

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЦЕНТРАЛЬНОУКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ВИННИЧЕНКА

ПОГОДЖЕНО
на засіданні вченої ради
факультету фізичного виховання
Протокол № 7 від «18» лютого 2020 року

Декан

Анатолій ТУРЧАК

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ ЦДПУ імені Володимира Винниченка
від «13» березня 2020 року № 43-УН
Голова приймальної комісії

Ректор

Олег СЕМЕНЮК

Обговорено і затверджено
на засіданні кафедри
теорії та методики
олімпійського і професійного спорту
Протокол № 6 від «30» січня 2020 року

Завідувач кафедри  Сергій БОНДАРЕНКО

**ПРОГРАМА ФАХОВОГО ВСТУПНОГО ВИПРОБУВАННЯ
з Організаційних та спортивних основ тренерської діяльності**

для осіб, які вступають на III курс
денної / заочної форми навчання

на основі освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста,
або ступеня (рівня) бакалавра, або вищого ступеня (рівня) вищої освіти,
або якщо ступінь бакалавра або вищий ступінь здобувається не менше одного

року та виконується в повному обсязі

індивідуальний навчальний план

для здобуття освітнього ступеня «Бакалавр»

зі спеціальності: 017 Фізична культура і спорт

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Фахове вступне випробування з організаційних та спортивних основ тренерської діяльності – форма вступного випробування для вступу на основі здобутого освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста або ступеня (рівня) бакалавра, або вищого ступеня (рівня) вищої освіти, або якщо ступінь бакалавра або вищий ступінь здобувається не менше одного року та виконується в повному обсязі індивідуальний навчальний план для здобуття освітнього ступеня «бакалавр» зі спеціальності: 017 Фізична культура і спорт, яка передбачає перевірку здатності до опанування освітньо-професійної програми «**Фізична культура і спорт**» бакалаврського рівня вищої освіти на основі здобутих раніше компетентностей.

Програму фахового вступного випробування з організаційних та спортивних основ тренерської діяльності укладено відповідно до навчальної програми підготовки бакалаврів спеціальності **017 «Фізична культура і спорт»**. Головними завданнями програми з організаційних та спортивних основ тренерської діяльності є визначення рівня сформованості:

- професійного світогляду в процесі аналізу місця та значення тренера-викладача у сучасному суспільстві;
- теоретичних знань щодо програмно-нормативних засад розвитку галузі Ф і С;
- сформованості компетентностей стосовно окремих напрямків професійної підготовки тренера.

Форма проведення фахового вступного випробування – письмове опитування вступників за змістом завдань в екзаменаційному білеті.

Структура екзаменаційного білета: 3 (три) теоретичних завдання за змістом програми, поданої нижче.

Структура екзаменаційної оцінки: Оцінювання результатів фахового вступного випробування здійснюється за **100-бальною шкалою**. Мінімальна позитивна оцінка складає 60 балів. Відповіді на питання, винесені на фахове випробування, оцінюються рівнозначно. Загальна оцінка відповіді оцінюється як середня арифметична з трьох питань згідно критеріїв оцінювання п. 3 цієї програми.

Час, який відводиться на виконання завдань екзаменаційного білету: **2 астрономічних години**.

2. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Розділ I. Фізична культура як суспільне явище та галузь діяльності

Тема 1. Фізична культура як суспільне явище

«Вступ до спеціальностей галузі фізичне виховання і спорт» як навчальна дисципліна. Місце фізичної культури в загальній культурі людства. Основні завдання, форми і засоби фізичної культури.

Тема 2. Галузева термінологія

Зародження спортивної термінології. Термінологічні запозичення з іноземних мов у сфері фізичної культури та спорту. Сучасні проблеми української спортивної термінології. Основні термінологічні поняття галузі.

Тема 3. Міжнародний спортивний рух

З історії зародження та розвитку спорту. Міжнародні спортивні організації. Стародавні та сучасні Олімпійські Ігри. Проблеми сучасного розвитку міжнародного спортивного руху.

Тема 4. Фізкультурно-спортивний рух в Україні

Передумови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Традиції українського спорту. Внесок українців в Олімпійський рух. Шлях до олімпійського визнання. Сучасні досягнення та проблеми українського спорту.

Тема 5. Програмно-нормативні засади розвитку галузі фізичної культури

Законодавча база розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Державні програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні.

