

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства
та природокористування
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

08-01-75М

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання лабораторних робіт із навчальної дисципліни
«Історія фізичної культури і спорту»
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт»
спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»
денної та заочної форм навчання

Рекомендовано науково-методичною
радою з якості ННІОЗ
Протокол № 9 від 16.05.2023 р.

Рівне – 2023

Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт із навчальної дисципліни «Історія фізичної культури і спорту» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» денної та заочної форм навчання [Електронне видання] / Гірак А. М., Козачок Н. М. – Рівне : НУВГП, 2023. – 32 с.

Укладачі: Гірак А. М., старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання;

Козачок Н. М., старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Відповідальний за випуск – Гамма Т. В., кандидат біологічних наук, доцент, в. о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Гарант ОПП – Гамма Т. В., кандидат біологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання.

© А. М. Гірак,
Н. М. Козачок, 2023
© НУВГП, 2023

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ	5
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ	6
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.	
Лабораторна робота № 1. Особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.	6
Лабораторна робота № 2. Фізичне виховання в Стародавній Греції.	7
Лабораторна робота № 3. Фізична культура в країнах Стародавнього Сходу.	8
Лабораторна робота № 4. Лицарська система фізичного виховання.	10
Лабораторна робота № 5. Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання.	11
Лабораторна робота № 6. Фізична культура і спорт в перший період Нового часу. Системи фізичного виховання в Новий час.	12
Лабораторна робота № 7. Розвиток на Європейському континенті національного гімнастичного руху (фізичне виховання в школі на основі гімнастики).	13
Лабораторна робота № 8. Витоки фізичної культури в Україні.	13
Лабораторна робота № 9. Фізична підготовка запорізького козацтва.	16
Лабораторна робота № 10. Західно-український спортивно-гімнастичний рух. Діяльність І.Боберського.	17
Лабораторна робота № 11. Легенди і міфи про зародження Олімпійських ігор в Стародавній Греції.	18
Лабораторна робота № 12. Життя та діяльність П'єра де Кубертена.	18
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.	
Лабораторна робота № 13. Діяльність Олексія Бутовського.	19
Лабораторна робота № 14. Історія міжнародного олімпійського руху	20
Лабораторна робота № 15. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху в епоху новітнього часу	21
Лабораторна робота № 16. Ода спорту та її гуманістична цінність.	22
Лабораторна робота № 17. Олімпійська символіка та атрибутика.	22
Лабораторна робота № 18. Міжнародний спортивний рух сучасності.	23
Лабораторна робота № 19. Виступи українських спортсменів в Олімпійських іграх.	24
Лабораторна робота № 20. Сучасні досягнення та проблеми українського спорту	25
Лабораторна робота № 21. Україна в олімпійському русі.	26
Лабораторна робота № 22. Організаційно-педагогічна діяльність ідеологів фізичної культури Галичини.	27
Лабораторна робота № 23. Відродження Олімпійських ігор сучасності.	28
Лабораторна робота № 24. Розвиток фізкультурно-спортивного руху в сучасній Україні. Спортивний рух української діаспори.	29
РОЗДІЛ 3. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ	31
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	32

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Історія фізичної культури і спорту» належить до теоретичного циклу наук у системі фізичної культури та спорту. Вона є нормативною дисципліною для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт», допомагає майбутнім фахівцям краще пізнати свою професію і підвищити загальний рівень культури, безпосередньо готує їх до практичної діяльності. Історія фізичного виховання і спорту становить специфічну галузь історичних знань і є важливим розділом науки фізичного виховання та спорту. Вона призначена давати науковий аналіз теорії та практики, різноманітних форм, засобів і методів, ідей, поглядів, фактів, систем фізичного виховання, спорту, олімпійського руху і рекреації зі стародавніх часів до сьогодення. Крім того, завдання історії фізичної культури і спорту полягає в тому, щоб простежити становлення і розвиток фізичної культури та спорту в Україні. Знання історії фізичного виховання і спорту допомагає поглибити пізнання процесів, що проходять у сфері фізичної культури в наш час, а також правильно орієнтуватися в сучасних проблемах олімпійського та професійного спорту в нашій країні та світі, передбачати тенденції розвитку фізичного виховання і спорту, прогнозувати їх майбутнє.

