

- **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ, МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ
ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ**

- **THEORETICAL AND METHODOLOGICAL, MEDICAL, BIOLOGICAL
AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF QUALIFIED SPORTSMEN PREPARATION**

УДК 796.015

**ПРОГРАМНІ ВИМОГИ
ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
В СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОГО
УДОСКОНАЛЕННЯ СПОРТСМЕНІВ
У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ**

**Юрій БРІСКІН, Мар'ян ПІТИН,
Вікторія БОГУСЛАВСЬКА**

*Львівський державний університет
фізичної культури, м. Львів, Україна,
email: pityn7@gmail.com*

Анотація. У роботі проаналізовано і порівняно відомості, які представлені в розділах теоретичної підготовки навчальних програм з циклічних видів спорту.

Мета дослідження: охарактеризувати вимоги щодо програмного матеріалу з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення в циклічних видах спорту (на прикладі веслування на байдарках і каное та веслувального слалому, веслування академічного, легкої атлетики, лижного спорту та плавання).

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення навчальних програм, систематизація документальних матеріалів, трансформація наукової інформації.

У навчальних програмах з циклічних видів спорту виявлено невідповідності між обсягом навантаження, тематикою інформаційного матеріалу, засобами реалізації теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення.

Ключові слова: теоретична підготовка, циклічні види спорту, структура підготовки, зміст підготовки.

Постановка проблеми. На сьогодні в спортивній діяльності, коли боротьба ведеться за частки секунди, за лічені сантиметри, за десятки кілограмів, коли методологія підготовки, рівень опанування технікою руху, функціональні можливості досягли найвищих меж розумного, перемогу здобуває та людина, яка володіє креативністю мислення, високим рівнем інтелекту та знань з обраного виду спорту [8, 13, 15, 18].

Однак у опрацьованій літературі не виявлено належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. Крім того, немає об'єктивних критеріїв контролю за її рівнем [5, 6, 9, 10, 16].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Незважаючи на те, що циклічні види спорту виникли досить давно, тому що базою їх створення були, як правило, природні, прикладні рухи, вони не втрачають перспективи свого розвитку і є популярними та поширеними в сучасному світі. Причинами цього є те, що вони здебільшого належать до індивідуальних видів рухової діяльності і тому досягнення в них слугують орієнтирами можливостей людського організму. Окрім того, на Олімпійських іграх у циклічних видах спорту розігрується сумарно найбільша кількість нагород, що спонукає більшість країн, які змагаються за лідируючі позиції в політичній та економічній сферах суспільства, приділяти їх популяризації серед свого населення значну увагу [8, 12, 15].

Така постановка проблеми, а також спортивні досягнення, які зростають, високий рівень конкуренції на міжнародних змаганнях вимагають від фахівців спорту подальшого удосконалення навчально-тренувального процесу, зокрема і в таких циклічних видах

спорту, як легка атлетика (її бігові види та ходьба), плавання, веслування та лижні перегони. У своїх наукових та методичних працях автори всебічно досліджують, зокрема і різні сторони підготовки спортсменів: фізичну, технічну, психологічну [11, 14]. Фахівці багатьох країн вивчали фізіологічні, біомеханічні, спортивно-медичні аспекти складових підготовки [7, 17].

Разом з тим спортивні змагання – це не лише демонстрація сили та вміння спортсменів, це ще й високий рівень знань і розвиток тактичного мислення спортсмена та його тренера [2, 3, 4]. На думку деяких авторів, саме інтелект визначає спортивний результат, передусім, на великих міжнародних змаганнях [1, 13, 18]. З огляду на це, саме теоретична підготовка в тренувальному процесі повинна займати значуще місце і якнайкраще реалізувати один із головних принципів тренування – принцип свідомості [11]. Отож потребу в теоретичній підготовці спортсменів на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення підтверджено роботами фахівців, які стверджують, що знання повинні випереджати практику [1, 2, 3, 4, 13, 18].

Зв'язок роботи з науковими темами та планами. Роботу виконано в межах тем «Основи теоретичної підготовки в спорті» на 2013–2017 рр. (номер державної реєстрації 0113U000659) та «Теоретико-методичне обґрунтування управління тренувальною та змагальною діяльністю у видах олімпійського спорту, професійного спорту та спортсменів різних нозологій в адаптивному спорті» на 2016–2020 рр. (номер державної реєстрації 0116U003167) плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури.

