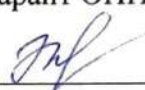


**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

ЗАТВЕРДЖУЮ»
Декан гуманітарно-педагогічного
факультету
Інна САВИЦЬКА
«19» червня 2025 р.



«СХВАЛЕНО»
на засіданні кафедри фізичної культури
і спорту
протокол № 13 від «20» травня 2025 р.
Завідувач кафедри  Микола КОСТЕНКО

«РОЗГЛЯНУТО»
Гарант ОПП «Фізична культура і спорт»
 Наталія ТЕРЕНТЬЄВА

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Організація сучасної системи спортивної підготовки»

Галуз знань: А «Освіта»

Спеціальність А7 «Фізична культура і спорт»

Освітньо-професійна програма «Фізична культура і спорт»

Гуманітарно-педагогічний факультет

Розробники: Кротов Г.В., доцент кафедри фізичної культури і спорту, к. пед. н.,
доцент

Київ 2025

Опис навчальної дисципліни

ОК 5 «ОРГАНІЗАЦІЯ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ»

Дисципліна «Організація сучасної системи спортивної підготовки» розкриває теоретико-методичні основи підготовки спортсменів в олімпійських та професійних видах спорту. Курс сприяє формуванню особистості майбутнього магістра зі спорту, його професійної культури та ерудиції.

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	
Освітній ступінь	<i>магістр</i>
Галузь знань	<i>01 Освіта/Педагогіка</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітньо-професійна програма	<i>«Фізична культура і спорт»</i>
Характеристика навчальної дисципліни	
Вид	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>
Загальна кількість годин	<i>180</i>
Кількість кредитів ECTS	<i>6</i>
Кількість змістових модулів	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	<i>Не передбачено</i>
Форма контролю	<i>Екзамен</i>
Показники навчальної дисципліни для денної форми здобуття вищої освіти	
Курс (рік підготовки)	<i>Перший (перший)</i>
Семестр	<i>1</i>
Лекційні заняття	<i>45</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>45</i>
Лабораторні заняття	<i>-</i>
Самостійна робота	<i>90</i>
Індивідуальні завдання	<i>-</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти: аудиторних	<i>6 год.</i>
самостійна робота студента	<i>6 год.</i>

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Організація сучасної системи спортивної підготовки» є формування у студентів знання основних положень підготовки спортсменів в різних видах спорту, завдання та зміст системи спортивної підготовки, структуру багаторічного процесу спортивної підготовки, особливості циклічної будови процесу підготовки спортсменів, засоби, методи та принципи спортивної підготовки та ін., а також уміння використовувати отримані знання у майбутній професійній діяльності.

Набуття компетентностей:

- **Інтегральна компетентність**

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

- **Фахові (спеціальні) компетентності (СК):**

СК 6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

СК 8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.

Прогнозовані результати навчання (ПРН):

ПРН 2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

ПРН 4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

ПРН 8. Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів.

2. Програма та структура навчальної дисципліни «Організація сучасної системи спортивної підготовки» повного терміну денної форми здобуття вищої освіти

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма							Заочна форма					
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
			лек.	пр.	ср.	лаб.	інд.		лек.	пр.	ср.	лаб.	інд.
Модуль 1. Спортивна підготовка як система та багаторічний процес													
Тема 1.1. Теоретичні основи спортивної підготовки. Побудова процесу підготовки спортсменів.	1	12	4	2	6								
Тема 1.2. Засоби, методи і принципи спортивної підготовки	2	12	2	4	6								
Тема 1.3. Фізична підготовка спортсменів	3	12	4	2	6								
Тема 1.4. Технічна	4	12	2	4	6								

