

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра стрільби та технічних видів спорту

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ І СПВ
(стрільба з лука)**

спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

**факультет фізичної культури та спорту
факультет післядипломної та заочної освіти**

Львів-2019

Робоча програма з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту
(стрільба з лука)» для
студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.
ІІІ с. (денна форма), -VІ с. (заочна форма)

Розробник: д-р наук, професор Виноградський Б.А., канд наук з фіз.
виховання та спорту, доцент Антонов С.В..

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри Стрільби та технічних
видів спорту.

Протокол № 1 від 28.08.19 р.



Зав. кафедри

(підпис)

(Виноградський Б.А.)

(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради факультету фізичної
культури і спорту

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради ФП та ЗО

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 2	Галузь знань <u>01 Освіта</u> (шифр і назва)	Нормативна	
Модулів – 2	Спеціальність (професійне спрямування): 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		3-й	4-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин - 90			
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента - 4	Рівень вищої освіти: бакалавр	Лекції	
		10 год.	- год.
		Практичні, семінарські	
		52 год.	14 год.
		Лабораторні	
		год.	год.
		Самостійна робота	
52 год.	14 год.		
Індивідуальні завдання:		год.	
Вид контролю:		екзамен	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 240/60

для заочної форми навчання – 14/76

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета формування у студентів фундаментальних знань та навичок стосовно підготовки спортсменів різної кваліфікації.

Завдання: оволодіти знаннями щодо історії розвитку стрільби з лука в Україні та світі; з'ясувати що таке сучасна термінологія в стрільбі з лука, розглянути що таке матеріальна частина та інвентар; засвоїти основні положення правил змагань в стрільбі з лука.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати: теорію змагальної діяльності та адаптації в стрільбі з лука; загально педагогічні та специфічні засоби і методи спортивного тренування в стрільбі з лука; теорію і методику розвитку фізичних якостей стрільців з лука

Вміти: складати плани тренувальних завдань з розвитку фізичних якостей для спортсменів різної статі, віку та спортивної кваліфікації.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Особливості сучасної системи підготовки стрільців з лука.

Тема 1. Вимоги до організації та проведенні змагань, права і обов'язки стрільців з лук.

Загальна характеристика структури і змісту важливих положень, регламентації проведення змагань в стрільбі з лука. Поділ змагань за віковими групами і статтю. Умови і проведення стрілецьких вправ в стрільбі з лука. Права і обов'язки спортсменів стрільців з лука. Обладнання для проведення змагань по стрільбі з лука.

Тема 2. Принципи підготовки в стрільбі з лука.

Загальна характеристика зміст, завдання, принципи підготовки стрільців з лука. Загально – методичні принципи навчання і вдосконалення стрільців з лука. Вимоги що відображають специфіку роботи зі стрілками з лука. Визначення мети і завдань спортивного тренування в стрільбі з лука. Фізичні вправи – основний засіб спортивного тренування. Форма та зміст фізичних вправ. Класифікація засобів спортивного тренування в стрільбі з лука. Аналіз зовнішньої та внутрішньої сторін навантаження в стрільбі з лука.

Тема 3. Загальні основи методики навчання техніки виконання пострілу з лука

Мета, завдання, зміст загальних основ навчання техніці виконання пострілу з лука. Умовний поділ навчання техніки стрільби з лука. Типова послідовність оволодіння окремим елементом стрільби з лука.

Змістовий модуль 2. Принципи, засоби та методи підготовки стрільців з лука.

Тема 4. Методи підготовки стрільців з лука.

Мета, завдання та зміст методів спортивного тренування стрільців з лука. Методи спортивного тренування стрільців з лука. Методи наукового дослідження в стрільбі з лука. Аналіз закономірностей що лежать в основі принципів спрямованості підготовки в стрільбі з лука. Шляхи реалізації зазначених методів у підготовці стрільців з лука.

Тема 5. Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.

Загальна характеристика структура і зміст організаційно – методичних форм навчання в стрільбі з лука. Структура і зміст тренувального заняття в стрільбі з лука. Типи тренувальних занять за педагогічною спрямованістю. Мікроцикли, їх типи, структура і зміст. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах. Мезоцикли, їх типи, структура і зміст. Поєднання мікроциклів у мезоциклі. Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок. Динаміка спортивної форми як передумова побудови макроциклу. Мета, завдання і зміст періодів макроциклу. Фактори, що визначають структуру багаторічної підготовки спортсменів. Етапи багаторічного тренувального процесу стрільців з лука. Побудова підготовки в олімпійських (чотирирічних) циклах. Основні шляхи інтенсифікації підготовки стрільців з лука у процесі багаторічного вдосконалення.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
л		с	п	інд	с.р.	л		с	п	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Основи сучасної системи підготовки стрільців з лука												
Тема 1. Вимоги до організації та проведенню змагань, права і обов'язки	8	2		8	-	2	7		-	2	-	5