Мета дослідження – охарактеризувати вимоги щодо програмного матеріалу з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення в циклічних видах спорту (на прикладі веслування на байдарках і каное та веслувального слалому, веслування академічного, легкої атлетики, лижного спорту та плавання).

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення навчальних програм, систематизація документальних матеріалів, трансформація наукової інформації. Було проаналізовано актуальні програми для спортивних шкіл з метою виявлення обсягу та якості змістовного наповнення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту, а саме: «Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ з легкої атлетики» [9], «Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ з плавання» [16], «Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з веслування на байдарках і каное та веслувального слалому» [6], «Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з веслування академічного» [5], «Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з лижних гонок» [10].

Результати дослідження та їх обговорення. В усіх проаналізованих програмах теоретичний компонент, поряд з іншими сторонами підготовки, сприймається як невід'ємна частина формування в спортсменів спеціальних знань, умінь і навичок. При цьому наголошується, що теоретичні знання, спрямовані на пізнання закономірностей формування спортивної майстерності, позитивно змінюють процеси тренувальної і змагальної діяльності.

У цих програмах вказується, що теоретичні заняття можуть проводитися під опікою тренера у формі бесід і лекцій із демонструванням наочних посібників і показом навчальних фільмів, кіно- і фотодокументів. Окрім того, у навчальній програмі з веслування та веслувального слалому група наочних методів доповнюється такими засобами, як комп'ютерне моделювання та рольові ігри, а автори програми з плавання до засобів розвитку інтелекту додають творче спілкування спортсмена з тренером, вивчення спеціальної літератури. Теоретичні заняття за цими програмами можуть здійснюватися як у ході практичних занять, так і в спеціально відведений для цього час.

В усіх чотирьох програмах набуття спортсменами спеціальних знань розподілено за етапами багаторічного вдосконалення, а саме початкової підготовки, попередньої і спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень.

Що стосується етапу початкової підготовки, то не в усіх програмах чітко вписані кількість тем та годин на їх вивчення, а програмний матеріал подано лише в загальних фразах. І лише в програмах з лижних перегонів [10], веслування на байдарках і каное та веслувального слалому [6], веслування академічного [5] пропонується стала кількість годин, а саме: у першій із них передачу спеціальних знань здійснювати упродовж 18 годин, у другій – 30 годин, а третій – 20 годин щорічно.

На етапі попередньої базової підготовки місце теоретичної підготовки проявляється вже більш виразно. У кожній програмі окреслено повну кількість тем та годин, відведених на їх вивчення. Так, у програмі з веслування на байдарках і каное та веслувального слалому програмні матеріали складаються з тринадцяти тем, на вивчення яких упродовж трьох років відводиться 90 годин (30 годин на рік). В аналізованій програмі з веслування академічного до вивчення пропонується також тринадцять тем, а загальна кількість годин, запланованих на для теоретичної підготовки, зазнає позитивних змін, зростаючи з 20 годин на першому році навчання до 28 годин на четвертому. У програмі з плавання до вивчення спортсменами пропонується п'ять тем, а кількість годин становить 23 на чотири роки. Причому, якщо порівнювати з відсотковими значеннями частки теоретичної підготовки до загального обсягу годин, відведених на здійснення навчально-виховної роботи, то в останній програмі з підвищення спортивної кваліфікації юних плавців частка теоретичної підготовки в загальному річному навантаженні зменшується. У програмі з лижних перегонів упорядники запропонували для перших двох років навчання на реалізацію теоретичної підготовки спрямовувати по 23 години, а для третього та подальших років – по 36 годин. Порівняння відсоткових значень частки теоретичної підготовки до загального річного навантаження засвідчило, що найменша її величина простежується в програмі з плавання, особливо це стосується плавців-стаєрів, а найбільша – у програмі з удосконалення майстерності веслувальників на байдарках і каное (табл. 1).

Незважаючи на те, що в усіх програмах з переходом спортсменів на етап спеціалізованої базової підготовки прослідковується збільшення абсолютної кількості виділених годин на теоретичну підготовку, однак відносна їх частка до загального річного навантаження з кожним роком зменшується (див. табл. 1).

