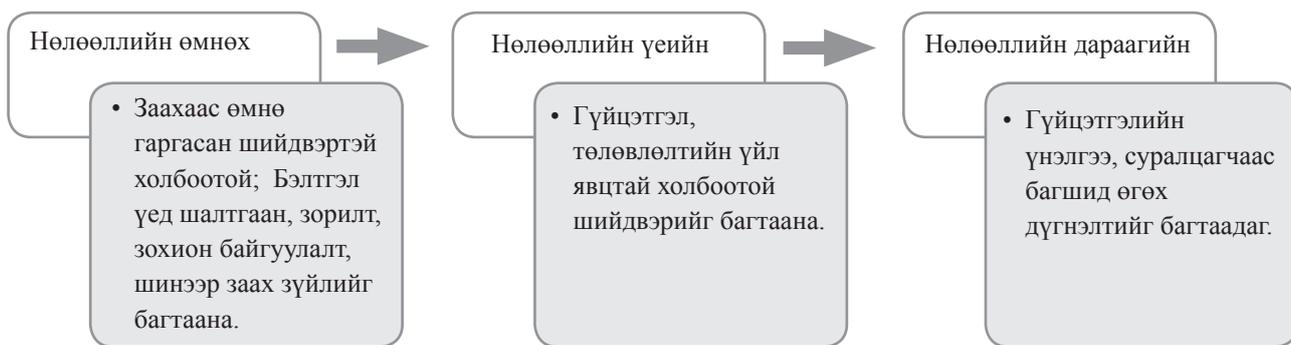
Муска Мосстоны багшлах хэв маягийн төлөвлөгөө

Багшлах хэв маяг, шинжийн тухай нарийвчилсан анализ нь Мосстоны ажлаас үндэстэй юм. Багш, суралцагчийн хоорондын харилцааны талаарх түүний санаа улам сайжирсаар ирсэн бөгөөд биеийн тамирын боловсрол олгоход олон талаар тус болдог. Хамгийн гол нь түүнийг “биеийн тамирын боловсрол олгох сүүлийн үеийн сурган хүмүүжүүлэх ухааны түүхэнд хамгийн чухал ахиц дэвшлийг авчирсан” (Никсон ба Лок, 1973, х.58) гэж үздэг. Тэгвэл багш, суралцагчийн хоорондын харилцааны талаарх түүний санаа яагаад ийм амжилт авчирсан юм бэ? Ийм амжилтыг бий болгосон Мосстоны гол санаа нь юу вэ? гэсэн

асуултын хариулт нь “Мосстоны багшлах хэв маягийн хамрах хүрээ” гэж нэрлэгддэг ажлын төлөвлөгөөнд оршдог байна.

Багшлах хэв маяг гэх нэр томъёо нь бүрэн хүлээн зөвшөөрөгдөөгүй ч “арга барилын цогц”, “заавар өгөх хэлбэр” гэдэг утгаар хэрэглэгдсээр байна. Сүүлийн 30 гаруй жил Английн судлаачид өвөрмөц заах аргыг нэвтрүүлж, заах аргыг, гүн ухаан, тусгай сурах үйлийн үр дүнтэй холбон хэрэглэж байна. Эдгээр болон бусад, ялангуяа биеийн тамирын салбарын судлаачдын олж илрүүлсэн 2 чухал тодорхойлолт байна. Эхнийх нь, “багшлах хэв маяг нь суралцагчдын сурах үйл явцад оролцох оролцооны үр дүн” хэмээн үзжээ. Дараагийнх нь “Ихэнх багш өөрийн гэсэн багшлах хэв маягтай байдаг учраас хичээлээ үр дүнтэй заахад өөрийн хувийн эрхэмлэдэг зүйлс нь биш, харин багшлах хэв маягийн илүү логик, шинжлэх ухааны үндэстэй сонголт чухал” хэмээн судлаач Кейн тодорхойлсон байна.

Мосстон, Ашворт нар багшлах хэв маягийн төлөвлөгөөгөө 1986 онд боловсруулан гаргасан байна. Энэхүү төлөвлөгөө нь багш, суралцагчийн харилцаан дахь боломжит нөхцлийн хамрах хүрээг бий болгосон бөгөөд шийдвэр гаргахад нөлөөлөх хүчин зүйлүүд дээр үндэслэсэн байна. Үүнийг нөлөөллийн өмнөх, нөлөөллийн үеийн, нөлөөллийн дараах гэж ангилсан бөгөөд эдгээр нь зааж сургах үйл явцын гол чиглэл болно хэмээн үзсэн.