підготовка спортсменів													
Тема 1.5. Психологічна підготовка і психологічна підготовленість спортсменів	5	12	4	2	6								
Тема 1.6. Відбір та орієнтація у системі підготовки спортсменів	6	12	2	4	6								
Тема 1.7. Позатренувальні та позазмагальні фактори у системі підготовки спортсменів.	7	12	4	2	6								
Разом за модулем 1	84		22	20	42	-	-						
Модуль 2. Підготовка та виховання юних спортсменів													
Тема 2.1. Вікова періодизація тренувальних навантажень	8	12	2	4	6								
Тема 2.2. Особливості початкової спортивної підготовки	9	12	4	2	6								
Тема 2.3. Особливості попередньої базової підготовки	10	12	2	4	6								
Тема 2.4. Особливості спеціальної базової підготовки	11	12	4	2	6								
Тема 2.5. Основи виховання особистості юного спортсмена	12	12	2	4	6								
Тема 2.6. Засоби та методи морального виховання спортсменів	13	12	4	2	6								
Тема 2.7. Виховання волевих якостей спортсменів	14	12	2	4	6								
Тема 2.8. Сучасні вимоги до професійної діяльності тренера юних спортсменів	15	12	3	1	6								
Разом за модулем 2	96		23	23	48	-	-						
Усього годин	180		45	45	90	-	-						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
	Модуль 1	
1	Теоретичні основи спортивної підготовки. Побудова процесу підготовки спортсменів.	4
2	Засоби, методи і принципи спортивної підготовки	2
3	Фізична підготовка спортсменів	4
4	Технічна підготовка спортсменів	2
5	Психологічна підготовка і психологічна підготовленість спортсменів	4

6	Відбір та орієнтація у системі підготовки спортсменів	2
7	Позатренувальні та позазмагальні фактори у системі підготовки спортсменів.	4
Модуль 2		
8	Вікова періодизація тренувальних навантажень	2
9	Особливості початкової спортивної підготовки	4
10	Особливості попередньої базової підготовки	2
11	Особливості спеціальної базової підготовки	4
12	Основи виховання особистості юного спортсмена	2
13	Засоби та методи морального виховання спортсменів	4
14	Виховання вольових якостей спортсменів	2
15	Сучасні вимоги до професійної діяльності тренера юних спортсменів	3
Всього годин		45

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
Модуль 1		
1	Теоретичні основи спортивної підготовки. Побудова процесу підготовки спортсменів.	2
2	Засоби, методи і принципи спортивної підготовки	4
3	Фізична підготовка спортсменів	2
4	Технічна підготовка спортсменів	4
5	Психологічна підготовка і психологічна підготовленість спортсменів	2
6	Відбір та орієнтація у системі підготовки спортсменів	4
7	Позатренувальні та позазмагальні фактори у системі підготовки спортсменів.	2
Модуль 2		
8	Вікова періодизація тренувальних навантажень	4
9	Особливості початкової спортивної підготовки	2
10	Особливості попередньої базової підготовки	4
11	Особливості спеціальної базової підготовки	2
12	Основи виховання особистості юного спортсмена	4
13	Засоби та методи морального виховання спортсменів	2
14	Виховання вольових якостей спортсменів	4
15	Сучасні вимоги до професійної діяльності тренера юних спортсменів	1
Всього годин		45

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
Модуль 1		
1	Характеристика структури і змісту спортивної підготовки в обраному виді спорту	3
2	Значення дисципліни для діяльності інструктора тренера-викладача в обраному виді спорту	3
3	Мета і завдання спортивного тренування в обраному виді спорту	3
4	Сутність, роль, форми та умови функціонування обраного виду спорту. Основні закономірності змагальної діяльності з обраного виду спорту	3
5	Специфічні принципи спортивного тренування для ефективності вибраного виду спорту	3
6	Використання дидактичних принципів спортивного тренування в обраному виді	3

