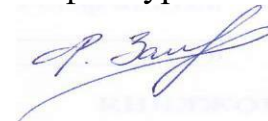


**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**КАФЕДРА АТЛЕТИЧНИХ ВИДІВ СПОРТУ**

**ЗАТВЕРДЖЕНО»**  
на засіданні кафедри  
атлетичних видів спорту  
31 серпня 2020 р. протокол № 1  
Зав. каф Загура Ф. І.



**ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

з навчальної дисципліни

**«Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-  
педагогічне вдосконалення»**  
(спеціалізація – спортивні види боротьби)

для студентів

**2 курсу факультету педагогічної освіти  
та факультету післядипломної та заочної освіти  
рівень вищої освіти – бакалавр  
спеціальність 014.11 „Середня освіта (фізична культура)”  
Денна та заочна форма навчання**

©Стельмах Ю. Ю.

## **Розподіл балів, які отримують студенти з ТiМОВС**

### **для заліку (0-100 балів)**

1. Опитування на семінарах – 10 балів
2. Модуль 1 – 10 балів
3. Модуль 2 – 10 балів
4. Виконання практичних завдань (участь у змаганнях, спортивно-масових заходах, суддівстві, показових виступах) – 30 балів
5. Виконання самостійної роботи (реферати, конспекти, обґрунтування, публікації) – 30 балів

*Примітка. Відвідування до 10 балів заохочення за відсутність пропущених занять. Відсоток відвідування (10% - 1 бал, 30 % - 3 бали, 70% - 7 балів).*

## **Розподіл балів, які отримують студенти з СПВ**

### **Залікові вимоги:**

- студенти повинні відвідувати заняття з дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення»;
- студенти повинні брати участь спортивно-масових заходах кафедри, університету, міста, області;
- студенти повинні брати участь змаганнях різного рангу;
- виконувати та підтверджувати нормативи, які відповідають спортивним розрядам, спортивним званням, та суддівським категоріям;
- студенти повинні знати нормативи з загальної фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки;
- обов'язковою вимогою для отримання заліку є наявність щоденника тренувальних навантажень, страхового полісу та довідки про проходження медогляду.

## Розподіл балів, які отримують студенти

### 1. Участь у змаганнях (див. табл.).

Зайняте місце	Олімпійські Ігри	Чемпіонати серед дорослих				Кубки серед дорослих				Чемпіонати (першості) серед юніорів				Кубки серед юніорів		Університетські змагання (ЧС серед студентів)	Універсіади області	
		світу	Європи	України	області	світу	Європи	України	області	світу	Європи	України	області	світу	Європи			
	600	480	300	60	15	240	50	40	8	240	150	30	10	120	75	180	50	15
	520	416	260	52	12	208	30	36	6	208	130	26	7	104	65	150	30	12
	440	352	220	44	10	176	20	32	5	176	110	22	5	90	55	120	20	10
	360	288	180	36	8	144	15	28	4	144	90	18	-	75	45	100	15	8
	320	256	160	32	6	128	10	24	3	128	80	16	-	65	40	90	10	6
	280	224	140	28	4	112	5	22	2	112	70	14	-	55	35	80	5	4
	240	192	130	24	-	96	-	20	-	96	65	12	-	45	30	70	-	-
	200	160	120	20	-	80	-	-	-	80	60	10	-	38	25	60	-	-
	160	140	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1.	120	120	80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2.	80	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.	40	80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

### Участь у спортивно-масових заходах

Участь у кожному спортивно-масовому заході (ярмарку спорту, олімпійському уроці, показові виступи з виду спорту, тощо) оцінюється в 5 балів.

### 2. Виконання та підтвердження нормативу з виду спорту.

За виконання нормативів (вперше):

- заслужений майстер спорту України (ЗМС) – 80 балів;
- майстер спорту міжнародного класу (МСМК) – 60 балів;
- майстер спорту України (МСУ) – 30 балів;
- кандидат в майстри спорту (КМС) – 15 балів;
- I розряд – 8 балів
- II розряд – 6 балів.

За підтвердження нормативів:

- майстер спорту міжнародного класу (МСМК) - 30 балів;
- майстер спорту України (МСУ) – 15 балів.
- кандидат в майстри спорту (КМС) – 8 балів;
- I розряд – 4 бали;
- II розряд – 3 бали.

Член збірної команди України – 60 балів.

Кандидат у збірну команду України – 40 балів.

Резерв збірної команди України – 20 балів.