Таблиця 1

Обсяг річного навантаження з теоретичної підготовки без урахування інструкторської та суддівської практики в системі багаторічного спортивного вдосконалення, поданий у чинних навчальних програмах з циклічних видів спорту

| Вид спорту | | Етапи багаторічної підготовки | | | | | | | |
|----------------|----------------------|--|-----------|--------|-----------|--------|-----------|---------------------|-----------|
| | | ПП | | ПБП | | СБП | | ПдВД | |
| | | години | % | години | % | години | % | години | % |
| Веслування | на байдарках і каное | 30 | 9,62–7,21 | 30 | 4,81–3,21 | 30 | 2,40–2,06 | 30 | 1,8 |
| | академічне | 20 | 6,40–4,80 | 20–28 | 3,20–2,70 | 38–34 | 3,0–2,30 | 34 | 2 |
| Лижні перегони | | 18 | 6,50–4,90 | 23–36 | 4,17–3,56 | 45 | 4,05–3,49 | 32 | 2,17–1,93 |
| Легка атлетика | | кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження з теоретичної підготовки відсутні | | | | | | | |
| Плавання | для спринтерів | Інформація відсутня | | 5–6 | 1,54–0,93 | 13–14 | 1,96–1,53 | Інформація відсутня | |
| | для стаєрів | | | | 1,30–0,89 | | 1,82–1,28 | | |

Примітки: ПП – початкова підготовка;

ПБП – попередня базова підготовка;

СБП – спеціалізована базова підготовка;

ПдВД – підготовка до вищих досягнень.

Таблиця 2

Обсяг річного навантаження з інструкторської та суддівської практики в системі багаторічного спортивного вдосконалення, поданий у чинних навчальних програмах з циклічних видів спорту

| Вид спорту | | Етапи багаторічної підготовки | | | | | |
|----------------|----------------------|---|-----------|--------|-----------|--------|-----------|
| | | ПБП | | СБП | | ПдВД | |
| | | години | % | години | % | години | % |
| Веслування | на байдарках і каное | кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження відсутні | | | | | |
| | академічне | 10–16 | 1,07–1,54 | 20–36 | 1,60–2,47 | 36 | 2,16 |
| Лижні перегони | | 16–20 | 2,90–1,98 | 17 | 1,54–1,32 | 30–32 | 2,17–1,93 |
| Легка атлетика | | кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження відсутні | | | | | |
| Плавання | | | | | | 10 | 25 |

Примітки: ПБП – попередня базова підготовка;

СБП – спеціалізована базова підготовка;

ПдВД – підготовка до вищих досягнень.

На жаль, такий стан речей продовжується й на етапі підготовки до вищих досягнень. Не змінює вирішення питання й уведення в зміст програм інструкторської та суддівської практик, хоча вони дещо підвищують як абсолютний, так і відсотковий обсяг годин, відведених на теоретичну підготовку (див. табл. 2). Окрім того, тематика інструкторських і суддівських семінарів багато в чому дублює теми, які вивчаються під час теоретичних занять у роботі тренера зі спортсменами на етапах багаторічного вдосконалення, як от «стан розвитку виду спорту», «відомості про організм людини», «основи методики навчання та тренування», «гігієна та лікарський контроль» тощо.

Аналіз тем з теоретичної підготовки, представлений в аналізованих програмах, засвідчив їх повторення на різних етапах багаторічного тренування. Причому, якщо на перших етапах збігаються, як правило, лише кілька тем, то надалі зміст програмного матеріалу практично ідентичний. Це вказує на одноманітне, стандартне наповнення інформацією теорії спорту, а це неприпустимо з поглибленням навчально-тренувального процесу та зростанням спортивної майстерності. Окрім того, практично не відтворено в програмах можливості ознайомлення спортсменів із сучасними досягненнями спортивної науки за результатами прикладних та фундаментальних досліджень, що збіднює наповнення процесу підготовки, особливо на етапах підготовки до вищих досягнень.