Метою викладання навчальної дисципліни є формувати у студентів фундаментальні знання основ історичного розвитку світової та вітчизняної фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства, системно розвивати в них професійну компетентність, виховувати особистість, здатну до самореалізації й мобільності за умов реформування сучасного суспільства.

Внаслідок вивчення дисципліни студенти повинні знати: спеціальну термінологію з історії фізичної культури та спорту; загальні положення та напрями розвитку фізичної культури і спорту залежно від етапів розвитку людського суспільства; основні історичні події, факти і дати, що характеризують історію фізичної культури та спорту; основні відомості про діяльність провідних персоналій у сфері фізичної культури та спорту; особливості становлення й розвитку фізичної культури та спорту в Україні від найдавніших часів до сьогодення.

Студенти повинні вміти: аналізувати історичні події, факти та процеси; працювати зі спеціальною історичною літературою, історичними джерелами та енциклопедично-довідковими матеріалами з історії фізичної культури та спорту України; самостійно готувати доповіді з обраних тем у межах дисципліни; визначати історичний етап і рівень розвитку фізичної культури та спорту на основі конкретних подій і дат загальної історії; застосовувати одержані знання та набуті навички у професійній діяльності для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту, оцінюванні спортивних явищ та подій.

РОЗДІЛ 1. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1.		
1.	Тема 1. Особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.	2
2.	Тема 2. Фізичне виховання в Стародавній Греції.	2
3.	Тема 3. Фізична культура в країнах Стародавнього Сходу.	2
4.	Тема 4. Лицарська система фізичного виховання.	2
5.	Тема 5. Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання.	2
6.	Тема 6. Фізична культура і спорт в перший період Нового часу. Системи фізичного виховання в Новий час.	2
7.	Тема 7. Розвиток на Європейському континенті національного гімнастичного руху (фізичне виховання в школі на основі гімнастики).	2
8.	Тема 8. Витоки фізичної культури в Україні.	2
9.	Тема 9. Фізична підготовка запорізького козацтва.	2
10.	Тема 10. Західно-український спортивно-гімнастичний рух. Діяльність І.Боберського.	2
11.	Тема 11. Легенди і міфи про зародження Олімпійських ігор в Стародавній Греції.	2
12.	Тема 12. Життя та діяльність П'єра де Кубертена.	2
Змістовий модуль 2.		
13.	Тема 13. Діяльність Олексія Бутовського.	2
14.	Тема 14. Історія міжнародного олімпійського руху.	2
15.	Тема 15. Особливості розвитку міжнародного спортивного руху в епоху новітнього часу.	2
16.	Тема 16. Ода спорту та її гуманістична цінність.	2
17.	Тема 17. Олімпійська символіка та атрибутика.	2
18.	Тема 18. Міжнародний спортивний рух сучасності.	2
19.	Тема 19. Виступи українських спортсменів в Олімпійських іграх.	2
20.	Тема 20. Сучасні досягнення та проблеми українського спорту.	2
21.	Тема 21. Україна в олімпійському русі.	2
22.	Тема 22. Організаційно-педагогічна діяльність ідеологів фізичної культури Галичини.	2
23.	Тема 23. Відродження Олімпійських ігор сучасності.	2
24.	Тема 24. Розвиток фізкультурно-спортивного руху в сучасній Україні. Спортивний рух української діаспори.	2
Разом		48

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 1

Особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.

Мета: Розглянути особливості розвитку фізичної культури у первісному суспільстві.

Завдання:

1. Ознайомитися із джерелами різних видів фізкультурної діяльності.
2. Розглянути характерні особливості фізичної культури первісного суспільства.

Короткий огляд теми:

Фізичне виховання як специфічна сфера суспільної діяльності, відокремлена від фізичної праці, виникло 80 - 8 тис. років тому. Про появу фізичних вправ як таких можна говорити лише тоді, коли вони відокремлені від трудової діяльності.

