

ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



ПОГОДЖУЮ

Гарант освітньо-професійної програми
Євгеній СТРИКАЛЕНКО
"29" серпня 2024 року

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
Ганна ЖОСАН
Протокол засідання кафедри
менеджменту, маркетингу та ІТ ХДАЕУ
від "28" серпня 2024 року № 1

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 09 РУХЛИВІ ТА СПОРТИВНІ ІГРИ

Назва навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) рівень

Освітньо-професійна програма – Менеджмент у спортивній діяльності

Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт

Галузь знань – 01 Освіта / Педагогіка

Кропивницький – 2024

Загальна інформація

Назва навчальної дисципліни	Рухливі та спортивні ігри		
Факультет	Економічний		
Назва кафедри	Менеджменту, маркетингу та ІТ		
Викладач	Стрикаленко Євгеній Андрійович (Yevhenii Strykalenko), кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри менеджменту, маркетингу та ІТ https://orcid.org/0000-0001-7686-8736		
Контактна інформація	Стрикаленко Євгеній Андрійович 0506219489; strikalenko76@gmail.com;		
Графік консультацій	Консультації online:	Viber +30506219489,	Zoom
	https://us04web.zoom.us/j/6198520129?pwd=yMO5XrOVRtQgcXeF6H2ZHAWpFPWziR.1		
Програма дисципліни	1. Історія виникнення та офіційні правила гри в баскетбол. 2. Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в баскетболі. 3. Характеристика різновидів баскетболу та особливості проведення їх змагальної діяльності. 4. Історія виникнення та офіційні правила гри в волейбол. 5. Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному волейболі. 6. Характеристика різновидів волейболу та особливості проведення їх змагальної діяльності. 7. Історія виникнення та офіційні правила гри в футбол. 8. Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному футболі. 9. Характеристика різновидів футболу та особливості проведення їх змагальної діяльності. 10. Історія виникнення та офіційні правила індивідуальних спортивних ігор. 11. Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в тенісі, бадмінтоні, сквоші. 12. Характеристика різновидів індивідуальних спортивних ігор та особливості проведення їх змагальної діяльності. 13. Історія виникнення та офіційні правила зимових спортивних ігор. 14. Класифікація техніко-тактичних прийомів в хокею та керлінгу. 15. Перспективи розвитку зимових видів спортивних ігор в Україні та світі. 16. Класифікація рухливих ігор та методика їх проведення з різними групами населення. 17. Класифікація рекреаційних ігор та особливості їх проведення. 18. Роль та місце рухливих, рекреаційних та спортивних ігор в системі підготовки спортсменів та оздоровчій діяльності.		
Мова викладання	Українська		

1. Анотація курсу

Анотація курсу	«Рухливі та спортивні ігри», як освітня компонента, в закладах вищої освіти де відбувається підготовка фахівців з фізичного виховання та спорту, є невід'ємною частиною формування загальних та професійних якостей майбутнього фахівця. Це педагогічний процес, спрямований на формування загальних знань про систему змагальної діяльності в різних видах спортивних ігор, вивчення
-----------------------	---

	теоретичних відомостей про побудову тренувального та змагального процесу, загальні та специфічні принципи спортивного тренування, засоби та методи навчання руховим вмінням, навичкам та розвитку основних рухових якостей, засобів та методів контролю за рівнем підготовленості спортсменів. В ході вивчення даної освітньої компоненти здобувачі ознайомлюються з особливостями планування тренувальної роботи для спортсменів різного рівня підготовленості та спортивної майстерності.
Інформаційний пакет дисципліни	На платформі Moodle за посиланням http://www.ksau.kherson.ua/files/osv.progr/ розміщено навчально-методичний комплекс з дисципліни “Рухливі та спортивні гри”, а саме силабус, робоча програма, план лекційних та семінарських занять та методичні рекомендації щодо їх проведення, завдання до самостійного опрацювання з методичними рекомендаціями, форма та критерії поточного та підсумкового контролю, алгоритм нарахування балів за накопичувальною системою оцінювання, список використаних джерел та інформаційних ресурсів.