стрільців з лука.												
Тема 2. Принципи підготовки в стрільбі з лука.	10	2		10	-	4	9			4	-	5
Тема 3. Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.	8	2		12	-	4	8	-	-	2	-	8
Разом за змістовим модулем 1	24	6		30	-	10	24			8	-	18
Змістовий модуль 2. Принципи, засоби та методи підготовки стрільців з лука												
Тема 4. Методи підготовки стрільців з лука.	8	2		10	-	4	6	-	-	4	-	6
Тема 5. Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.	16	2		12	-	4	8			2	-	4
	6	-		-	-	4	6	-	-	-	-	6
Разом за змістовим модулем 2	30	4		22	-	12	20			6	-	16
Разом за Модуль 1	54	10		52	-	22	44			14	-	34
Модуль 2												
Змістовий модуль 3. Фізична підготовка спортсменів												
	10	4	4	-	-	2	9	2	-	-	-	7
	6	2	4	-	-	2	9	2	-	-	-	7
	10	2	4		-	2	9	2	-	-	-	7
	6	2	2	-	-	2	10	-	2	-	-	8
	4	-	2		-	2	9	-	2	-	-	7
Разом за змістовим модулем 3	36	10			-	10	46	6	4	-	-	36
Разом за Модуль 2	36	10		52	-	10	46					36
Усього годин	90	22		52	-	32	90			14	-	70

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Вимоги до організації та проведення змагань, права та обов'язки стрільців з лука.	8	2
2	Принципи підготовки в стрільбі з лука	10	4
3	Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.	12	2
4	Методи підготовки стрільців з лука	10	4

5	Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.	12	2
	Разом	52	14

6. Теми практичних занять СПВ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
.1	Техніка безпеки і профілактика травматизму на заняттях з СПВ.	2	
2	Індивідуальний план СПВ, його розділи, методика складання і методика оперативного контролю за тренувальними навантаженнями та самопочуттям.	2	
3	Інтегральна підготовка.	10	
4	Методика ведення щоденників з СПВ.	4	
6	Правила змагань. Суддівство змагань.	15	
7	Загальна фізична підготовка	25	
8	Вдосконалення в техніці і тактиці.	28	
9	Спеціальна фізична підготовка	20	
11	Інтегральна підготовка.	12	
12	Участь в змаганнях.	30	
13	Виконання контрольних нормативів.	8	
14	Самостійна робота студента під керівництвом викладача.	30	
	Разом	186	

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна	Заочна

		форма	форма
Змістовий модуль 1.			
1.	Тема 1. Вимоги до організації та проведенні змагань, права і обов'язки стрільців з лука. Конспект самопідготовки.	8	2
2.	Тема 2. Принципи підготовки в стрільбі з лука. Конспект самопідготовки.	10	4
3.	Тема 3. Загальні основи методики навчання техніки виконання пострілу з лука. Конспект самопідготовки.	12	2
Змістовий модуль 2.			
4.	Тема 4. Методи підготовки стрільців з лука.. Конспект самопідготовки.	10	4
5.	Тема 5. Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука. Конспект самопідготовки.	12	2
	Разом	52	14

9. Індивідуальні завдання

Для студентів денної форми навчання, які навчаються за індивідуальним планом

- Матеріали самопідготовки;
- Самостійні роботи:
Доповідь на тему: «Спорт як соціальне явище» (V семестр).
«Фізична підготовка спортсменів», «Основи розвитку фізичних якостей» (VI семестр).
- Практичні роботи:
Основи методики розвитку спеціальної витривалості в обраному виді ЗД,
Контроль за рівнем фізичної підготовленості (V семестр).

10. Методи навчання

1. Самостійна робота студентів:

- підготовка до аудиторних занять (лекцій, практичних, семінарських, тощо);
- виконання практичних завдань упродовж семестру;
- самостійне опрацювання окремих тем навчальної дисципліни;
- виконання контрольних робіт студентами заочної і дистанційної форм навчання;
- підготовка і виконання завдань, передбачених програмою практичної підготовки;

- підготовка до усіх видів контролю (іспиту, заліку тощо).
2. Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда, консультація.
 3. Наочні методи: демонстрація слайдів, фільмів, презентацій.

11. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Опитування, дискусія.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – залік (для ФЗН).