Мета фізичної культури – позитивний вплив на життєво важливі функції організму людини. В цьому одна з основних причин того, що наші віддалені предки прийшли до розуміння наступного: удосконалюючи свої рухові можливості, можна не тільки успішніше працювати, полювати, воювати і ін., а й фізично розвивати самого себе. Дана обставина була істотним поштовхом до виникнення фізичної культури.

Більшість сучасних видів фізкультурно-спортивної діяльності сягає своїм корінням в трудову діяльність (ігри з м'ячем, підняття важких предметів, полювання, стрільба з лука та ін.), у військову справу (стрільба, метання, біг на різні дистанції, єдиноборства, сучасне п'ятиборство і ін.), в необхідність долати значні відстані, перешкоди, природні сили природи (кінний спорт, веслування, ковзанярський і лижний спорт, крос, плавання, бар'єрний біг і ін.). Накопичений жерцями, знахарями досвід лікування дав поштовх до виникнення лікувальної фізичної культури, масажу, спортивної медицини, гігієни.

Таким чином, для фізичної культури первісного суспільства характерно наступне:

- 1) створення (зародження) фізичних вправ, тобто початок відокремлення їх від добування матеріальних благ, необхідних для існування людей;
- 2) у розвитку фізичної культури двічі спостерігався якісний стрибок: в період появи полювання на великих тварин і в період розкладу первісного ладу;
- 3) цінності фізичної культури належали всьому суспільству, тобто вона носила безкласовий характер;
- 4) в період первісного ладу можна говорити лише про елементарну фізичну культуру, тобто про її зачатки; фізичні вправи виконували виключно прикладну функцію, будучи максимально наближені до трудової діяльності.

Питання модульного контролю:

На якому етапі з'являються фізичні вправи у первісному суспільстві?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 2

Фізичне виховання в Стародавній Греції.

Мета: Розглянути систему фізичного виховання у Стародавній Греції.

Завдання:

1. Ознайомитися з особливостями фізичного виховання у Спарті та Афінах.

Короткий огляд теми:

У Стародавній Греції була створена унікальна для того часу система виховання, яка включала розумову, естетичну та фізичну освіту. При чому фізичній культурі відводилося неабияке значення: греки вважали однаково неосвіченим, як того хто не вмів читати, так і того, хто не вмів плавати, а давньогрецький філософ Платон приймав за кульгавого кожного, хто був непропорційно розвинутий духовно та фізично.

Давньогрецька цивілізація і зайняла своє виключне місце в історії, тому що виділялась серед країн і народів, і раніше, і пізніше саме пріоритетом та повагою до фізичної досконалості людини.

Виховання у Спарті. Кінцевою метою спартанської системи фізичного виховання було виховання досконалого воїна, без зважання на обмеженість і некультурність основної маси спартанців. Фізичне виховання зробило з них добрих атлетів. Завдяки йому саме вони домінують на ранніх Олімпійських іграх. В цьому ракурсі важливого значення набувають судження Фукіда, що спартанці першими ввели новації в ігри та тренування атлетів. Вони створили фундаментальні риси грецького атлетизму: змагання оголених атлетів у іграх і звичка натирати тіло атлета оливковою олією.

Виховання в Афінах. Афінська виховна система істотно відрізнялась від спартанської. На противагу міцному військовому тренуванню спартанців, лідери афінської демократії створили у своїй країні гармонійне виховання, метою якого було створення громадян здатних добре оборонятися. Це виховання було в загальній гармонії з цілою системою афінського життя, в якій воно було невід'ємним і неодмінним елементом. Контраст між виховними системами обумовлений контрастом у політичній і соціальній структурі обох міст.

Фізичне виховання Стародавньої Греції через десятки століть було використане у багатьох країнах під час формування національних систем фізичного виховання дітей і молоді. Атлетика Стародавньої Греції за багатьма показниками, такими як: масовість, поголовне фізичне виховання та захоплення спортом, усвідомлення корисності занять фізичними вправами та збільшення обороноздатності держави, естетикою і кодексом честі атлета тощо, – дорівнюється, а можливо в чомусь і перевищує сучасну систему фізичного виховання.

Питання модульного контролю:

Охарактеризувати розбіжності у фізичному вихованні стародавньої Спарті і Афін.

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 3

Фізична культура в країнах Стародавнього Сходу.