Тема 6. Організаційні засади, структура і матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні

Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України. Матеріально-технічна база фізичної культури і спорту. Джерела фінансування галузі. Науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху.

Розділ II. Професійна діяльність в галузі фізичної культури

Тема 1. Професійна діяльність фахівців фізичної культури

Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Освітні рівні та структура підготовки фахівців фізичної культури. Професійні характеристики фахівців фізичної культури.

Тема 2. Професійна діяльність учителя фізичної культури

Спеціальності, спеціалізації, освітні рівні та посади фахівців фізичного виховання. Учитель фізичної культури – ключова фігура фізичного виховання. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури. Урок як основна форма фізичного виховання.

Тема 3. Професійна діяльність тренера-викладача

Особа тренера в сучасному спорті і його функціональні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера. Організація тренувального процесу. Підготовка спортсмена до змагань.

Тема 4. Професійна діяльність фахівця з фізичної реабілітації

Розвиток фізичної реабілітації в світі та в Україні. Підготовка фахівців з фізичної реабілітації. Посади і посадові обов'язки фахівців фізичної реабілітації. Програмування і здійснення процесу фізичної реабілітації.

Розділ III. Система вищої освіти та кадрове забезпечення галузі фізичної культури і спорту

Тема 1. Система кадрового забезпечення галузі

Структура вищої освіти в Україні. Система ступеневої освіти. Заклади фізкультурної освіти в Україні.

Тема 2. Організація навчального процесу у закладах вищої освіти

Спрямованість навчального процесу у закладах вищої освіти. Науково-методичне забезпечення навчального процесу. Державні стандарти вищої освіти. Види і форми організації навчальних занять у вищій школі. Форми і методи контролю.

Тема 3. Основи науково-дослідної роботи

Загальні принципи наукової творчості. Загальна схема наукового дослідження та організація творчої діяльності. Основні методи наукового дослідження у сфері фізичного виховання та спорту. Робота над статтями та доповідями.

Тема 4. Навчання і побут студентів закладу вищої освіти

Формування студентського контингенту. Права і обов'язки студента закладу вищої освіти. Організація виховного процесу у закладі вищої освіти. Громадські організації студентів.

Розділ IV. Вступ до теорії спорту

Тема 1. Загальні основи спортивного тренування, як системи знань

Основні поняття загальної теорії і методика підготовки спортсменів: спорт, спортивна підготовка, підготовленість спортсмена, спортивне тренування, тренуваність спортсмена, спортивна форма, спортивні змагання, система підготовки спортсменів, школа спорту й ін.

Тема 2. Система спортивних змагань та змагальна діяльність у спорті

Види спортивних змагань. Підготовчі змагання. Контрольні змагання. Підвідні (модельні) змагання. Відбіркові змагання. Головні змагання. Регламентация і способи проведення змагань. Правила змагань і тенденції їх удосконалення. Положення про змагання, як документ, що визначає умови проведення і правове оформлення конкретних змагань. Способи проведення змагань: коловий, відбірково-коловий, змішаний, прямого вибування. Особисті, особисто-командні і командні змагання. Умови змагань, що впливають на змагальну діяльність спортсменів. Особливості місця проведення змагань. Змагання як засіб підготовки спортсменів. Результат змагальної діяльності і чинники, що його визначають. Рекорди в спорті і їхня багаторічна динаміка. Порівняльний аналіз темпу приросту вищих досягнень спортсменів різної статі і спеціалізації.

Тема 3. Мета, завдання, методи, основні принципи спортивної підготовки

Мета і завдання спортивної підготовки. Засоби спортивної підготовки. Загальна характеристика загальнопідготовчих, допоміжних, спеціально-підготовчих і змагальних вправ. Методи спортивної підготовки. Словесні методи. Наочні методи. Методи практичних вправ. Основні групи методів практичних вправ: методи переважно спрямовані на освоєння спортивної техніки і методи, переважно спрямовані на розвиток рухових якостей. Специфічні принципи спортивної підготовки: спрямованість до вищих досягнень; поглиблена спеціалізація; безперервність тренувального процесу; єдність поступовості збільшення навантаження і тенденції до максимальних навантажень; хвилеподібність і варіативність навантажень; циклічність процесу підготовки; єдність і взаємозв'язок структури змагальної діяльності і структури

підготовленості. Дидактичні принципи і їх використання в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів

Вплив теорії адаптації на удосконалення теорії і методики підготовки спортсменів. Поняття «адаптація». Генотипова і фенотипова адаптація. Адаптація і проблеми раціональної підготовки спортсменів. Реакції адаптації при м'язовій діяльності. Формування функціональних систем і реакції адаптації. Формування термінової і довгострокової адаптації.