Мосстоны төлөвлөгөө нь хичээлийн үйл ажиллагаан дахь багш, суралцагчийн үүрэг хариуцлага дээр үндэслэсэн арван чухал багшлах хэв маягийг харуулсан байдаг. Үүнийг хүснэгтээр үзүүлбэл :

Хүснэгт 1
Багшлах хэв маяг

1	А хэв маяг	Команд өгөх	Багш бүх шийдвэрийг гаргана.
2	В хэв маяг	Дасгал хийх	Суралцагчид багшийн өгсөн даалгаврыг гүйцэтгэнэ.
3	С хэв маяг	Харилцан дасгал хийх	Суралцагчид хосоор ажиллана, нэг нь гүйцэтгэж, нөгөө нь үнэлэлт дүгнэлт өгнө.
4	Д хэв маяг	Өөрийгөө үнэлэх	Суралцагчид шалгуурын дагуу өөрийн гүйцэтгэлийг үнэлнэ.
5	Е хэв маяг	Баримт нотолгоотой байх	Багш төлөвлөж, суралцагчид өөрийгөө хянаж үнэлнэ.

6	F хэв маяг	Шинэ зүйлийг мэдэж авахад нь чиглүүлэх	Багшийн тусламжтайгаар хөдөлгөөнтэй холбоотой асуудлыг шийдвэрлэнэ.
7	G хэв маяг	Зөрчлийг шийдвэрлэх	Суралцагч багшийн тусламжгүйгээр асуудлыг шийдвэрлэнэ.
8	H хэв маяг	Бие даасан хөтөлбөр	Багш агуулгыг өгч, суралцагчид хөтөлбөрийг төлөвлөнө.
9	I хэв маяг	Суралцагчийг оролцуулах	Суралцагч өөрийн хөтөлбөрийг төлөвлөж, багш зөвлөнө.
10	J хэв маяг	Өөрсдөдөө заах	Сурах үйл явцад суралцагчид бүрэн хариуцлага хүлээнэ.

Хүснэгт 2

Хэв маяг	Үйл ажиллагаа, дасгалын жишээ	Тайлбар
А–Команд өгөх	- Багш бүх шийдвэрийг гаргана. Урагш өнхрөлт хийлгэх <i>Хаанаас хаа хүртэл хэдэн удаа өнхрөх зэргийг тодорхой зааж өгнө.</i> <i>Сурагчид ээлж дараатайгаар дасгал хөдөлгөөнийг гүйцэтгэнэ.</i> <i>Бүжиг болон аэробек, биеийн ерөнхий хөгжлийн дасгалыг нийтээр нь зэрэг хийлгэхэд тохиромжтой.</i>	-Цагийг үр дүнтэй өнгөрүүлнэ. (даалгаврыг гүйцэтгэх цаг их байна) -Давтагдсан, олон удаагийн гүйцэтгэлтэй. -Гүйцэтгэлийн тохирсон стандарттай (загвар дээр суурилна) -Ахиц нь хурдан. -Суралцагчийн зүгээс бодох хугацаа байхгүй.
В–Дасгал хийлгэх	- Суралцагчид багшийн өгсөн даалгаврыг бие даан гүйцэтгэнэ. <i>Хананд бөмбөг дамжуулах зэрэг дасгалыг хийлгэхдээ суралцагч нэг бүрийн чадварт тохируулан багт хуваарилан, хийлгэж болно.</i> <i>Суралцагчид бие дааж, багшийн өгсөн дасгалыг хийнэ.</i> <i>Суралцагч өөрөө дасгалыг эхлэх, дуусгах, амрах, завсарлахаа шийднэ.</i>	-Суралцагч шийдвэр гаргахдаа тооцоололтой байна. -Суралцагчид бие дааж ажиллана. -Даалгаврыг гүйцэтгэж дууссан суралцагчид өөр /дараагийн/ дасгал өгнө. -Даалгаврыг биелүүлэхэд хугацаа өгч болно.
С–Харилцан дасгал хийлгэх	- Суралцагчид хосоор болон багаар ажиллана, нэг нь гүйцэтгэж, нөгөө нь үнэлэлт дүгнэлт өгнө. <i>Дээсдэх – Ангийн сурагчдыг хосоор эсвэл 3-4 хүнтэй баг болгож дасгалыг хийлгэнэ.</i> <i>Нэг нь дасгалыг хийхэд нөгөө нь үнэлэлт, дүгнэлт өгнө.</i>	-Суралцагчид хоорондоо нийгэмших нь их байна. -Сурах явцад суралцагч илүү идэвхтэй байна. -Багш суралцагчийг шийдвэр гаргахад итгэл үзүүлнэ. -Багш байнга дагах шаардлагагүй.
Д–Өөрийгөө үнэлэх	- Суралцагчид шалгуурын дагуу өөрийн гүйцэтгэлийг үнэлнэ. <i>Сагсан бөмбөгийг залж гүйх дасгалыг хийлгэхдээ багшийн заасан шулуун болон тойрогт залж гүйнэ.</i> <i>Зөвхөн хөдөлгөөн биш, хөдөлгөөний хурд илүү хамаатай.</i>	-Суралцагчид өөрсдийгөө үнэлж дүгнэнэ. -Өөрийн үнэлгээ нь нууц байна. -Суралцагч өөрийн хэмжээ хязгаар, амжилт, уналтыг мэдэж авна.
Е–Баримт нотолгоотой байх	- Багш төлөвлөж, суралцагчид өөрийгөө хянаж, үнэлнэ. <i>Дээсдэх тоглоом тоглуулах</i> <i>Суралцагчийн амжилтыг харуулахын тулд ганцаараа болон хосоороо дээсэнд үсрэх тоглоом тус бүрд ямар хэлбэрээр, хэдэн удаа үсрэхийг урьдчилан боловсруулж ижил даалгавар гүйцэтгүүлэхээр түвшинг тогтооно.</i> Суралцагч өөрийн чадварт үндэслэн даалгаврын түвшинг сонгоно.	-Суралцагчид амжилт гаргахын тулд нэг алхам ухарч болно. -Бүгдийг хамарсан, оролцоог дэмжсэн байна. -Бодит байдал, хүсэл эрмэлзлэлийн хооронд хэмжээ хязгаартайг ойлгоно. -Зарим суралцагч чадна гэж үзээд сонгосон тухайн түвшиндээ хүндрэлтэй тулгарна. -Суралцагчийн хувьд ихэвчлэн эерэг хэв маягтай байна.