Мета: Розглянути та проаналізувати рівень фізичної культури в країнах Стародавнього Сходу.

Завдання:

1. Ознайомитися із розвитком фізичної культури у Стародавній Месопотамії, Персії, Єгипті, Індії та Китаї.

Короткий огляд теми:

Зона Стародавньої Месопотамії. Стародавню Месопотамію та прилеглий до неї регіон правомірно вважають колыскою людської культури та цивілізації. Саме тут вперше на службу державної організації були поставлені мистецтво, писемність, календар, а також фізична культура. Вирішальну роль в революціонізації фізичної культури Месопотамії, а згодом і Близького Сходу і всього стародавнього світу відіграла та обставина, що на початку II тисячоліття до н.е. був винайдений легкий (із застосуванням осі) швидкий бойовий візок (колісниця) на кінній тязі. Масове використання коней призвело до перетворення військового мистецтва і фізичної культури. Серед пам'яток щодо цього, зокрема, свідчить “Книга тренінгу” мітанійця Кіккули, яка є найдавнішим із відомих методичних посібників з тренінгу коней (до нас дійшов переклад хетською мовою, який датується 1360 роком до н.е.). На основі різних писемних і неписемних джерел можна встановити, що саме тут палка, виготовлена із очищеного стрижня фінікової пальми, стала застосовуватися для гри у так званий м'яч з битою, а згодом і в кінному поло. Найдавніша пам'ятка культури боротьби на поясах, в основі якої лежали бойові прийоми полонення суперника – це бронзова статуя, яка виготовлена приблизно в 2800 р. до н.е. Ритуальні змагання, які проводилися в новорічні свята на честь бога Мардука, більш ніж на тисячу років випередили Олімпіади античних греків.

Стосовно *персів*, до нас дійшли також записки давньогрецьких історіографів Геродота і Ксенофонта, із яких зрозуміло, що вони навчали своїх дітей у віці 7-16 років у “виховних будинках”, що діяли при дворах сатрапів, боротьбі, бігу, верховій їзді, метанню спису, стрільбі з луку і правдивості. (Пізніше із цих закладів утворилися так звані будинкрозвитку сили, які майже до поширення сучасного шкільного фізичногвиховання і спортивних організацій залишалися центрами фізичної культури Персії.) Подальшій підготовці юнаків служили обов'язкові мисливські випробування на сміливість, змагання з кінного поло (чауган), які виникли на основі “гри в м'яч із битою”, і які розвивали швидкість і спритність, і, насамкінець, гра індійського походження, яка стала відомою під назвою “шатранг шахматах”, що виховувала здатність до стратегічного мислення.

Стародавній Єгипет. Із запізненням приблизно на півтисячі років в долині Нілу розвернувся такий самий процес розвитку, як і в Месопотамії. Вимога, щодо оволодіння володарем всебічною фізичною підготовкою, відповідала суті примітивної класової держави Стародавнього Єгипту, в якому фараони, будучи царями-богами, володіли майже необмеженою

централізованою владою. Панівні класи вже привласнили собі військову підготовку, яка сприяла культу влади, а також полювання, боротьбу, фехтування на палицях і ритуальні танці. Із поширенням рабовласництва відбувалися зміни. Магічний обряд відходив на задній план, все більшого значення набував естетичний аспект публічного видовища. значні зміни у способі життя, світосприйнятті, що у кінцевому результаті призвело до розширення бази фізичної культури. У результаті різних реформ освіти фізичне виховання, яке початково поширене тільки в сім'ях родової знаті, стало практикуватися і в засіданнях, які готували чиновників і жерців. Знайдено документи, що свідчать про поширення змагань лучників і кулачних бійців, а також проводилися змагання з боротьби та фехтування на палицях із представниками Нубії, Лівії та інших народів, якими, у відповідності із встановленими правилами, керували судді. Все частіше увічнювалися бої на човнах, які відображали боротьбу за воду, що дає життя, які згодом перетворилися в традиційні видовищні змагання.