	спорту	
7	Основні засоби спортивного тренування в обраному виді спорту	3
8	Основні методи спортивного тренування в обраному виді спорту	3
9	Методи контролю (педагогічне спостереження, анкетування, прийом навчальних нормативів, тестування, контрольні й інші змагання, найпростіші лікарські методи (вимір ЖЕЛ, маси тіла, функціональні проби та ін.), хронометрування заняття, визначення динаміки фізичного навантаження на занятті по ЧСС, тощо) в обраному виді спорту	3
10	Управлінська діяльність тренера в обраному виді спорту	3
11	Характеристика навантаження та їх вплив на організм спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	3
12	Регулювання тренувальних і змагальних навантажень в обраному виді спорту	3
13	Адаптація до навантажень в системі річної підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	3
14	Адаптаційні процеси спортсмена в умовах штучного гіпоксичного тренування в обраному виді спорту	3
Модуль 2		
15	Характеристика багаторічної системи підготовки спортсменів в обраному виді спорту	3
16	Розробка плану тренування на усіх етапах спортивного вдосконалення в обраному виді спорту	3
17	Особливості спортивного відбору в обраному виді спорту	3
18	План-схема спортивного відбору юних спортсменів в обраному виді спорту	3
19	План-графік тренувального процесу спортсменів в річному циклі тренувань з обраного виду спорту	3
20	План тренувального мезо- та мікроциклу з обраного виду спорту	3
21	Структура і зміст тренувального заняття, яке спрямоване на вдосконалення техніко-тактичної підготовленості спортсменів з обраного виду спорту	3
22	Структура і зміст тренувальних занять, які спрямовані на вдосконалення підготовленості осіб, які займаються різними формами рухової активності	3
23	Складення план-конспекту тренувального заняття для спортсменів групи початкової підготовки з обраного виду спорту	3
24	Класифікація техніки та тактики в обраному виді спорту.	3
25	Навчаюча програма для засвоєння одного з технічних прийомів для осіб, які займаються в умовах сільської місцевості та АПК України	3
26	Методики розвитку фізичних якостей в обраному виді спорту	3
27	Складення комплексів вправ для розвитку загальних та спеціальних фізичних якостей спортсменів в обраному виді спорту	3
28	Організаційно-методичні дії тренера під час прогнозування результатів підготовки в обраному виді спорту	3
29	Організаційно-методичні дії тренера в моделюванні тренувальних занять спортсменів, комплексів вправ, тренувальних модельних завдань, алгоритму навчальних програм в обраному виді спорту	3
30	Характеристика засобів відновлення та стимуляції спортивної працездатності мешканців сільської місцевості та працівників АПК України	3
	Всього годин	90

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;

- тестування;
- захист практичних робіт.

7. Методи навчання

Під час викладання дисципліни «Організація сучасної системи спортивної підготовки» застосовуються такі методи навчання, як:

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

а) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.

- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

б) За логікою передачі і сприйняття навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

в) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові.

г) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою.

2. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

8. Оцінювання результатів навчання

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1.		
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	Знати • загальні теоретичні основи системи спортивного тренування; • понятійно-категорійний апарат; • загальні та специфічні принципи спортивного тренування; • засоби та методи спортивного тренування; • сутність управління підготовкою спортсменів; • управління рухами та тренувальною і змагальною діяльністю; • основи педагогічного контролю у спортивному тренуванні; • основи навантаження в спорті та їх вплив на організм спортсменів; • механізми адаптації до навантажень; • методiku контролю тренувальних і змагальних навантажень; • сучасну систему спортивних змагань в обраному виді спорту; • визначення термінової та довготривалої адаптації; • механізми адаптації до навантажень в системі річної підготовки	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 2		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 3		10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 4		10

Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 5	спортсменів в обраному виді спорту. Вміти • охарактеризувати сучасну систему спортивних змагань в обраному виді спорту;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 6	• розрізняти принципи спортивного тренування; • підбирати методи спортивного тренування у вибраному виді спорту; • визначати величину і спрямованість тренувального навантаження;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 7	• підбирати комплекси засобів для різних сторін підготовленості в обраному виді спорту; • регулювати фізичні навантаження на спортсмена та ефективно вирішувати проблеми спортивної адаптації;	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	• здійснювати моделювання структури засобів і методів тренувального процесу; • застосовувати набуті знання для підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;	20
Модульна контрольна робота 1		10
Всього за модулем 1		100
Модуль 2.		
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 8	Знати • структуру і зміст багаторічної підготовки спортсменів; • структуру багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	• етапи відбору багаторічної системи тренування спортсменів; • види планування підготовки спортсменів; • принципи побудови план-графіку річного тренувального циклу з обраного виду спорту	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 10	• основні завдання, що вирішуються на кожному з трьох періодів річного тренувального циклу; • особливості побудови річних тренувальних циклів в обраному виді спорту;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 11	• структуру і зміст тренувального заняття; • типи тренувальних занять; • форми і методи проведення тренувальних занять; • особливості сторін підготовки спортсменів;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 12	• класифікацію техніки та тактики з обраного виду спорту; • основні фізичні якості спортсмена; • методи розвитку спеціальних фізичних якостей в обраному виді спорту;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 13	• основи прогнозування і моделювання в спорті; • позатренувальні та позазмагальні чинники в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту. Вміти • здійснювати в обраному виді спорту спортивний відбір на різних його етапах із застосуванням різних методів дослідження;	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 14-15	• методично вірно планувати, управляти та контролювати процес спортивного тренування; • організовувати і здійснювати теоретичну, фізичну, технічну, тактичну, психологічну підготовку спортсмена з обраного виду спорту; • складати модельний комплекс розминки та заключної частини для тренувального заняття з обраного виду спорту;	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	• складати план-схему річного тренувального циклу з обраного виду спорту; • розрізняти спрямованість тренувальних занять; • складати конспект навчально-тренувального заняття; • застосовувати методику визначення рівня фізичної підготовленості;	20

	• застосовувати позатренувальні та позазмагальні засоби для підготовки спортсменів.	
Модульна контрольна робота 2		10
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70$	
Екзамен	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100$	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Презентації, тестові завдання, доповіді, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Презентації, тестові завдання, доповіді повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використані джерела.
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

9. Навчально-методичне забезпечення

Методичним забезпеченням навчальної дисципліни «Організація сучасної системи спортивної підготовки» є:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни;
- посилання на цифрові освітні ресурси;
- підручники, навчальні посібники, практикуми;
- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної форми здобуття вищої освіти;
- ця робоча програма;
- методичні матеріали, що забезпечують самостійну роботу студентів;
- завдання для самосійної роботи студентів;
- контрольні питання для поточного і підсумкового контролю;
- слайди, відео фрагменти навчального матеріалу;
- електронні презентації навчального матеріалу.

10. Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімпійська література, 2019. 272 с.
2. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки: у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник. Київ : КНТ, 2021. 160 с.
3. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці: Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120 с.
4. Кутек Т.Б., Вовченко І.І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
5. Павленко В.О., Насонкіна Е.Ю., Павленко Є.Є. Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту : підручник. Харків, 2020. 550 с.
6. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня, 2020. 704 с.
7. Тодорова В. Основи теорії і методики спортивного тренування : навч. посіб. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с.

Додаткові:

1. Босенко А.І., Топчий М.С., Орлик Н. Фізіологія спорту: навч. посіб. Одеса : Букаєв В. В., 2017. 67 с.
2. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник. К.: Освіта України, 2016. 464 с.
3. Гуржий О. С., Порохнявий А. В. Словник термінів та понять з дисципліни «Фізичне виховання». Дніпро: Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2020. 36 с.
4. Добринський В.С., Мудрик Ж.С., Савчук С.І., Валькевич О.В., Захожа Н.Я. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів: метод. рекомендації. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 112 с.
5. Єфремова А.Г., Гринько В.М., Куделко В.Е. Особливості методики спортивного тренування чоловіків і жінок в обраному виді спорту: Конспект лекції. Харків: УкрДУЗТ, 2022. 60 с.
6. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум : навч.-метод. посіб. для студентів галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / [О. М. Бурла та інші]. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2016. 2-е вид., випр. і доп. 184 с.
7. Короткий словник-довідник термінів спорту та фізичної культури : навч. посіб. / Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. І. Огієнка; [уклад.: Ю.О.Маркітантов, В.Ю.Маркітантова]. Вид. 2-ге допов. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. 71 с.
8. Костюкевич В.М. та ін. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті : монографія. Вінниця: «Планер», 2017. 191 с.
9. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. 2-е вид., доповнено та перероблено. Київ: КТН, 2016. 616 с.
10. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань зі спортивних ігор. Київ: Центр навчальної літератури, 2017. 216 с.
11. Маленюк Т.В. Основи адаптації у спорті. Навчальний посібник. Кіровоград: КОД, 2012. 120 с.
12. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Огнистий А.В., Огніста К.М. Основи спортивної підготовки: навч. посіб. Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 96 с.

13. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт» : навч.посіб. / В.М. Костюкевич, О.А. Шинкарук, В.І. Воронова, О.В. Борисова; за ред. В.М. Костюкевича, О.А. Шинкарук. К. : Національний університет виховання і спорту, вид-во «Олімпійська література», 2018. 528 с.

14. Платонов В.М. Періодизація спортивного тренування. Загальна теорія і її практичне застосування. К. : Олімпійська література, 2013. 624 с.

15. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті : загальна теорія і її практика застосування. К. : Олімп. л-ра, 2004. 880 с.

16. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія й практика. К.: Олімпійська література, 2013. 1048 с.

17. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник. К.: Кондор-Видавництво, 2016. 542 с.

18. Словник термінів та понять зі спортивних дисциплін : навч.-метод. посіб. / уклад.: О. О. Момот, Є. Ю. Шаповал, Ю. В. Зайцева, С. М. Новік ; Полт. нац. пед. ун-тет імені В. Г. Короленка. Полтава : Видавець Шевченко Р.В., 2019. 147 с.

19. Теорія та методика підготовки спортсменів: навч. посіб. / В.І. Кемкіна, О.С. Сокирко, В.О. Понаморьов, В.В. Кемкін; М-во освіти і науки України, Запоріж. нац. техн. ун-т. Запоріжжя : ЗНТУ, 2014. 148 с.

20. Тимошенко О.В., Дьоміна Ж.Г. Основи моделювання і прогнозування у фізичному вихованні та спорті: Навчально-методичний посібник. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. 198 с.

21. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О., Свірчуна Е.М., Флерчук В.В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: навчальний посібник. Хмельницьк: ХНУ, 2011. 143 с.

22. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб.. К., 2013. 136 с.

23. Шинкарук О. Спадкові та набуті ознаки в процесі спортивного відбору. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2019. № 1(1). С. 65-74.

24. Шинкарук О.А., Мітова О.О. Система контролю підготовки початківців у командних спортивних іграх: проблемні питання та сучасні підходи. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науковопрактичний журнал*. 2017. № 1. С. 105-112.

25. Яковлів, Володимир Леонтійович. Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.

Інформаційні ресурси:

1. Закон України про «Фізичну культуру і спорт». Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

2. Сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання і спорту». Режим доступу: <http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/>

3. Сайт журналу «Наука в олімпійському спорті». Режим доступу: <http://sportnauka.org.ua/>

4. Спортивна наука України. Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu>

5. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>

6. Сайт гугл академії. Режим доступу:
https://scholar.google.com.ua/schhp?hl=uk&as_sdt=0,5
7. Sports-reference. Режим доступу: <http://www.sportsreference.com/olympics/>
8. International university sports federation. Режим доступу:
<http://www.fisu.net/en/Summer-Universiades-3490.html>
9. Фізична активність, здоров'я і спорт. Режим доступу:
<http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/fazis>
10. Науково-теоретичний журнал для фахівців у галузі фізичного виховання і спорту. Режим доступу: spectrum.uni-sport.edu.ua
11. Спортивна наука та здоров'я людини [Публікує статті з питань спортивної підготовки, змагальної діяльності та медико-біологічних аспектів]. Режим доступу:
sporthealth.kubg.edu.ua