<p>F–Шинэ зүйлийг мэдэж авахад нь чиглүүлэх</p>	<p>-Багшийн тусламжтайгаар хөдөлгөөнтэй холбоотой асуудлуудыг шийдвэрлэнэ. <i>Гимнастикийн цогц дасгал, буухиа дасгал, тоглоом зэргийг хийлгэхдээ хэрэглэж болно. Багш суралцагчийг хэд хэдэн асуудлыг шийдэх үйлд чиглүүлнэ. Мөн суралцагчийн хариу үйлдэлд байнга үнэлэлт, дүгнэлт өгнө.</i></p>	<p>-Багшийн зүгээс бэлтгэл их шаардагдана. -Хариу үйлдлийг нь урдаас мэдэх аргагүй учраас “танил бус” зүйлийг багш туршиж үзсэн байх хэрэгтэй. -Суралцагч бусадтай харьцах нь бага ч, танин мэдэхүйн оролцоо нь өндөр. -Биеийн хөдөлгөөнийн түвшин бага байж болно.</p>
<p>G–Зөрчлийг шийдвэрлэх</p>	<p>- - Суралцагч багшийн тусламжгүйгээр асуудлыг шийдвэрлэнэ. <i>Нэг цэгээс нөгөө цэг рүү өнхрөх, гимнастик, бүжиг хийхдээ хөдөлгөөнөө холбох, хамтарсан шинэ тоглоомын хувилбар бодож олох</i></p>	<p>-Багшаас их зүйлийг шаарддаг, энэ салбарт мэргэших ёстой. -Суралцагч бүтээлч байна, бие дааж сэтгэн бодно. -Суралцагчид хоорондоо хамтарч ажиллана.</p>
<p>H–Бие даасан хөтөлбөр</p>	<p>- Багш агуулгыг өгч, суралцагчид хөтөлбөрийг төлөвлөнө. <i>Аэробек бүжгийн болон БЕХ-ийн цогц дасгал, буухиа тоглоом зэргийг суралцагчид өөрсдийн хийж чадах хөдөлгөөн дээр үндэслэн, боловсруулна. Багш хянаж, чиглүүлж /сайжруулж, баяжуулах дасгалууд/ багаар болон ганцаарчилж зөвлөгөө өгч болно.</i></p>	<p>-Дасгалыг хийхэд өмнөх туршлага энэ төрлийн хэв маягт суралцахад чухал байна. -Бодох, турших, гүйцэтгэх, тэмдэглэх зэрэгт цаг зарцуулна.</p>