Висновки. У навчальних програмах з циклічних видів спорту виявлено невідповідності між обсягом навантаження, тематикою інформаційного матеріалу, засобами реалізації теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення. При цьому спостерігається зниження з кожним наступним етапом відносного показника обсягу теоретичної підготовки до абсолютної кількості годин, відведених на здійснення навчально-тренувального процесу в макроциклі, тобто основні акценти підготовки поставлені виключно на практичній діяльності спортсменів.

Недоліком також є дублювання багатьох тем з теоретичної підготовки в програмах на різних етапах багаторічного тренування. Це збіднює інформаційний матеріал, однобоко формує спеціальні знання в спортсменів. Практично відсутній програмний матеріал, який висвітлює впровадження у процес підготовки прикладних і фундаментальних наукових досліджень, що особливо необхідно на більш пізніх етапах спортивного удосконалення. Такий підхід до реалізації теоретичних знань, на жаль, не вирішує проблему формування інтелектуального спортсмена, що також може стати однією із причин незадовільного їх виступу на важливих міжнародних змаганнях.

Установлене протиріччя між зростанням рівня спортивної майстерності та потребою в збільшенні глибини та обсягу наукової думки підтверджує необхідність уведення в підготовку спортсмена нових змістових блоків інформації, пошуку нових засобів та методів передачі теоретичних знань. Таким чином, виникає нагальна потреба у створенні нового підходу до тих знань, науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.

Список літератури

1. Богуславська В. Ю. Зміст теоретичної підготовки спортсменів у легкій атлетиці / В. Ю. Богуславська // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.] / за ред. О. В. Тимошенка. – Київ, 2016. – Вип. 10 (80)16. – С. 27–30.
2. Богуславська В. Ю. Зміст теоретичної підготовки у лижних гонках / Богуславська В. Ю., Бріскін Ю. А., Пітин М. П. / Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.] / за ред. О. В. Тимошенка. – Київ, 2016. – Вип. 9 (79)16. – С. 22–25
3. Бріскін Ю. А. Зміст теоретичної підготовки у видах веслування [Електронний ресурс] / Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин, В. Ю. Богуславська // Спортивна наука України. – 2016. – № 3(73). – С. 42–48. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>
4. Бріскін Ю. А. Проблеми теоретичної підготовки в спорті / Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин, В. Ю. Богуславська // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. – Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2016. – Вип. 1. – С. 257–261.
5. Веслування академічне : навч. прог. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / уклад. О. А. Шинкарук, Р. В. Кропта, Б. Є. Очеретько, П. В. Мазуренко, В. І. Довгодько. – Київ, 2011. – 114 с.
6. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом : навч. прог. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву / уклад. Ю. О. Воронцов, Ю. М. Маслачков, О. О. Чередниченко, В. В. Шептицький, А. Б. Сімановський, Т. М. Віхляєва, Ю. О. Ковальов, О. О. Бучма. – Київ, 2007. – 104 с.
7. Драчук С. П. Біомеханіка людини. Тлумачний словник-довідник / С. П. Драчук, В. Ю. Богуславська, О. Г. Соколюк. – Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. – 360 с.
8. Енциклопедія олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – 464 с. – ISBN 966-7133-71-0.
9. Легка атлетика : навч. прог. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності / уклад. В. О. Сіренко, В. П. Бізін, С. І. Бобровнік, О. І. Величко, П. П. Костенко [та ін.]. – Київ, 2007. – 164 с.
10. Лижні гонки : навч. прог. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву / С. К. Фомін, О. О. Вінник, В. П. Карленко, В. Ф. Малечик, В. В. Єфанова, В. М. Нестеров, З. Д. Смирнова, А. М. Назаров. – Київ, 2006. – 112 с.
11. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать / Н. Г. Озолин. – Москва : Астрель ; АСТ ; 2003. – 863 с.
12. Олімпійські види спорту [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/Олімпійські_види_спорту
13. Пітин М. П. Теоретична підготовка в спорті : монографія / М. П. Пітин. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 372 с.

14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалиф. / В. Н. Платонов – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 584 с. – ISBN 966-7133-64-8.

15. Платонов В. Н. Олимпийский спорт / В. Н. Платонов С. И. Гуськов. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 380 с.