Стародавня Індія. Розвиток фізичної культури Індії в стародавній період відрізнявся від традицій розглянутих вище культур. Як свідчить характерна пам'ятка періоду між 2000-1200 рр. до н.е. написана на санскриті, корінне населення Стародавньої Індії мало найцінніші відомості в області ритуальної оздоровчої гімнастики, танцю та самооборони без зброї. У той же час поради із зняття болю в різних частинах тіла з допомогою натискань і розтирань, свідчать про розвинуте мистецтво масажу.

Із приходом із півночі племен індо-арійців (1200-600 рр. до н.е.) відбуваються корінні суспільні зміни. З'являється поділ суспільства на касты. Відповідно до кастової приналежності з юного віку нав'язувалися уявлення про те, хто, чим і в якій мірі може займатися. Так, для неарійських каст вважалися "недоторканими" верхова їзда, всі вправи зі зброєю, які забезпечували бойову підготовку, а також йога. У той же час арійська каста завойовників та їх озброєна челядь одержували фізичну підготовку високого рівня. Згідно за законами Ману, записаними у I столітті до н.е., вони були здатні успішно битися навіть із більш чисельним ворогом на рівнинах – на бойових колісницях і верхи, на ділянках місцевості, залитих водою – на слонах і човнах, на лісистій і порослій кущами місцевості – застосовуючи лук, в горах – із мечем і щитом.

В Індії повсюдно існував культ ігор на дошках, які вимагали зібраності і роздумів. Серед них виділялася попередниця сучасних шахів чатуранга, яка виховувала стратегічне мислення. Індійський світ культів - за виключенням вузького кола різних вправ військово-прикладного характеру і дитячих ігор, які не піддавались оформленню – тримав під своїм ярмом усі сфери фізичної культури народу.

Стародавній Китай. За письмовими пам'ятками і результатами розкопок, можна зробити висновок, що древня китайська фізична культура досягла розквіту під час панування династії Чжоу (XI-III ст. до н.е.). Два з шести предметів вищого ступеню школи – змагання на колісницях і стрільба з луку – носили яскраво виражений характер фізичного виховання.

Серед народу, за винятком рабів, одержав поширення попередник сучасного футболу – “чжу ке”. Ця гра використовувалася як додаткові рухи, що слугували розвитку швидкості, спритності і винахідливості у підготовці піших воїнів. На основі таких самих принципів проходили змагання з боротьби, кулачного бою, підняття тягарів, перетягування канату, танців і змагань на воді.

Питання модульного контролю:

Які сучасні види спорту зародилися у країнах Стародавнього Сходу?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 4

Лицарська система фізичного виховання.

Мета: Розглянути особливості лицарської системи фізичного виховання.

Завдання:

1. Ознайомитися із системою виховання у феодальній Європі.
2. Розглянути способи військово-фізичної підготовки лицарів.

Короткий огляд теми:

Норми фізичного виховання у лицарів визначалися високими фізичними вимогами, необхідними для життя феодалів, пов'язаного з міжусобицями і військовими діями. Лицарі повинні були вміти: їздити верхи, плавати, полювати, стріляти з лука, грати в шахи, майстерно фехтувати, читати вірші, знати основні танцювальні рухи. Лицарі одягалися в залізні обладунки, на озброєнні у них були важкі мечі, щити, списи, піки, цибуля. У верховій їзді для лицаря, закутого в лати, дуже важливо було вміти зберігати рівновагу, основи якої відпрацьовувалися на дерев'яному коні. Під час плавання на коні вершники використовували бурдюки і в'язанки хмизу, щоб не потонути. Для того щоб навчитися стрільбі з лука, спочатку вчилися користуватися арбалетом.

Лицарський титул не передавався у спадок, а присвоювався. Тому виховання дітей було організоване наступним чином. До семи років діти виховувалися в родині. У сім років їх відправляли на навчання до великого феодала-сюзерена або короля. До 14 років вони допомагали по господарству і виконували роль пажів, освоювали лицарський етикет і займалися фізичними вправами. З 14 років пажи виробляли в зброєносці, вручали меч і шпори, і до 21 року вони займалися виключно військово-фізичною підготовкою. Навчання завершувалося посвяченням у лицарі. У призначений день кандидати в лицарі піддавалися випробуванню, яке полягало в тому, що потрібно було на повному скаку проколоти списом підвішене солом'яне опудало. Двоє поручителів підтверджували його добропорядність, походження та наявність власності, потім давалася клятва. Після церемонії кандидат отримував шолом, щит, меч, лицарський пояс і золоті шпори і ставав членом лицарського ордену.