#### **4. Нормативи з загальної фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки (при необхідності).**

Нормативи з ЗФП та СПФ приймаються відповідно до нормативів для вступу в ЛДУФК з спеціалізації.

#### **Розподіл балів, які отримують студенти для заліку**

Вид роботи	Поточне тестування та самостійна робота							
	Змістовий модуль №1				Змістовий модуль № 2			
	T1	T2	T3	Сума	T4	T5	T6	Сума
Відвідування	7	7	6	<b>20</b>	7	7	6	<b>20</b>
Опитування	5	5	-	<b>10</b>	3	3	4	<b>10</b>
Виконання письмових	10	10	-	<b>20</b>	10	-	10	<b>20</b>

робіт (тестування)								
Виконання практичних завдань	5	5	5	<b>15</b>	5	5	5	<b>15</b>
Спортивно-масові заходи та суддівство	-	5	-	<b>5</b>	5	-	-	<b>5</b>
Поточний залік (модуль)	10	10	10	<b>30</b>	10	10	10	<b>30</b>
<b>Разом (ТіМОВС)</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>100</b>	<b>40</b>	<b>25</b>	<b>35</b>	<b>100</b>
Виконання практичних вимог з СПВ*	<b>100</b>			<b>100</b>	<b>100</b>			<b>100</b>
<b>Середній бал «ТіМОВС та СПВ»</b>				<b>100</b>				<b>100</b>

*Примітка. 1. Відвідування (20 балів); 2. Опитування на семінарських заняттях (10 балів); 3. Виконання письмових (самостійних) робіт (20 балів); 4. Виконання практичних завдань (15 балів); 5. Спортивно-масові заходи та суддівство (5 балів); 6. Поточний залік (30 балів).*

Сума балів з Розділу «ТіМОВС» додається до суми балів з Розділу «СПВ» та ділиться на 2, що і складає поточні залікові бали.

### Рекомендована література:

#### Основна:

1. Алексеев А. Ф. Правила змагань з дзюдо / А. Ф. Алексеев. – Харків, 2013. – 56 с.
2. Бойко В. Ф. Физическая подготовка борцов / В. Ф. Бойко, Г. В. Данько. – Киев : Олимп. лит., 2004. – 220 с.
3. Борьба вільна: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / В.І. Шандригось, В. В. Яременко, М. В. Латишев, Р. В. Первачук, В. Ю. Чікало. – Київ : АСБУ, – 2019. – 104 с.
4. Гаткин Е. Я. Все о самбо / Е. Я. Гаткин. – Москва : АСТ: Астрель; Владимир : ВКТ, 2008. – 349 с.
5. Греко-римская борьба : учеб. для СДЮШОР, спортивных факультетов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Шулика Ю. А. [и др.]. – Ростов на Дону : Феникс, 2004. – 800 с.
6. Дзюдо. Система и борьба : учеб. для СДЮШОР, спортивных факультетов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Шулика Ю. А. [и др.]. – Ростов на Дону : Феникс, 2006. – 800 с.

7. Новиков А. А. Основы спортивного мастерства : монография / А. А. Новиков. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Советский спорт, 2012. – 256 с.
8. Пістун А. І. Спортивна боротьба : [навч. посіб.] / А. І. Пістун. – Львів : Тріада плюс, 2008. – 862 с.
9. Подливаев Б. А. Уроки вольной борьбы. Поурочные планы тренировочных занятий первого года обучения (для мальчиков и девочек 10–12 лет) / Подливаев Б. А., Григорьев А. В. – Москва : Советский спорт, 2012. – 528 с.
10. Харлампиев А. А. Система самбо. Становление и развитие. Из семейного архива Харлампиевых / Харлампиев А. А., Харлампиева Н. Н.. – Москва : ФАИР, 2007. – 432 с.
11. Шахмурадов Ю. А. Вольная борьба: научно-методические основы многолетней подготовки борцов / Ю. А. Шахмурадов. – 2-е изд., доп. – Махачкала : Эпоха, 2011. – 368 с.
12. Шестаков В. Б. Теория и практика дзюдо : учебник / В. Б. Шестаков, С. В. Ерегина. – Москва : Советский спорт, 2011. – 448 с.