16. Сахновський К. П. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності / К. П. Сахновський. – Київ : Молодь, 1995. – 93 с.

17. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта / Джек Х. Уилмор, Дэвид Л. Костилл. – Киев : Олимпийская литература, 2001. – 503 с.

18. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers / Briskin Yu., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovsky S., Semeryak Z. // Journal of Physical Education and Sport. – 2014. – Vol. 3. – P. 337–341.

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
К ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
В СИСТЕМЕ МНОГОЛЕТНЕГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
СПОРТСМЕНОВ В ЦИКЛИЧЕСКИХ
ВИДАХ СПОРТА**

**Юрий БРИСКИН, Марьян ПИТЫН,
Виктория БОГУСЛАВСКАЯ**

*Львовский государственный университет
физической культуры, г. Львов, Украина,
email: pityn7@gmail.com*

Аннотация. В работе проведен анализ и сравнение сведений, представленных в разделах теоретической подготовки учебных программ по циклическим видам спорта.

Цель исследования: охарактеризовать требования, касающиеся программного материала по теоретической подготовке на различных этапах многолетнего совершенствования в циклических видах спорта (на примере легкой атлетики, лыжного спорта, гребли на байдарках и каноэ и гребному слалому, гребле академической, плавания).

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение учебных программ, систематизация документальных материалов, трансформация научной информации.

В учебных программах по циклическим видам спорта обнаружены несоответствия между объемом нагрузки, тематикой информационного материала, средствами реализации теоретической подготовки на различных этапах многолетнего совершенствования.

Ключевые слова: теоретическая подготовка, циклические виды спорта, структура подготовки, содержание подготовки.

**PROGRAMME REQUIREMENTS
FOR THEORETICAL TRAINING
IN THE SYSTEM OF LONG-TERM
IMPROVEMENT OF ATHLETES IN
CYCLIC SPORTS**

**Yurii BRISKIN, Marian PITYN, Viktoriia
BOHUSLAVSKA**

*Lviv State University of Physical Culture, Lviv,
Ukraine, email: pityn7@gmail.com*

Abstract. The paper analyzed and compared the data presented in theoretical training curricula for cyclic sports.

Objective: to describe the requirements for the programme matter pertaining to theoretical training at different stages of multi-year improvement in cyclic sports (for example padding, canoe slalom, rowing, track-and-field athletics, skiing, and swimming).

Methods: theoretical analysis and generalization of curricula, systematization of documentary materials, transformation of scientific information.

The curricula for cyclic sports contain certain discrepancies between the amount of load, subject information materials, and means of theoretical knowledge implementation at various stages of long-term advanced training.

Keywords: theoretical training, cyclic sports, training structure, content of training.

References

1. Bohuslavs'ka V. Yu. Zmist teoretychnoyi pidhotovky sport·sменiv u lehkiy atletytsi [The contents of the theoretical training of athletes in athletics] // Naukovyy chasopys Nats. ped. un-tu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport): [zb. nauk. pr.] / za red. O. V. Tymoshenka. Kyiv, 2016, Vyp. 10 (80)16, S. 27–30. (*in Ukrainian*)
2. Bohuslavs'ka V. Yu., Briskin Yu. A., Pityn M. P. Zmist teoretychnoyi pidhotovky u lyzhnykh honkakh [Contents of theoretical training in ski racing] // Naukovyy chasopys Nats. ped. un-tu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport) : [zb. nauk. pr.] / za red. O. V. Tymoshenka, Kyiv, 2016, Vyp. 9 (79)16, S. 22–25 (*in Ukrainian*)
3. Briskin Yu. A., Pityn M. P., Bohuslavs'ka V. Yu. Zmist teoretychnoyi pidhotovky u vydakh vesluvannya [Contents of theoretical training in the types of rowing] [Elektronnyy resurs] // Sportyvna nauka Ukrayiny. 2016, #3(73), S. 42–48. – Rezhym dostupu: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive> (*in Ukrainian*)
4. Briskin Yu. A., Pityn M. P., Bohuslavs'ka V. Yu. Problemy teoretychnoyi pidhotovky v sporti [Problems theoretical training in sport] // Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi : zb. nauk. prats' Vinnyts'k. derzh. ped un-tu imeni Mykhayla Kotsyubyns'koho. Vinnytsya, 2016, Vyp. 1, S. 257–261. (*in Ukrainian*)
5. Vesluvannya akademichne [Sculls] : navch. prohr. dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti ta spetsializovanykh navchal'nykh zakladiv sportyvnoho profilu / uklad. O. A. Shynkaruk, R. V. Kropta, B. Ye. Ocheret'ko, P. V. Mazurenko, V. I. Dovhod'ko. Kyiv, 2011, 114 s. (*in Ukrainian*)