З метою перевірки військово-фізичної підготовленості лицарів проводилися лицарські турніри. Масові турніри проходили на великих майданчиках і відтворювали картину військових дій. Одиночні турніри представляли собою поєдинок двох лицарів на списках. Турніри проводилися з різних приводів: народження сина, перемога в бою, одруження лицаря, день

народження феодала. Перед початком одиночного турніру лицар давав клятву, що він готовий віддати "життя королю, серце дамі, а честь собі". Найбільшого розвитку турніри досягли за часів хрестових походів. З середини XIV століття лицарів вчили тактичним та технічним елементам поєдинку піших воїнів. Поява пороху, а також найманої армії (ландскнехтів) призвело до занепаду лицарської системи фізичного виховання.

Питання модульного контролю:

Як перевірялась військово-фізична підготовленість лицарів?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 5

Вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання.

Мета: Розглянути відношення християнської релігії до фізичного виховання.

Завдання:

1. Ознайомитися з поглядами католицької церкви на фізичне виховання.
2. Порівняти рівень фізичного виховання у феодальній та капіталістичній Європі.

Короткий огляд теми:

Величезну роль у житті середньовічного суспільства протягом декількох сторіч відіграла католицька церква, що нанесла великий збиток не тільки розумовому, але і фізичному вихованню народних мас. Християнська релігія встановила своє панування в області виховання й освіти. Вона проповідувала аскетизм, гріховність турботи про тіло, називаючи тіло "притулком диявола", закликала піклуватися тільки про порятунок душі і підготовку до загробного життя.

Під впливом релігії в середньовічних школах і університетах зовсім не піклувалися про фізичне виховання молоді, були скасовані заняття фізичною культурою, відсунуто на задній план гігієнічне виховання. У той же час церква, сприяючи зміцненню феодального ладу, усіяло заохочувала систему військово-фізичної підготовки лицарів, особливо в періоди раннього і розвинутого феодалізму (V – XIV ст.). Різним було відношення до фізичної культури і батьків православної і католицької церкви, що розробляли основні церковні догмати. Батьки православної церкви в меншому ступені симпатизували аскетизму.

В XVI ст. у багатьох країнах Європи, що вступили на шлях капіталістичного розвитку, відбулася реформа церкви, так звана реформація, у результаті якої в них було прийнято новий напрямок християнської віри – протестантство. Відношення деяких церковників до фізичного виховання змінилося. Реформатори церкви Мартін Лютер (Німеччина), Ульріх Цвінглі (Швейцарія) і їхні послідовники вважали фізичне виховання потрібною справою, тому що воно зміцнювало фізичні сили людини і відволікало молодих від дурних звичок. Згодом служителі культури (католики, протестанти й ін.) стали більш широко використовувати фізичне виховання і спорт з метою розповсюдження свого впливу на молодь.

Питання модульного контролю:

Як після реформації змінилися погляди католицької церкви на фізичне виховання?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 6

Фізична культура і спорт в перший період Нового часу. Системи фізичного виховання в Новий час.

Мета: Ознайомитися із фізичною культурою і спортом в період Нового часу.

Завдання:

1. Розглянути гімнастичні системи фізичного виховання у нових буржуазних школах.
2. Розглянути різні напрямки гімнастики у період Нового часу.

Короткий огляд теми:

Епоха становлення і розвитку капіталізму від перших буржуазних революцій XVII в. до Жовтневої революції 1917 р. називається в історії Новим часом.

У Новій історії виділяють два періоди: перший - від англійської буржуазної революції 1640 р. до Паризької комуни 1871 року; другий - від Паризької комуни до Жовтневої революції 1917 року.

Під впливом педагогічних ідей Локка, Руссо, Песталоцці з другої половини XVIII в. у деяких країнах створюються буржуазні школи нового напрямку (філантропини), з'являються товариства і гуртки гімнастики, де викладання будувалося на основі поєднання розумового і фізичного виховання. Усі ці системи були гімнастичними, оскільки саме гімнастика давала можливість тренувати різні частини тіла, навчала конкретним рухам і навичкам, а також більш за все відповідала способу ведення бою в ті роки.