#### **Допоміжна:**

1. Вілмор Дж. Х. Фізіологія спорту / Вілмор Дж. Х., Костілл Д. Л. – Київ : Олімпійська література, 2003. – 656 с.
2. Гриньків М. Я. Вступ у спортивну морфологію. Фізичний розвиток спортсменів і методи його оцінювання : лекція / Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів, 2019. – 17 с.
3. До питання оцінки фізичної підготовленості борців вільного стилю. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти / Шандригось В. І., Яременко В. В., Первачук Р. В., Латишев М. В. // Матеріали І Всеукр. електрон. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Київ, 17 травня 2018 р.) / ред. Г.В. Коробейніков, В.О. Кашуба, В.В. Гамалій. – Київ : НУФВСУ, 2018. – С. 82–84.
4. Дымов Я. М. От боли голос хрипнет / Я. М. Дымов. – Киев : Логос, 2006. – 320 с.
5. Загура Ф. Вплив елеутерококу на функціональний стан борців у тренувальному мікроциклі / Федір Загура // Фізична культура, спорт та здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Вінниця, 2000. – С. 92–93.
6. Загура Ф. І. Модельні характеристики техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих дзюдоїстів різних манер ведення змагального поединку // Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2004. – Вип. 8, т. 1. – С. 154–157.
7. Загура Ф. І. Морфофункціональні та техніко-тактичні модельні характеристики кваліфікованих дзюдоїстів : дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту / Загура Ф. І. – Львів, 2007. – 180 с.
8. Загура Ф. Особливості застосування ігор та спеціалізованих ігрових комплексів з борцями-початківцями греко-римського стилю / Федір Загура, Сергій Зубрицький // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2012. – Вип. 16, т. 1. – С. 94–98.
9. Загура Ф. І. Розробка моделей в спортивних видах боротьби / Загура Ф. І. // Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти : зб. наук. пр. з галузі

фіз. культури та спорту. – Рівне, 2010. – Вип. 5. – С. 30–35.

10. Загура Ф. Моделювання змагальної діяльності в спортивній боротьбі / Федір Загура, Ігор Огірко, Ростислав Первачук // Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти : зб. наук. пр. РДГУ. – Рівне, 2011. – Вип. 5. – С. 265–271.

11. Зародження і розвиток жіночої боротьби в Україні / Юлія Стельмах, Андрій Пістун, Людмила Балушка, Євген Путій // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 1. – С. 230–234.

12. Использование комбинированных разновысоких плитов в подготовке девушек-тяжелотлеток на этапе начальной подготовки / Товстоног О., Розторгуй М., Зубков С., Гентош А. // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Человек. Спорт. Медицина. – Челябинск : ЮУрГУ, 2016. – Т. 1, № 1. – С. 92–96.

13. Індивідуальна підготовка кваліфікованих борців вільного стилю з урахуванням компонентів анаеробного механізму енергозабезпечення / Р. В. Первачук, М. Г. Сибіль, В. І. Шандригось, Ф. І. Загура, Ю. Ю. Стельмах, С. Я. Кухтій // Єдиноборства. – 2020. - № 1. – С. 35–40.

14. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 270 с.

15. Куцериб Т. Адаптаційні зміни в будові нервової системи та внутрішніх органів під впливом фізичних навантажень / Куцериб Т., Гриньків М., Музика Ф. // Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. – Львів : ЛДУФК, 2019. – С. 72–75.

16. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 86 с.

17. Куцериб Т. М. Вступ у спортивну морфологію. Фізичний розвиток, конституція та пропорції тіла спортсменів : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 22 с.

18. Куцериб Т. М. Вступ у спортивну морфологію. Фізичний розвиток спортсменів і методи його оцінювання : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 15 с.

19. Куцериб Т. М. Конституція, пропорції тіла і їх значення у спортивному відборі : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 10 с.

20. Куцериб Т. М. Морфологічні прояви адаптації організму до фізичних навантажень : лекція / Куцериб Т. М., Музика Ф. В. – Львів, 2019. – 14 с.

21. Куцериб Т. М. Нервова система. Спинний мозок : лекція / Куцериб Т. М. – Львів, 2020. – 10 с.

22. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1977. – 279 с.

23. Морфофункціональні особливості борчинь вільного стилю / Любомир Вовканич, Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Федір Музика // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2013. – Вип. 17, т. 3. – С. 73–78.

24. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної

- культури та спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.
25. Музика Ф. Вплив специфіки тренувального процесу на морфофункціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Федір Музика // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2001. – С. 53–56.
26. Музика Ф. В. Морфо-функціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Музика Ф. В. // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. пр. – Львів, 2000. – С. 25–26.
27. Музика Ф. В. Морфофункціональні показники стану м'язової системи у спортсменів різних кваліфікацій / Музика Ф. В., Малицький А. В., Гриньків М. Я. // Карповські читання : матеріали III Всеукр. морф. наук, конф. – Дніпропетровськ, 2006. – С. 49–50.
28. Музика Ф. В. Динамічна анатомія : лекція / Музика Ф. В. – Львів, 2019. – 12 с.
29. Музика Ф. В. М'язова система : лекція / Музика Ф. В., Куцериб Т. М. – Львів, 2019. – 10 с.
30. Первачук Р. В. Індивідуалізація тренувального процесу борців різного стилю ведення сутички / Первачук Р. В. // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2013. – Вип. 7(33). – С. 55–62.
31. Первачук Р. В. Удосконалення фізичної підготовки кваліфікованих борців вільного стилю з використанням спрямованого впливу на системи енергозабезпечення : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту / Первачук Р. В. – Львів, 2016. – 17 с.
32. Первачук Р. В. Техніко-тактичні комплекси як засіб удосконалення навчально-тренувальної діяльності кваліфікованих борців / Первачук Р. В., Сибіль М. Г., Загура Ф. І. // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів, 2012. – Вип.16, т. 3. – С. 45–52.
33. Первачук Р. Перманентна корекція індивідуальної підготовки кваліфікованих борців вільного стилю з урахуванням поточного балансу між окремими компонентами анаеробного механізму енергозабезпечення / Первачук Р., Сибіль М., Шандригось В. // Молода спортивна наука України : зб. тез доп. – Львів, 2017. – Вип. 21, т.1. – С. 26–27.
34. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2013. – 624 с.
35. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
36. Розторгуй М. Підготовка спортсменів у силових видах адаптивного спорту : монографія / Марія Розторгуй. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 332 с.
37. Розторгуй М. Алгоритмізація навчання техніки змагальних вправ у силових видах спорту на етапі початкової підготовки / Марія Розторгуй, Олександр Товтоног // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2014. – № 1(15). – С. 38–45.
38. Руденко Р. Є. Засоби відновлення фізичної працездатності у процесі тренувань та змагань // Слобожанський науково-спортивний вісник : [зб. наук. ст.]. – Харків, 2008. – № 4. – С. 124–127.



39. Сибіль М. Г. Вплив дозованого велоергометричного навантаження на енергетичний обмін кваліфікованих борців вільного стилю / Сибіль М. Г., Первачук Р. В., Свищ Я. С. // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів : ЛДУФК, 2014. – Вип. 18, т. 3. – С. 189–195.
40. Стельмах Ю. Ю. Изменения психофизиологического состояния женщин-борцов высокой квалификации в динамике менструального цикла / Ю. Ю. Стельмах // ППМБПФВС. – 2012. – № 12. – С. 127–131.
41. Стельмах Ю. Вплив тренувальних навантажень на функціональні показники спортсменок-борців високої кваліфікації у різні фази менструального циклу / Ю. Стельмах // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 100–104.
42. Стельмах Ю. Зміни психоемоційного стану спортсменок-борців у динаміці оваріально-менструального циклу / Юлія Стельмах // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 3. – С. 91–95.
43. Стельмах Ю. Ю. Побудова тренувального процесу спортсменок високої кваліфікації у вільній боротьбі з урахуванням особливостей жіночого організму : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту / Стельмах Ю. Ю. – Київ, 2014. – 20 с.
44. Стельмах Ю. Ю. Изменения психофизиологического состояния женщин-борцов высокой квалификации в динамике менструального цикла / Стельмах Ю. Ю. // Pedagogy of Physical Culture and Sports. – 2012. – № 12. – P. 127–131.
45. Стельмах Ю. Особливості фізичної та психологічної підготовленості спортсменок, які спеціалізуються у боротьбі вільній / Юлія Стельмах // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 3. – С. 24–27.
46. Стельмах Ю. Характеристика спеціальної працездатності та функціонального стану спортсменок, які спеціалізуються у вільній боротьбі / Юлія Стельмах // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. – 2012. – № 7. – С. 121–125.
47. Товстоног О. Алгоритм навчання техніки ривка важкоатлетів на етапі початкової підготовки / Олександр Товстоног, Федір Загура // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2013. – № 2. – С. 70–76.
48. Фізіологічні і метаболічні прояви адаптації у студентів-спортсменів на дозовані силові навантаження / Музика Ф. В. [та ін.] // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасних соціально-економічних і екологічних умовах : тези доп. Міжнар. конф. – Запоріжжя, 2000. – С. 175–177.
49. Шандригось В. І. Становлення і розвиток жіночої боротьби в програмі Олімпійських Ігор / Шандригось В. І., Яременко В. В., Первачук Р. В. // Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах : зб. ст. XIV Міжнар. наук. конф., 9–10 лютого 2018 р. – Харків : ХДАФК. – Т. 1. – С. 80–83.
50. Шандригось В. І. Аналіз виступів борців різних країн на чемпіонаті Європи 2018 року з вільної боротьби серед чоловіків / Шандригось В.І., Яременко В. В., Первачук Р. В. // Єдиноборства. – 2018. – №4(10). – С. 80–90.
51. Experimental substantiation of teaching algorithm of technique in weightlifting and powerlifting competitive exercises / Olexandr Tovstonoh, Mariia Roztorhui, Fedir