2. Мета та завдання курсу

Мета викладання дисципліни	полягає в набутті теоретичних знань та практичних вмінь з різних видів спортивних ігор та рухливих ігор, які використовуються на різних етапах, вивчені основних аспектів спортивного тренування, організації та побудови спортивного тренування, оволодінні засобами та методами проведення спортивного тренування, узагальненні особливостей змагальної діяльності в різних спортивних іграх.
Завдання вивчення дисципліни	- вивчити основні спортивні ігри, які відносяться до олімпійських видів спорту, розкрити завдання спортивного тренування, загальні та специфічні методи та засоби проведення тренувальних занять в різних командних видах спорту; -дослідити види спортивних ігор, які не відносяться до олімпійських, охарактеризувати основні правила гри, узагальнити досягнення українських спортсменів в даних спортивних іграх; - визначити зміст та основні складові індивідуальних спортивних ігор, узагальнити перспективність розвитку індивідуальних видів спорту в Україні; -вивчити особливості змагальної діяльності в зимових видах спорту — хокеї та керлінгу розкрити особливості підготовки спортсменів в перерахованих зимових спортивних іграх; - систематизувати рухливі ігри в залежності від впливу на організм спортсмена, довести особливості використання різних рухливих ігор в залежності від вікових характеристик спортсмена та рівня його підготовленості; - розкрити особливості та доцільність використання рекреаційних ігор в системі підготовки спортсменів та формуванні здорового способу життя різних верств населення, довести необхідність виховати у здобувачів потреби до фізичного самовдосконалення та систематичних заняттях фізичними вправами протягом всього життя.

3. Програмні компетентності та результати навчання

Компетентності здобувача вищої освіти, сформовані в результаті вивчення курсу	
Інтегральна компетентність	ІК Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту, зокрема у сфері управління спортивними організаціями та їх підрозділами, або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту та менеджменту у спортивній діяльності, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні	ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 4. Здатність працювати в команді. ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом. ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії. ЗК 10. Здатність бути критичним та самокритичним. ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові)	ФК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. ФК 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. ФК 6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту. ФК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. ФК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.
Програмні результати навчання (ПРН)	
ПРН	ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег. ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань. ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості. ПРН 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини. ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

4. Місце навчальної дисципліни у структурі освітньої програми

Рік викладання	1 рік
Семестр	2 семестр
Курс	I

Обов'язкова компонента / Вибіркова компонента	Обов'язкова
Пререквізити	Ефективне вивчення даної освітньої компоненти базується на основі отримання базових знань під час вивчення предметів “Історія фізичної культури”, “Вступ до фаху”, що викладались протягом попередніх термінів навчання в ЗВО. Для якісного сприйняття матеріалу здобувачам бажано використовувати знання отримані під час власного спортивного досвіду та використовувати приклади з обраного виду спорту.
Постреквізити	Отримані, під час вивчення освітньої компоненти ”Рухливі та спортивні ігри” знання необхідно використовувати під час вивчення дисциплін “Організація та методика проведення спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходів”, проходження виробничої практики, тощо. Отримані знання дозволять здобувачу працювати інструктором по спорту, тренером та фахівцем в галузі підготовки спортсменів в спеціалізованих спортивних закладах.

5. Обсяг курсу на поточний навчальний рік

Кількість кредитів / годин	5 кредитів / 150 годин
Лекції	36 годин
Практичні / Семінарські	Семінарських - 38 годин
Лабораторні	не передбачено
Самостійна робота	76 годин
Форма підсумкового контролю	Екзамен

6. Технічне та програмне забезпечення / обладнання

Технічне та програмне забезпечення	Для проведення занять в дистанційному режимі застосовується мультимедійний проектор і ноутбук з використанням комп'ютерних програм Word, PowerPoint, Excel, VLS media player.
Обладнання	Теоретичні знання здобувачі отримують під час проведення онлайн занять з використання різноманітних інформаційних технологій з застосуванням комп'ютерів та інших гаджетів для якісного оволодіння програмним матеріалом. Для підвищення якості отримання знань, під час роботи в офлайн режимі, обов'язкове використання спеціалізованих спортивних майданчиків, ігрової спортивної зали, тенісних кортів, столів для настільного тенісу, макетів ігрових майданчиків, тощо.