Залікові вимоги (диференційований залік)

1. Загальна характеристика структури і змісту важливих положень, регламентації проведення змагань в стрільбі з лука.
2. Поділ змагань за віковими групами і статтю.
3. Умови і проведення стрілецьких вправ в стрільбі з лука.
4. Обладнання для проведення змагань по стрільбі з лука.
5. Загальна характеристика зміст, завдання, принципи підготовки стрільців з лука.
6. Загально – методичні принципи навчання і вдосконалення стрільців з лука.
7. Вимоги що відображають специфіку роботи зі стрілками з лука.
8. Мета, завдання, зміст загальних основ навчання техніці виконання пострілу з лука.
9. Аналіз закономірностей що лежать в основі принципів спрямованості підготовки в стрільбі з лука.
10. Форма та зміст фізичних вправ в стрільбі з лука.
11. Фізичні вправи – основний засіб спортивного тренування в стрільбі з лука.
12. Умовний поділ навчання техніки стрільби з лука.
13. Типова послідовність оволодіння окремим елементом стрільби з лука.
14. Класифікація засобів спортивного тренування в стрільбі з лука.
15. Методи спортивного тренування стрільців з лука.
16. Аналіз закономірностей що лежать в основі принципів спрямованості підготовки в стрільбі з лука.
17. Загальна характеристика структура і зміст організаційно – методичних форм навчання в стрільбі з лука.
18. Структура і зміст тренувального заняття в стрільбі з лука.
19. Типи тренувальних занять за педагогічною спрямованістю.
20. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах.

21.Фактори, що визначають структуру багаторічної підготовки спортсменів.

22.Основні шляхи інтенсифікації підготовки стрільців з лука у процесі багаторічного вдосконалення.

6. Розподіл балів, які отримують студенти

Для екзамену (денна форма навчання)

Виконання	Завдання	К-сть балів, мах	Загальна к-сть балів	
			Обов'язково	мах
Обов'язково	Творча письмова робота (презентація) за вибором:	15	18	50
	Модуль 1			
	1. Вимоги до організації та проведення змагань, права та обов'язки стрільців з лука.			
	2. Принципи підготовки в стрільбі з лука			
	3. Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.			
Опціонально	Модуль 2	10	40	10
	4.Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.			
	5.Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.			
	Пасивне навчання (присутність на лекціях)			
Опціонально	Активне навчання (відповіді, участь у дискусії)	40		
	Конспекти самопідготовки	10		
	Аналітична письмова робота за вибором:			

	Модуль 1	6		
	Засоби і методи спортивного тренування			
	Модуль 2			
	Основи розвитку фізичних якостей			
Обов'язково	Екзамен		50	

Для екзамену (заочна форма навчання)

Виконання	Завдання	К-сть балів, мах	Загальна к-сть балів	
			Обов'язков	мах
Обов'язково	Творча письмова робота (презентація) за вибором:	15	18	50
	Модуль 1			
	1.Вимоги до організації та проведення змагань, права та обов'язки стрільців з лука. 2.Принципи підготовки в стрільбі з лука 3.Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.			
	Модуль 2			
	4.Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука. 5.Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.			
Опціонально	Пасивне навчання (присутність на лекціях)	10		
	Активне навчання (відповіді, участь у дискусії)	40		
	Конспекти самопідготовки	10		

	Аналітична письмова робота:	6		
	Модуль 1			
	Засоби і методи спортивного тренування			
	Модуль 2			
	Основи розвитку фізичних якостей			
Обов'язково	Екзамен		50	

**Розподіл балів, які отримують студенти, які навчаються за
індивідуальним планом-графіком**

Виконання	Завдання	К-сть балів, мах	Загальна к-сть балів		
			Обов'язково	мах	
Опціонально	Творча письмова робота (презентація) за вибором:	15	18	50	
	Модуль 1				
	1.Вимоги до організації та проведення змагань, права та обов'язки стрільців з лука. 2.Принципи підготовки в стрільбі з лука 3.Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука.				
	Модуль 2				
	4.Загальні основи методики навчання техніці виконання пострілу з лука. 5.Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука				
	Пасивне навчання (присутність на лекціях)				10
	Активне навчання (відповіді, участь у				40

	дискусії)			
	Конспекти самопідготовки	10		
	Аналітична письмова робота за вибором:	6		
	Модуль 1			
	Засоби і методи спортивного тренування			
	Модуль 2			
	Основи розвитку фізичних якостей			
Обов'язково	Екзамен		50	

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення

Теми і зміст, практичних та самостійних робіт

Змістовий модуль 1. Основи сучасної системи підготовки стрільців з лука

1. Вимоги до організації та проведенні змагань, права і обов'язки стрільців з лук.