Zahura [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. – Vol. 15(2). – P. 319–323.

52. Biochemical changes in cluster analysis indicators as a result of special tests of freestyle wrestlers of a lactate and lactate types of power supply / M. Sybil, R. Pervachuk, F. Zahura, V. Shandrygos', V. Yaremenko, I. Bodnar // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18(1), art 31. – P. 235–238. DOI:10.7752/jpes.2018.01031

53. Sympathoadrenal monitoring of the influence of artificial hypoxia on sprinters' training / M. Sybil, R. Pervachuk, F. Zahura, Yu. Stelmakh, I. Bodnar // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18(2), art 267. – P. 1826–1830. DOI:10.7752/jpes.2018.01031

54. Model characteristics of sensorimotor reactions and specific perceptions of trained wrestlers / R. Pervachuk, Yu. Tropin, V. Romanenko, A. Chuev // Slobozans'kij Naukovo-Sportivnij Visnik. – 2017. – №5(61). – P. 72–74

55. Sybil M. G. Personalization of freestyle wrestlers' training process by influence the anaerobic systems of energy supply / Sybil M. G., Pervachuk R. V., Trach V. M. // Journal of physical education and sport. – 2015. – Vol. 15(2), art 35. – P. 225–228.

56. Considering the current balance between lactate and alactate mechanisms of energy supply in preparation of free style wrestlers / Y. Svyshch, M. Sybil, O. Pavlos, T. Dukh, A. Dunets-Lesko, V. Melnyk, R. Pervachuk // Journal of Physical Education and Spor. – 2018. – Vol. 18, is. 4, art 131. – P. 885–888.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Динаміка індивідуальних показників спортивного результату важкоатлетів національної збірної команди України – учасників Ігор XXXI Олімпіади [Електронний ресурс] / Товстоног О., Розторгуй М., Зубков С., Фостяк І. // Спортивна наука України. – 2017. – № 1 (77). – С. 51–57.
2. Первачук Р. Особливості побудови програми фізичної підготовки борців вільного стилю з урахуванням домінантного типу енергозабезпечення [Електронний ресурс] / Ростислав Первачук, Федір Загура, Ярослав Свищ // Спортивна наука України. – 2016. – № 1(71). – С. 9–16. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/390/375>
3. Стельмах Ю. Ю. Характеристика змагальної діяльності спортсменок, що спеціалізуються у спортивній жіночій боротьбі [Електронний ресурс] / Ю. Ю. Стельмах, Л. М. Балущка // Спортивна наука України. – 2016. – № 1(71). – С. 60–64. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/419/403>
4. Стельмах Ю. Побудова тренувального процесу у жіночій спортивній боротьбі з урахуванням особливостей ОМЦ [Електронний ресурс] / Юлія Стельмах, Світлана Кухтій // Спортивна наука України. – 2007. – № 3 (12). – С. 10–13.
5. <http://judo.in.ua>
6. <http://wrestlingua.com>
7. [www.judoinfo.kiev.ua](http://www.judoinfo.kiev.ua)
8. [www.sportpedagogi/jrg.ua](http://www.sportpedagogi/jrg.ua)
9. <http://ukrwrestling.com>

10. <http://unitedworldwrestling.org/database>
11. <http://wrestlingua.com/books>
12. [www.ukrainejudo.com](http://www.ukrainejudo.com)
13. [www.intjudo.eu](http://www.intjudo.eu)
14. [www.sambo.net.ua](http://www.sambo.net.ua)
15. [www.sambo-fias.org](http://www.sambo-fias.org)
16. <http://www.noc-ukr.org/>
17. <http://www.olympic.org/>