7. Політика курсу

Загальні вимоги	Організація освітнього процесу в Університеті відповідає вимогам положень про організаційне і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу, освітній програмі та навчальному плану. Здобувач зобов'язаний відвідувати всі заняття згідно з розкладом. Здобувачі вищої освіти повинні планомірно та
------------------------	---

	систематично засвоювати навчальний матеріал. Активно виконувати всі завдання під час лекційних та семінарських занять, брати участь в роботі різних спортивних секцій та приймати участь в усіх спортивно-масових заходах та змаганнях зі спортивних ігор, як університетського так і обласного рівнів. Заохочується робота у наукових гуртках, підготовка тез доповідей та участь у конференціях, підготовка та публікація наукових статей та інше.
Політика щодо дедлайнів і перескладання	Складання всіх контрольних заходів повинно відбуватись чітко на програмою вивчення курсу на семінарських заняттях вивчення певної змістової частини та мати конкретні дедлайни. Складання теоретичних тестів та інших рухових контрольних випробувань з порушенням термінів здачі без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку й нараховується менша кількість балів. Для перескладання тестів здобувач повинен зв'язатись з викладачем і у зазначений час отримати можливість для їх виконання. Своєчасне попередження, причин запізнення в складанні підсумкових завдань не знижує загальної кількості накопичувальних балів, а автоматично пролонгується на час необхідний для якісного складання тесту.
Політика щодо відвідування	Відвідування занять з дисципліни “Рухливих та спортивних ігор” є обов'язковим. При проведенні лекційних та семінарських занять здобувач повинен чітко дотримуватись правил спілкування та роботи в онлайн режимі. Під час навчання здобувач не повинен запізнюватися на заняття. Пропущене семінарське заняття здобувач зобов'язаний опрацювати з викладачем відповідно до тематики певної змістової частини у встановлений викладачем час. Не виконанні завдання призводять до зменшення кількості накопичувальних балів та зниженню загальної оцінки за роботу протягом семестру.
Політика щодо виконання завдань	В ході виконання творчих завдань для самостійного опрацювання (реферати, повідомлення, презентації, тощо) здобувачі будують власні оригінальні міркування, створюючи власний погляд на ту чи іншу проблему. Виконання завдань під час проведення семінарських занять повинно ґрунтуватись на свідомому розумінні всіх запропонованих тем, а також їх місця в підготовці майбутнього тренера з виду спорту. Під час виконання завдань позитивно оцінюється творчий підхід до виконання та активність й якість роботи протягом семінарського заняття. Застосування креативних підходів під час виконання завдань передбачає отримання додаткових балів, які позитивно відображуються в накопичувальній системі оцінювання. Практичні завдання виконується самостійно й записуються з подальшим надсиланням виконаного завдання викладачу джля опрацювання.
Академічна доброчесність	Виконання теоретичних завдань повинно бути цілком оригінальним. Будь-яке списування або плагіат (використання, копіювання підготовлених завдань або розв'язання задач іншими здобувачами) тягне за собою анулювання зароблених балів. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів становлять приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

8. Структура курсу

Номер тижня	Вид занять	Тема заняття або завдання на самостійну роботу	Кількість годин				
			л.	лаб.	сем.	СР	балів
Змістова частина 1 “Методичні основи розвитку фізичних якостей спортсменів”							
1	Лекція	Історія виникнення та офіційні правила гри в баскетбол	2			2	1
2	Семінарське	Історія виникнення та офіційні правила гри в баскетбол			2	2	4
3	Лекція	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в баскетболі	2			2	1
4	Семінарське	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в баскетболі			2	2	4
5	Лекція	Характеристика різновидів баскетболу та особливості проведення їх змагальної діяльності	2			2	1
6	Семінарське	Характеристика різновидів баскетболу та особливості проведення їх змагальної діяльності			2	2	4
7	Лекція	Історія виникнення та офіційні правила гри в волейбол	2			2	1
8	Семінарське	Історія виникнення та офіційні правила гри в волейбол			2	2	4
9	Лекція	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному волейболі	2			2	1
10	Семінарське	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному волейболі			2	2	4
11	Лекція	Характеристика різновидів волейболу та особливості проведення їх змагальної діяльності	2			2	1
12	Семінарське	Характеристика різновидів волейболу та особливості проведення їх змагальної діяльності			2	2	4