Алхам 1

Бага боловсролын биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөр, сурах бичиг, багшийн ном, арга зүй, үнэлгээг сургуулийн өөр өөр орчин (сум, аймаг, хот)-д хэрхэн хэрэгжүүлж, ямар үр дүнд хүрч буй үйл ажиллагааг тодруулах зорилго бүхий 20 асуулга бүхий судалгаа хамаарал бүхий “Биеийн тамирын хичээлд командын аргыг түгээмэл хэрэглээд, сургалтын бусад аргуудаас яагаад сонгон хэрэглэхгүй байна вэ?” гэсэн асуулгын үр дүнг диаграмаар харуулвал:



Асуулгад оролцсон багш нарын 47% нь хэрэглэл материал дутмаг, 37% нь цаг хугацаа хүрэлцдэггүй, 12% нь зааварчилгаа дутмаг, 5% нь 2-3 анги зэрэг ордог, бусад гэсэн хэсгийг нэг ч багш сонгоогүй” байна. Үүнээс биеийн тамирын хичээлийг сонирхолтой байдлаар /хүүхэд нэг бүрийн идэвх, оролцоог дэмжсэн/ заахад орчин нөхцөл сөргөөр нөлөөлж байна гэсэн дүгнэлтэд хүрсэн юм. Гэвч фокус ба ярилцлагын үр дүнд асуулгад оролцсон багш нарын өгсөн дээрх

хариулт үгүйсгэгдэж, харин биеийн тамирын хичээлийг үр дүнтэй зохион байгуулахад багш нарын ур чадвар, арга зүй, сэтгэл дутагдаж байна гэсэн дүгнэлтийг хийж болохоор байна. Энэ бүхнээс дүгнэн үзвэл биеийн тамирын хичээл, сургалтыг сонирхолтой аргаар заах талаарх туршилтад суурилсан судалгаа харьцангуй бага байгаа бөгөөд энэхүү аргыг хэрхэн боловсруулах, хэрэгжүүлэх талаарх онол, дадлага дутмаг байгаа нь ажиглагдлаа.

Алхам 2

Дээрх дүгнэлтэд үндэслэн Муска Мосстоны Е буюу “Баримт нотолгоотой байх” хэв маягийг сонгон, анги удирдсан багш биеийн тамирын багштай хамтран, үзүүлэх хичээлийг бэлтгэн (жижиг бөмбөгтэй, богино олстой тус тус 2, нийт 4 тоглоомын хувилбар бүхий) зааж, Муска Мосстоны багшлах хэв маягийн төлөвлөгөөг тайлбарлан, танилцуулав.

Багш нар тухайн хичээлээс тодорхой үр дүн гарна гэж төсөөлөөгүй байсан бөгөөд хичээлийн дараа Мосстоны баримт нотолгоотой байх хэв маяг дээр үндэслэн, хэрхэн тоглоомын аргыг хэрэглэснээ нөлөөллийн өмнөх болон нөлөөллийн үеийн үйл ажиллагаанд түшиглэн тайлбарлаж, хичээлийн хэлэлцүүлэг хийв:

- 3-р ангийн 31 сурагчаас 28 сурагч хичээлд хамрагдсан ба 3 сурагч өвчний шалтгаанаар хичээлд оролцолгүй сууж байсан. Хичээлд оролцож буй сурагчдад

тоглоомыг хэрхэн тоглохыг тайлбарлан, хийж үзүүлсний дараа /командын аргаар/ өөрсдийн чадварт тохирсон хамгийн амархан хийж чадах тоглоомыг тоглох даалгавар өгснөөс, 7 сурагч чадна гэж үзээд сонгосон дасгалаа хийж чадаагүй, харин 21 сурагч сонгосон даалгавраа хийж чадахаа нотолсон юм. Мөн ангийн 6 сурагч бүх даалгаврыг бүрэн гүйцэтгэж харуулав. Харин үлдсэн сурагчдад дараагийн хичээл дээр заавал бүгдийг нь хийж чадах болно гэсэн хандлага илэрч байсан, өвчний шалтгаанаар биеийн тамирын хичээлд ордоггүй суралцагч дасгалыг хийх хүсэл эрмэлзлээ илэрхийлсэн нь эерэг тал байв.