6. Vesluvannya na baydarkakh i kanoe ta veslival'nyy slalom [Rowing and canoeing and rowing slalom] : navch. prohr. dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti ta uchylshch olimpiys'koho rezervu / uklad. Yu. O. Vorontsov, Yu. M. Maslachkov, O. O. Cherednycheko, V. V. Sheptyts'kyu, A. B. Simanovs'kyu, T. M. Vikhlyayeva, Yu. O. Koval'ov, O. O. Buchma. Kyiv, 2007, 104 s. (in Ukrainian)

7. Drachuk S. P., Bohuslavs'ka V. Yu., Sokol'vak O. H. Biomekhanika lyudyny [Biomechanics of human] : tlumachnyy slovnyk-dovidnyk. Vinnytsya: Nilan-LTD, 2016, 360 s. (in Ukrainian)

8. Entsyklopediya olimpiys'koho sportu Ukrayiny [Encyclopedia of Olympic sports of Ukraine] / za red. V. M. Platonova. Kyiv : Olymпыyskaya lyteratura, 2005, 464 s. – ISBN 966-7133-71-0. (in Ukrainian)

9. Lehka atletyka [Athletics] : navch. prohr. dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti / uklad. V. O. Sirenko, V. P. Bizin, S. I. Bobrovnik, O. I. Velychko, P. P. Kostenko [ta in.]. Kyiv, 2007, 164 s. (in Ukrainian)

10. Fomin S. K., Vinnyk O. O., Karlenko V. P., Malezhyk V. F., Yefanova V. V., Nesterov V. M., Smyrnova Z. D., Nazarov A. M. Lyzhni honky [Skiing]: navch. prohr. dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti ta uchylshch olimpiys'koho rezervu. Kyiv, 2006, 112 s. (in Ukrainian)

11. Ozolin N. G. Nastol'naja kniga trenera : Nauka pobezhdat' [Handbook of the coach: Science to win]. Moskva : Astrel' ; AST ; 2003, 863 s. (in Russian)

12. Olimpiys'ki vydy sportu [Olympic kinds of sports] [Elektronnyy resurs]. Rezhym dostupu: https://uk.wikipedia.org/wiki/Olimpiys'ki_vydy_sportu (in Ukrainian)

13. Pityn M. P. Teoretychna pidhotovka v sporti [Theoretical training in sport] : monohrafiya. L'viv : LDUFK, 2015, 372 s. (in Ukrainian)

14. Platonov V. N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obshhaja teorija i ee prakticheskie prilozhenija [The system of training athletes in the Olympic sport. General theory and its practical applications]: ucheb. trenera vyssh. kvalif. Kiev : Olimpijskaja literatura, 2004, 584 s. – ISBN 966-7133-64-8. (in Russian)

15. Platonov V. N., Gus'kov S. I. Olimpijskij sport [Olympic sport]. Kiev : Olimpijskaja literatura, 1997, 380 s. (in Russian)

16. Sakhnovs'kyu K. P. Navchal'na prohrama dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti [Training program for youth sports schools, specialized youth school of Olympic reserve, schools of higher sports skills]. Kyiv : Molod', 1995, 93 s. (in Ukrainian)

17. Uilmor Dzh. H., Kostil D. L. Fiziologija sporta [Physiology of sports]. Kiev : Olimpijskaja literatura, 2001, 503 s. (in Russian)

18. Briskin Yu., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovs'kyu S., Semeryak Z. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers // Journal of Physical Education and Sport. 2014, Vol. 3, P. 337–341.

Стаття надійшла до редколегії 13.11.2016

Прийнята до друку 17.11.2016

Підписана до друку 30.12.2016