Тема 5. Навантаження, стомлення та відновлення в системі підготовки спортсменів

Класифікація навантажень по характеру, величині, спрямованості, координаційної складності і психічній спрямованості. Зовнішня і внутрішня сторони навантаження. Компоненти навантаження і їхній вплив на формування реакцій адаптації: тривалість і характер окремих вправ, інтенсивність роботи, тривалість і характер пауз між окремими повтореннями, кількість вправ. Специфіка реакцій організму спортсмена на різні навантаження. Вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації і підготовленості. Реакції організму спортсмена на змагальні навантаження. Загальна характеристика стомлення як особливого виду функціонального стану організму. Поняття «стомленість», «стомлюваність», «перевтома», «втома». Явне і приховане (що компенсується) стомлення. Діагностика стомлення. Тренування в умовах стомлення, що компенсується. Загальна характеристика процесу відновлення.

Тема 6. Технічна підготовленість та технічна підготовка спортсменів

Спортивна техніка і технічна підготовленість. Поняття «спортивна техніка» і «технічна підготовленість». Базові і додаткові рухи і дії. Результативність техніки як її основна характеристика. Чинники, що обумовлюють результативність техніки: ефективність техніки; стабільність техніки; варіативність техніки; економічність техніки; мінімальна тактична інформативність техніки. Задачі, засоби і методи технічної підготовки. Етапи і стадії технічної підготовки спортсменів.

Тема 7. Психологічна та інтелектуальна підготовленість та підготовка спортсменів

Індивідуально-психологічні якості й особливості, що сприяють досягненню успіху в спорті. Специфіка психологічної підготовленості в різних групах видів спорту. Основні напрямки психологічної підготовки спортсменів. Формування мотивації занять спортом.

Тема 8. Тактична та інтегральна підготовленість та підготовка спортсменів

Поняття «спортивна тактика», «тактичні знання», «тактичні уміння», «тактичні навички». Чинники, що визначають рівень тактичної підготовленості окремих спортсменів і команд. Специфіка тактичної підготовленості в різних групах видів спорту. Взаємозв'язок тактичної майстерності спортсмена і рівня його технічної, фізичної і психологічної підготовленості.

Тема 9. Швидкісні здібності та методика їх розвитку у спортсменів

Поняття «швидкісні здібності». Значення швидкісних здібностей для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту. Види швидкісних здібностей і чинники, що їх визначають. Особливості швидкісної підготовки спортсменів різної кваліфікації і підготовленості.

Тема 10. Силові здібності та методика їх розвитку у спортсменів

Визначення поняття «сила». Значення силових здібностей для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту. Види сили і чинники, що визначають їхній рівень. Максимальна сила, її значення для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту і чинники, що визначають рівень її розвитку. Швидкісна сила, її значення для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту і чинники, що визначають рівень її розвитку. Силова витривалість, її значення для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту і чинники, що визначають рівень її розвитку. Силова витривалість, її значення для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту і чинники, що визначають рівень її розвитку. Особливості взаємозв'язку між рівнем різних видів сили. Методи силової підготовки.

Тема 11. Координаційні здібності і гнучкість та методика їх розвитку

Визначення поняття «координаційні здібності» («спритність»). Значення координаційних здібностей для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту. Види координаційних здібностей і чинники, що їх визначають. Спроможність до оцінки і регуляції динамічних і просторово-часових параметрів рухів. Спроможність до зберігання стійкої пози (рівноваги). Почуття ритму. Спроможність до орієнтування в просторі. Спроможність до довільного розслаблення м'язів. Координованість руху. Загальні положення методики й основні засоби підвищення координаційних здібностей у спортсменів різної кваліфікації і підготовленості. Значення поняття «гнучкість». Види і значення гнучкості. Активна гнучкість. Пасивна гнучкість. Анатомічна гнучкість. Значення гнучкості для успішної змагальної діяльності в різних видах спорту. Чинники, що визначають рівень гнучкості. Особливості методики розвитку гнучкості у спортсменів різної кваліфікації і підготовленості.