Загальна характеристика структури і змісту важливих положень, регламентації проведення змагань в стрільбі з лука. Поділ змагань за віковими групами і статтю. Умови і проведення стрілецьких вправ в стрільбі з лука. Права і обов'язки спортсменів стрільців з лука. Обладнання для проведення змагань по стрільбі з лука.

2. Принципи підготовки в стрільбі з лука.

Загальна характеристика зміст, завдання, принципи підготовки стрільців з лука. Загально – методичні принципи навчання і вдосконалення стрільців з лука. Вимоги що відображають специфіку роботи зі стрілками з лука. Визначення мети і завдань спортивного тренування в стрільбі з лука. Фізичні вправи – основний засіб спортивного тренування. Форма та зміст фізичних вправ. Класифікація засобів спортивного тренування в стрільбі з лука. Аналіз зовнішньої та внутрішньої сторін навантаження в стрільбі з лука.

3. Загальні основи методики навчання техніки виконання пострілу з лука.

Мета, завдання, зміст загальних основ навчання техніці виконання пострілу з лука. Умовний поділ навчання техніки стрільби з лука. Типова послідовність оволодіння окремим елементом стрільби з лука.

Змістовий модуль 2. Принципи, засоби та методи підготовки в стрільбі з лука

4. Методи підготовки стрільців з лука.

Мета, завдання та зміст методів спортивного тренування стрільців з лука. Методи спортивного тренування стрільців з лука. Методи наукового дослідження в стрільбі з лука. Аналіз закономірностей що лежать в основі принципів спрямованості підготовки в стрільбі з лука. Шляхи реалізації зазначених методів у підготовці стрільців з лука.

5. Організаційно – методична форма навчання в стрільбі з лука.

Загальна характеристика структура і зміст організаційно – методичних форм навчання в стрільбі з лука. Структура і зміст тренувального заняття в стрільбі з лука. Типи тренувальних занять за педагогічною спрямованістю. Мікроцикли, їх типи, структура і зміст. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах. Мезоцикли, їх типи, структура і зміст. Поєднання мікроциклів у мезоциклі. Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок. Динаміка спортивної форми як передумова побудови макроциклу. Мета, завдання і зміст періодів макроциклу. Фактори, що визначають структуру багаторічної підготовки спортсменів. Етапи багаторічного тренувального процесу стрільців з лука. Побудова підготовки в олімпійських (чотирирічних) циклах. Основні шляхи інтенсифікації підготовки стрільців з лука у процесі багаторічного вдосконалення.

Інформаційний обсяг навчальної дисципліни СПВ

Змістовий модуль 1:

Удосконалення спеціальної фізичної і психічної підготовки, техніко-тактичної майстерності в стрільбі з лука.

Техніка безпеки і профілактика травматизму на заняттях з СПВ.

Індивідуальний план СПВ, його розділи, методика складання і методика оперативного контролю за тренувальними навантаженнями та самопочуттям.

Методика ведення щоденників з СПВ.

Участь в змаганнях зі стрільби з лука.

Суддівство змагань зі стрільби з лука.

Змістовий модуль 2:

Удосконалення спеціальної фізичної і психічної підготовки, техніко-тактичної майстерності в стрільбі з лука.

Індивідуальний план СПВ, його розділи, методика складання і методика оперативного контролю за тренувальними навантаженнями та самопочуттям.

Інтегральна підготовка.

Методика ведення щоденників з СПВ.

Участь в змаганнях зі стрільби з лука.

Суддівство змагань зі стрільби з лука.

14. Рекомендована література

Основна:

1. Виноградский Б. Анализ состояния и перспективы развития стрельбы из лука в мире с учетом результатов XXVIII Олимпийских Игр в Афинах / Богдан Виноградский // Наука в олимпийском спорте. – 2005. – № 2. – С. 60–68.
2. Виноградський Б. А. Вдосконалення технічної майстерності лучників на основі вдосконалення основних елементів пострілу : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 „Олімпійський та професійний спорт” / Виноградський Богдан Анатолійович ; Укр. держ. ун-т фіз.виховання і спорту. – Київ, 1997. – 24 с.
3. Виноградський Б. А. Визначення доцільності використання фізичних вправ для тестування спеціальної силової працездатності у лучників / Б. А. Виноградський, К. А. Тимрук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. ст. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2002. – № 2. – С. 6–13.
4. Виноградський Б. А. Моделювання параметрів специфічних координаційних якостей лучників / Виноградський Б. А. // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 4. – С. 66–71.
5. Виноградський Б. Моделювання полів розсіювання точок влучень у стрільбі з лука з використанням комп'ютерної програми „Стріла” / Виноградський Богдан, Куртяк Олексій // Теорія та методика фізичного виховання. – 2008. – № 6. – С. 22–29.