13	Лекція	Історія виникнення та офіційні правила гри в футбол	2			2	1
14	Семінарське	Історія виникнення та офіційні правила гри в футбол			2	2	4
15	Лекція	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному футболі	2			2	1
16	Семінарське	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в сучасному футболі			2	3	4
17	Лекція	Характеристика різновидів футболу та особливості проведення їх змагальної діяльності	2			2	1
18	Семінарське	Характеристика різновидів футболу та особливості проведення їх змагальної діяльності			2	3	4
	ПК ЗЧ 1		18		18	38	45
Змістова частина 2 “Побудова спортивного тренування в багаторічній системі підготовки спортсменів”							
19	Лекція	Історія виникнення та офіційні правила індивідуальних спортивних ігор	2			2	1
20	Семінарське	Історія виникнення та офіційні правила індивідуальних спортивних ігор			2	2	4
21	Лекція	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в тенісі, бадмінтоні, сквоші	2			2	1
22	Семінарське	Навчання та вдосконалення техніко-тактичних дій в тенісі, бадмінтоні, сквоші			2	2	4
23	Лекція	Характеристика різновидів індивідуальних спортивних ігор та особливості проведення їх змагальної діяльності	2			2	1
24	Семінарське	Характеристика різновидів індивідуальних спортивних ігор та особливості проведення їх змагальної діяльності			2	2	4
25	Лекція	Історія виникнення та офіційні правила зимових спортивних ігор	2			2	1

26	Семінарське	Історія виникнення та офіційні правила зимових спортивних ігор			2	2	4
27	Лекція	Класифікація техніко-тактичних прийомів в хокею та керлінгу	2			2	1
28	Семінарське	Класифікація техніко-тактичних прийомів в хокею та керлінгу			2	2	4
29	Лекція	Перспективи розвитку зимових видів спортивних ігор в Україні та світі	2			2	1
30	Семінарське	Перспективи розвитку зимових видів спортивних ігор в Україні та світі			2	2	4
31	Лекція	Класифікація рухливих ігор та методика їх проведення з різними групами населення	2			2	1
32	Семінарське	Класифікація рухливих ігор та методика їх проведення з різними групами населення			2	2	4
33	Лекція	Класифікація рекреаційних ігор та особливості їх проведення	2			2	1
34	Семінарське	Класифікація рекреаційних ігор та особливості їх проведення			2	2	4
35	Лекція	Роль та місце рухливих, рекреаційних та спортивних ігор в системі підготовки спортсменів та оздоровчій діяльності	2			2	1
36	Семінарське	Роль та місце рухливих, рекреаційних та спортивних ігор в системі підготовки спортсменів та оздоровчій діяльності			4	4	4
	ПК ЗЧ 2		18		20	38	45

9. Форми і методи навчання

Лекція	Вербальні (розповідь, пояснення та роз'яснення, аналіз та корегування) та наочні (показ навчального матеріалу у вигляді презентацій, відео роликів та навчальних фільмів) методи.
Практичні /Семінарські	Вербальні (розповідь, роз'яснення, аналіз та корегування якості виконання вправ) та наочні (показ

	правильності виконання, створення уявлення про виконання вправи) методи. Практичні методи спрямовані на навчання та вдосконалення техніки виконання різноманітних рухів, та практичні методи спрямовані на розвиток тих чи інших фізичних якостей.
Лабораторні	не передбачено навчальним планом
Самостійна робота	Словесні методи навчання: пояснення, розповідь. Проведення самостійних занять включає викладення теоретичного матеріалу з використанням наочного матеріалу з використанням мультимедійних технологій. Крім того, по деяких темах передбачається написання рефератів, міні-проектів

10. Система контролю та оцінювання

Поточний контроль

Поточний контроль відбуватиметься безпосередньо на кожному лекційному та семінарському занятті у вигляді оцінки присутності на занятті, активності та інтенсивності роботи протягом заняття. Здебільшого використовується опитування та спостереження, як метод контролю. Поточний контроль дозволяє оцінити систематичність та ефективність засвоєння програмного матеріалу.

Підсумковий контроль за змістовою частиною

По завершенню вивчення кожної змістовної частини передбачено виконання підсумкового теоретичного тесту за яке здобувачі отримують певну кількість балів у відповідності до критеріїв оцінювання. По завершенні вивчення освітньої компоненти здобувачі виконують залікові завдання, які сумуються з отриманими раніше балами накопичувальної системи оцінювання. Окремо оцінюється й самостійна робота здобувачів протягом змістовної частини у вигляді самостійного виконання завдань, підготовки та захисту рефератів та повідомлень. Якість виконання завдань для самостійного опрацювання підтверджується отриманими балами за даний вид роботи.

Підсумковий контроль

Формою підсумкового контролю є залік, що виставляється на основі результатів поточного контролю та виконання завдань самостійної роботи. Основні вимоги до контролю знань наведені у “Положенні про оцінювання знань здобувачів вищої освіти” Херсонського державного аграрно-економічного університету.