Тема 12. Витривалість та методика її розвитку у спортсменів

Визначення поняття «витривалість». Значення витривалості для ефективної змагальної діяльності в різних видах спорту. Види витривалості і чинники, що визначають їхній розвиток. Методика розвитку загальної витривалості. Методика розвитку спеціальної витривалості.

Розділ V. Основи підготовки до змагальної діяльності

Тема 1. Побудова програм занять

Загальна структура занять. Вступно-підготовча частина занять. Основна частина занять. Заклучна частина занять. Основна педагогічна спрямованість занять. Додаткові заняття. Заняття вибіркової спрямованості. Заняття комплексної спрямованості. Побудова занять комплексної спрямованості з послідовним вирішенням завдань. Побудова занять комплексної спрямованості з паралельним вирішенням завдань. Навантаження в заняттях як основний чинник, що визначає ступінь їхнього впливу на організм спортсменів. Типи

занять. Навчальні заняття. Тренувальні заняття. Учбово-тренувальні заняття. Відновні заняття. Модельні заняття. Контрольні заняття. Форми організацій занять. Індивідуальна форма. Групова форма. Фронтальна форма. Довільна форма.

Тема 2. Побудова підготовки спортсменів на протязі року

Загальна характеристика програми раціональної підготовки спортсменів протягом року. Особливості побудови річної підготовки в різних видах спорту. Періодизація підготовки в окремому макроциклі. Підготовка в підготовчому періоді. Загально-підготовчий етап підготовчого періоду. Спеціально-підготовчий етап підготовчого періоду. Підготовка у змагальному періоді. Безпосередня підготовка до головних змагань року. Підготовка в перехідному періоді. Визначення поняття «розминка». Загальна характеристика проблеми ефективної розминки. Функціональні, рухові й емоційні завдання розминки. Структура й зміст розминки. Загальна частина розминки. Спеціальна частина розминки. Особливості передзмагальної розминки.

Тема 3. Структура багаторічного процесу спортивного вдосконалення

Загальна структура багаторічної підготовки і чинники, що її визначають. Побудова основних етапів багаторічного удосконалення спортсменів: початкової підготовки, попередньої базової підготовки, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, зберігання досягнень.

Тема 4. Основи відбору і орієнтації

Загальна характеристика проблеми відбору в спорті. Визначення понять «спортивний відбір», «спортивна орієнтація», «спортивна селекція», «спортивний талант», «спортивні спроможності». Зв'язок відбору з етапами багаторічної підготовки спортсменів. Первинний відбір і орієнтація спортсменів на першому етапі їхньої багаторічної підготовки. Попередній відбір і орієнтація спортсменів на другому етапі їхньої багаторічної підготовки. Проміжний відбір і орієнтація спортсменів на третьому етапі їхньої багаторічної підготовки. Основний відбір і орієнтація спортсменів на четвертому етапі їхньої багаторічної підготовки. Заклучний відбір і орієнтація спортсменів на п'ятому етапі їхньої багаторічної підготовки.

Тема 5. Позазмагальні та позатренувальні фактори у системі підготовки та змагальної діяльності спортсмена

Загальна характеристика проблеми ефективного відновлення і стимуляції працездатності в системі підготовки спортсменів. Основні групи засобів відновлення, що застосовуються у процесі підготовки спортсменів. Педагогічні засоби відновлення. Психологічні засоби відновлення. Медико-біологічні засоби відновлення. Фармакологічне забезпечення стимуляції працездатності і відновних процесів. Харчування в системі підготовки спортсменів.

3. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ВІДПОВІДЕЙ ВСТУПНИКІВ

Оцінювання результатів фахового вступного випробування здійснюється за 100–бальною шкалою. Мінімальна позитивна оцінка складає 60 балів.

Відповіді на питання, винесені на фахове випробування, оцінюються рівнозначно. Загальна оцінка відповіді оцінюється як середня арифметична з трьох питань. Підсумкова кількість балів визначається за таблицею, наведеною нижче.