6. Виноградський Б. А. Моделювання середовища зовнішніх умов як засіб вдосконалення спортивної майстерності лучників високої кваліфікації / Б. А. Виноградський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2004. – № 6. – С. 9–17.
7. Виноградський Б. А. Моделювання складних біомеханічних систем і його реалізація в спорті : монографія / Б. А. Виноградський. – Львів : ЗУКЦ, 2007. – 284 с.
8. Виноградський Б. Обґрунтування та практична реалізація системи інструментального контролю комплексних біомеханічних систем стрілецького спорту / Богдан Виноградський // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – № 2 (4). – С. 28-40.
9. Виноградський Б. А. Специфика системы комплексного педагогического контроля в стрельбе из лука / Б. А. Виноградский // Человек в мире спорта: новые идеи, технологии, перспективы : тез. докл. междунар. конгр. – Москва 1998. – Т. 1. – С. 256–257.
10. Виноградський Б. А. Теоретико-методичний аспект моделювання спеціальної підготовленості лучників / Виноградський Б. А., Івтико М. В. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 1999. – С. 935–939.
11. Виноградський Б. Теоретико-методичні аспекти контролю та аналізу кінематичних параметрів системи "лучник–лук" / Богдан Виноградський // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2001. – Вип. 5, т. 1. – С. 301–305.
12. Власова Н. А. Дифференцированное влияние методики разминочного массажа на точность стрельбы из лука / Н. А. Власова // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 5. – С. 66–68.

Допоміжна:

1. Антонов С. Відеоконтроль характеристик техніки пострілу в стрільбі з лука / Сергій Антонов, Георгій Іваницький // Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті : тези доп. XII Міжнар. наук. конф. – Львів, 2016. – С. 52–54.
2. Антонов С. Характеристика системи контролю спеціальної фізичної підготовленості стрільців з лука / Сергій Антонов, Мар'ян Пітин // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Львів, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 13–17.

3. Біомеханіка спорту : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] / за заг. ред. А. М. Лапутіна. – Київ : Олімп. література, 2001. – 320 с.
4. Богданов А. И. Специальная подготовка стрелка из лука / Богданов А. И. – Москва : Физкультура и спорт, 1971. – 56 с.
5. Богіно В. Г. Багатофакторний аналіз результатів стрільби у мішень / Богіно В. Г., Виноградський Б. А. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. ст. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХХПІ, 2002. – № 21. – С. 26–35.
6. Бойченко С. Д. Инструментальная методика для оценки точности стрельбы из лука / Бойченко С. Д., Сыманович П. П. // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту : материалы III науч. сессии АФВиС Республики Беларусь. – Минск, 1998. – С. 237–238.
7. [Аналіз рухових дій при виконанні стрілецьких вправ](#) / АП Власов, АО Лопатьєв, БА Виноградський, АП Демічковський // Вісник ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2010. – Вип. 81. – С. 561–565.
8. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с.
9. Лопатьєв А. О возможных подходах при моделировании сложных систем в стрелковых видах спорта / Анатолий Лопатьєв, Николай Дзюбачек, Богдан Виноградский // Наука в олимпийском спорте. – 2004. – № 2. – С. 101–107.
10. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків., Т. М. Куцериб – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
11. Система відбору спортсменів до складу збірної команди України зі стрільби з лука при підготовці до Ігор ХХХІ Олімпіади (Ріо-де-Жанейро) / Антонов С. В., Власов А. П., Пітин М. П., Свістельник І. Р., Логінов Д. О. // Науковий часопис Нац.пед. уні-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – Київ, 2017. – Вип. 2 (83) 17. – С. 7–11.
12. Improving technical preparedness of archers using directional development of their coordination skills on stage using the specialized basic training / Antonov Sergiy, Briskin Yuriy, Perederiy Alina, Pityn Maryan, Khimenes Khrystyna, Zadorozhna Olha, Semeryak Zoryana, Svystelnyk Irina // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – Vol. 17, is. 1. – P. 262–268.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. archery. org. ua [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.archery.org.ua/>
4. worldarchery. Org [Electronic resource]. – Access mode: <https://worldarchery.org/>
5. archery. Ru [Electronic resource]. – Access mode: archery. Ru
6. pse-archery.com [Electronic resource]. – Access mode: pse-archery.com
7. archeryewrope.com [Electronic resource]. – Access mode: archeryewrope.com