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об’єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю. Здобувачі за виконану роботу, протягом вивчення дисципліни, отримують певну кількість балів, яка акумулюється в підсумковий бал оцінювання. До накопиченої суми балів додається кількість балів як здобувач отримав безпосередньо під час екзамену.

Здобувачі, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до заліку. Їх допуск до заліку стає можливим лише тільки при умові вдалої ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до заліку, якщо рейтингова оцінка за його результатом більша або дорівнює 60 балам.

Таблиця 1.

Алгоритм підрахунку балів за накопичувальною системою оцінювання балів

Вид роботи	Бали	Кількість	Максимальна кількість балів
Відвідування лекційних занять	1	18	1 X 18= 18
Відвідування семінарських занять	1	19	1 X 19=19
Активна робота на семінарському занятті	1	19	1 X 19=19
Захист самостійного завдання	1	19	1 X 19=19
Теоретичний тест	5	1	5 X 1=5
Залікове заняття	10	1	10 X 1=10
Разом			100

Розподіл балів з дисципліни “Рухливі та спортивні ігри” (форма контролю — екзамен)

Поточне оцінювання і контроль змістових частин (бали)																					Підсумкова оцінка (екзамен)
Змістова частина 1										Змістова частина 2											
Т 1-2	Т 3-4	Т5-6	Т7-8	Т9-10	Т11-12	Т13-14	Т15-16	Т 17-18	ПК ЗЧ 1	Т19-20	Т21-22	Т 23-24	Т25-26	Т 27-28	Т 29-30	Т 31-32	Т 33-34	Т 35-36	ПК ЗЧ 2	Екзамен	
Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 45	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 5	Max 45	Max 10	Max 100

Шкала оцінювання

Шкала рейтингу ХДАЕУ	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
90-100	A	Відмінно	зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно	не зараховано
1-34	F	Незадовільно (з обов'язковим повторним вивченням курсу)	

11. Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна література	1. Strykalenko Y., Shalar O., Huzar V., Dercach V. Technical training of volleyball players – beginners Proceedings of the 3rd International Scientific and Practical Conference «Innovative Development in the Global Science» January 26-28, 2024; Boston, USA pp. 466-479 2. Strykalenko Y., Shalar O., Huzar V., Dercach V. Improving football players' skills with the help of non-standard equipment Proceedings of the 16th International Scientific and Practical Conference “Science and practice: implementation to modern societymanchester”, United Kingdom June 26-28, 2024 pp. 285-294. 3. Strykalenko Y., Shalar O., Huzar V., Edeliiev O. Development of women's strength skills in free wrestling using the circular method of training Proceedings of the 3rd International Scientific and Practical Conference «Modern Directions and Movements in Science» Luxembourg, Grand Duchy of Luxembourg October 26-28, 2023; pp/ 218-231. 4. Strykalenko Yevhenii, Shalar Oleh, Huzar Viktor, Derkach Viktor Improving the technical skills of volleyball players using a ball with a shifted center of gravity Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference “Science in the environment of rapid changes brussels”, Belgium November 6-8, 2024 pp. 277-284
--------------------	---

Додаткова	1. Huzar V., Edeliiev O., Shalar O., Strykalenko Y. Development of women's strength skills in free wrestling using the circular method of training Proceedings of the 3rd International Scientific and Practical Conference «Modern Directions and Movements in Science» Luxembourg, Grand Duchy of Luxembourg October 26-28, 2023; pp/ 218-231 2. Strykalenko,Y., Shalar, O., Huzar, V., Andrieieva, R., Zhosan, I., & Bazilyev,S. (2019). Influence of the maximum force indicators on the efficiency of passing the distance in academic rowing. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 19 (3), 1507-1512. http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2019.03218 3. Strykalenko,Y., Shalar, O., Huzar, V., Voloshynov, S., Homenko, V., & Bazilyev, S. (2020). Efficient passage of competitive distances in academic rowing by taking into account the maximum strength indicators. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 20 (6), 3512-3520. http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2020.06474 4. Strykalenko Yevhenii, Shalar Oleh, Shapoval Serhiy Optimization of strength training of young people using exercise devices // Proceedings of the 2nd International Scientific and Practical Conference Modern directions and movements in science Luxembourg, grand duchy of Luxembourg April 16-18, 2023, pp. 568-578.
Інформаційні ресурси	1. http://www.basketbolist.org.ua/history.htm 2. http://basketlessons.net/1-1.html 3. http://www.basket.com.ua 4. www.ukrbasket.net/