Кількість балів	Характеристика відповіді
90-100	Абітурієнт блискуче володіє теоретичними знаннями та практичними навичками, виявляє методичну досконалість. Відповідь повна, логічно обґрунтована, правильно використані наукові терміни. Абітурієнт відзначається високим (творчим) рівнем компетентності
75-89	Загалом відповідь змістовна і правильна з певною кількістю незначних помилок. Абітурієнт володіє основними теоретичними знаннями та практичними навичками, понятійним апаратом, характеризується достатнім рівнем компетентності
60-74	Абітурієнт в цілому правильно відтворює матеріал, знає основні теорії і факти, уміє наводити власні приклади на підтвердження певних думок, робити окремі висновки. Виявляє середній рівень компетентності
1-59	Абітурієнт не володіє основними знаннями, не знає фактичного матеріалу, не володіє поняттєво-термінологічним апаратом професійно-орієнтованих дисциплін. Відзначається низьким рівнем компетентності

4. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М.: ФиС, 1978. - 223 с.
2. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2009. – ч. II – 242 с.
3. Бабушкин Г.Д. Самообразование студента в системе подготовки специалистов по физической культуре и спорту // Теория и практика физической культуры. - 1987. - № 8. - С. 16 - 18.
4. Выдрин В.М. Введение в специальность: учеб. пособие для институтов физической культуры. - 2 изд., перераб. М.: ФиС, 1980. - 119 с.
5. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: навчальний посібник / 2-е вид. – Львів: Українські технології, 2003. - 232 с.

6. Гуськов С.И. Государство и спорт. – М.: ФиС, 1996. - 176 с.
7. Загвязинский В.И. Учитель как исследователь. - М.: Знание, 1990. - 96 с.
8. Загвязинский В.И. Методология и методика дидактического исследования. – М.: Педагогика, 1982. - 160 с.
9. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: в 2-х т. - К.: Олимпийская литература, 1994. - кн. 1. - 496 с.; кн. 2. – 480 с.
10. Филин В.П., Семенов В.Г., Алабин В.Г. Современные методы исследований в спорте: учеб. пособие / под общ. ред. В.П. Филина. / - Харьков: Основа, 1994. - 132 с.
11. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии – М.: Физкультура и спорт – 1991 – 287 с.
12. Вейдер Д. Система строительства тела – М.: Физкультура и спорт – 1991 – 112 с.
13. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов – М.: Физкультура и спорт – 1988 – 331 с.
14. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса – М.: Физкультура и спорт – 1985 – 176 с.
15. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор – М.: Физкультура и спорт – 1983 – 176 с.
16. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков – К.: Здоровья – 1981 – 116 с.
17. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта – М.: Физкультура и спорт – 1986 – 208 с.
18. Горкин М.Я., Кочаровская О.В., Евгеньева Л.Я. Большие нагрузки в спорте – К.: Здоровье – 1973 – 184 с.
19. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры – М.: Физкультура и спорт – 1986 – 356 с.
20. Донской М.М. Биомеханика с основами спортивной техники – М.: Физкультура и спорт – 1971 – 287 с.
21. Дубровский А.И. Реабилитация в спорте – М.: Физкультура и спорт – 1991 – 206 с.
22. Дьяченко В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов. – М.: Физкультура и спорт – 1972 – 231 с.
23. Запорожанов В.А. Контроль в спортивной тренировке – К.: Здоровье – 1988 – 205 с.
24. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена – М.: Физкультура и спорт – 1970 – 200 с.
25. Иванов В.В. Контроль в подготовке спортсменов – М.: Физкультура и спорт – 1987 – 256 с.
26. Коц Я.М. Физические основы физических (двигательных) качеств // Спортивная физиология – М.: Физкультура и спорт – 1986 – с. 33 - 103.
27. Креттх Б.Д. Психология в современном спорте – М.: Физкультура и спорт – 1978 – 224 с.
28. Кузнецов В.В. Силовая подготовка спортсменов высших разрядов – М.: Физкультура и спорт – 1970 – 308 с.
29. Лапутин А.Н. Атлетическая гимнастика – К.: Здоровье – 1990 – 176 с.