- 21 сурагч сонгосон даалгавраа хийж чадаж байгаа нь өөрсдийгөө хэрхэн үнэлж, гүйцэтгэж чадаж байгааг илтгэн харуулсан нотолгоо болсон юм.
- Сурагчид тоглохыг хүсэж байгаа нь ажиглагдсан ба тоглогч /сурагч/ тоглоомдоо бүрэн автан, ур чадвараа дээшлүүлж, дараагийн тоглоомыг сурахын төлөө мэрийж өөрсдийн сайн дураар дасгалыг хийж байсан зэргээр илэрсэн бөгөөд, сурагчдын идэвх, сонирхлыг татаж, бүгдийг нь хамруулсан, оролцоог дэмжсэн сургалт болов.

“Хичээлийг сонирхолтой хэлбэрээр зохион байгуулах арга зүйн нууц нь хэрэглэл материал /шүгэл, тоглоом, бөмбөг, дарцаг, цагариг, дээс/- даа байдаггүй, харин тоглож буй хүүхдийн чадварыг сорьсон, шат бүхэндээ ахисан боловч хийж болохуйц зохиогдсон зохиомжиндоо байдаг” хэмээн тайлбарласан билээ. Багш нар өөрийн гэсэн багшлах хэв маягтай байдаг боловч энэ нь хичээлээ үр дүнтэй заахад төдийлөн эерэгээр нөлөөлөхгүй байгаа нь харагдаж байгаа ба харин багшлах хэв маягийн илүү логик, шинжлэх ухааны үндэстэй арга, загваруудыг сонгож, сургах үйл ажиллагаандаа хэрэглэснээр амжилт бий болно.

ДҮГНЭЛТ

Мосстоны багшлах хэв маягийн төлөвлөгөө нь суралцагчийн сурах хэв маягт нь тохируулан хичээлээ заах үйл явцыг хэрхэн нарийн нямбай зохицуулж болохыг санал болгосон байна. Биеийн тамирын боловсрол олгоход багш сургалтаа сайтар явуулах хэрэгтэй бөгөөд сайн багш суралцагчийнхаа хэрэгцээ шаардлага, хариу үйлдлийг тооцоолж, тохируулж чаддаг. Тиймээс Мосстоны хэв маягийн төлөвлөгөөнд

тусгасан төрөл бүрийн хэв маягийг сургалтын үйл ажиллагаанд хэрэглэх нь суралцагчийн төсөөллийг хөнгөвчилж, биеийн тамирт чухал байгаа олон сурах зорилгод хүрэх боломжийг олгоно.

1986 онд Муска Мосстоны гаргасан “Биеийн тамир заах арга” номонд үндэслэн, дараах дүгнэлт хийлээ. Мосстоны боловсруулсан багшлах хэв маягийн төлөвлөгөө нь багш суралцагчид, тэдний сурах, сургах үйлийг хөгжүүлэхэд төрөл бүрийн заах арга барил ашиглахад туслах үүднээс тайлбарлагдсан байна.

Доорх хүснэгтэд Муска Мосстоны багшлах хэв маягуудыг суралцагчийн хүлээж буй үр дүнтэй холбож бага ангийн биеийн тамирын хичээлийн хөтөлбөрийн суралцахуйн зорилтын хүрээнд боловсруулсан дасгалын жишээг хавсаргаж (Хүснэгт 2) өглөө.

АШИГЛАСАН МАТЕРИАЛ

- Боловсрол Шинжлэх Ухааны Яам. (2014). Бага боловсролын биеийн тамирын сургалтын цөм хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэх зөвлөмж /I-V/. Улаанбаатар
- Боловсрол Шинжлэх Ухааны Яам. (2014). Бага боловсролын сургалтын цөм хөтөлбөр. Улаанбаатар
- Mosston, M., Ashworth, S. (2010). *Teaching Physical Education*, 2nd ed. Columbus. OH: Merrill.
- Mosston, M. (1990). The 3 R's for teachers: Reflect, refine, revitalize. *NJASCD Focus on Education Journal*, 11–17
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1994). *Teaching Physical Education*, 4th ed. New York
- Уртнасан, Л., Одбаатар, Г., Тамир, Ц нар. (2014). Биеийн тамирын багшийн ном /I-V/, Улаанбаатар