- 30.Лях В.Н. Координационные способности школьников – Минск.: Полымя – 1989 – 160 с.
- 31.Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки – М.: Физкультура и спорт – 1977 – 270 с.
- 32.Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс, профилактика – М.: Наука – 1981 – 278 с.
- 33.Мейдиффер Р.М. Психология соревнующегося спортсмена – М.: Физкультура и спорт – 1979 – 224 с.
- 34.Моногаров В.Д. Утомление в спорте – К.: Здоровья – 1981 – 120 с.
- 35.Наука в олимпийском спорте (журнал, 2 выпуска в год).
- 36.Петерсон Л., Ренетрим П. Травма в спорте – М.: Физкультура и спорт – 1981 – 272 с.
- 37.Петровский В.В. Организация спортивной тренировки – К.: Здоровья – 1978 – 96 с.
- 38.Пикоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности – М.: Физкультура и спорт – 1984 – 104 с.
- 39.Питание в системе підготовки спортсменов – Киев: Олимпийская литература – 1996.
- 40.Платонов В.Н. Адаптация в спорте. – Киев: Здоровье, 1988. – 215 с
- 41.Платонов В.Н. Общая теория підготовки спортсменов в олимпийском спорте. — К.: Олимпийская литература, 1997. — 583с.
- 42.Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов – М.: Физкультура и спорт – 1986 – 286 с.
- 43.Платонов В.Н. Система підготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808с.
- 44.Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки – К.: Вища школа – 1984 – 336 с.
- 45.Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена – К.: Радянська школа – 1988 – 280 с.
- 46.Радионов А.В. Психодиагностика спортивных способностей – М.: Физкультура и спорт – 1973 – 216 с.
- 47.Сахновский К.П. Подготовка спортивного резерва – Киев: Здоровье – 1990 – 152 с.
- 48.Сермеев Б.В. Гибкость спортсмена – М.: Физкультура и спорт – 1970 – 93 с.
- 49.Современная система спортивной подготовки / Под общ. ред. В.Л. Сыча, Л.С. Хоменко – М.: СААМ – 1994.
- 50.Средства восстановления в спорте – Смоленск – Смяднич – 1994.
- 51.Сурков Е.Н. Психомоторика спортсмена – М.: Физкультура и спорт – 1984 – 126 с.
- 52.Теория спорта (Под общ. ред. проф. В.Н.Платонова – К.: Вища школа – 1987 – 424 с.
- 53.Уткин Биомеханические основы спортивной тактики – М.: Физкультура и спорт – 1985 – 160 с.

54. Учение о тренировке / Под общ. ред. Д. Харре – М.: Физкультура и спорт – 1971 – 326 с.
55. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте – Физкультура и спорт – 1975 – 208 с.
56. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному мастерству – М.: Физкультура и спорт – 1986.
57. Хартман Д., Тюннеман Х. Современная спортивная тренировка – Берлин: Шпортферлаг – 1988 – 305 с.
58. Черный В.М. Спорт без травм – М.: Физкультура и спорт – 1988.
59. Чахидзе Л.Г. Об управлении движениями человека – М.: Физкультура и спорт – 1970 – 136 с.

Допоміжна

1. Закон України “Про фізичну культуру і спорт”. – К., 1994. - 22 с.
2. Закон України “Про освіту” // Голос України. – 1991. - 26 лютого 2002. - с. 2 - 8.
3. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання - здоров'я нації”. - К., 1998. - 48 с.
4. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. - М.: ФиС, 1981. – 375 с.
5. Золоті сторінки олімпійського спорту України / за ред. І.Н. Федоренка. - К.: Олімпійська література, 2000. - 192 с.
6. Мічуда Ю.П. Ринкові відносини та підприємництво у сфері фізичної культури і спорту: навчальний посібник. – К.: Олімпійська література, 2000. – 432 с.
7. Осінчук В.Г., Попеску І.К. Визначення основних термінів фізичної культури і спорту. - К.: ІСДО, 1995. – 200 с.
8. Основні поняття і терміни оздоровчої фізичної культури та реабілітації / О.Д. Дубогай, А.М. Ткачук, С.Д. Костікова, А.О. Єфімов. - Луцьк: Надстир'я, 1998. 100 с.
9. Профессиональный спорт / под общ. ред. С.И. Гуськова, В.Н. Платонова. - К.: Олімпійська література, 2000. - 391 с.
10. Студенту закон: збірник законодавчо-правових документів. – К.: Четверта хвиля, 1997. 240 с.

Інформаційні ресурси

1. <http://www.eurosport.ru/>
2. <http://sport.ua/>
3. <http://www.sport-express.ua/>