У самій гімнастиці з'явилися різні напрямки. Перший було спрямовано на те, щоб розвинути в людини здатність орієнтуватися при будь-яких положеннях тіла. Інакше кажучи, розвинути здатність швидко опанувати будь-які складні рухи, те, що тепер називається розвитком загальної координації рухів. Цей напрямок переважав у Пруссії.

Прихильники другого напрямку виступали лише за загальний фізичний розвиток, не турбуючись про придбання яких-небудь навичок. Фізично розвинена людина, вважали вони, легко зможе опанувати потрібними рухами в потрібний час. Така точка зору переважала серед авторів шведської системи фізичного виховання і їхніх прихильників.

Третій напрямок, представлений головним чином авторами французької системи, мав своєю метою підготовку майбутніх солдатів, витривалих і загартованих. Цей напрямок носив військово-прикладний характер.

Цілком очевидна користь усіх трьох напрямків, і вигравали ті країни, що користувалися одночасно всіма способами.

Питання модульного контролю:

Як відбувалося фізичне виховання в період Нового часу?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 7

Розвиток на Європейському континенті національного гімнастичного руху (фізичне виховання в школі на основі гімнастики).

Мета: Ознайомитися з розвитком гімнастичного руху у країнах буржуазної континентальної Європи.

Завдання:

1. Розглянути національні гімнастичні системи.
2. Ознайомитися із системою спортивних ігор.

Короткий огляд теми:

З початку дев'ятнадцятого століття з'являлися нові буржуазні спортивно-ігрові та гімнастичні системи. Вони створювались у країнах континентальної Європи. Найбільш відомими із національних буржуазних систем гімнастики є німецька, французька, шведська і чеська гімнастичні системи.

Гімнастичні системи мали свої національні особливості. Вони були створені у результаті потреб, що виникали на певному етапі розвитку цих країн і вирішували завдання військового, національно-визвольного, педагогічного, оздоровчого характеру. У них був узагальнений досвід фізичного виховання за багато століть, зроблена спроба систематизації та класифікації вправ. Стали застосовувати нові спортивні знаряддя.

Поряд із гімнастикою створювалася система спортивних ігор. Їх основу становили вправи, що містили елементи змагання. Гімнастичні та ігрові системи носили класовий характер.

Питання модульного контролю:

Які завдання вирішували національні гімнастичні системи країн буржуазної континентальної Європи?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 8

Витоки фізичної культури в Україні.

Мета: Розглянути рівень розвитку фізичної культури на українських землях у різні історичні періоди.

Завдання:

1. Ознайомитися із особливостями фізичної культури у період первіснообщинного ладу та раннього залізного віку.
2. Розглянути значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян та у період формування Київської Русі.

Короткий огляд теми:

Зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу. 50 тис. років тому на території України з'являється кремнієва зброя та знаряддя, а приблизно 12-8 тис. років до н.е. було винайдено

лук. У добу первіснообщинного ладу було винайдено нові засоби пересування людини: човни (видовбані з дерева), лижі, санчата. Найдавніші зображення санчат в Україні відносяться до Трипільської культури. Племена трипільців залишили суттєвий слід у культурі України. Основою їх господарства були землеробство та тваринництво. У межах трипільських поселень існували культові місця, де відбувалися різноманітні ритуальні дії з елементами рухливих ігор, забав, змагальних фізичних вправ. Популярними тут були також бойові танці. Із розвитком культу бика у трипільців з'являються ігри-змагання з биком. Вони також розводили найдавніших у світі свійських коней, використовуючи їх для їзди верхи.

Особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби. Початок раннього залізного віку в Україні був пов'язаний із виникненням найдавніших великих племінних союзів, таких як Кімерія та Скіфія. Вони мали добре розвинуту систему військово-фізичної підготовки молоді. У них сформувалися елементи складних обрядів-ритуалів, де домінували військові вправи та змагання у спритності, витривалості, умінні володіти зброєю. Вони прекрасно володіли різними видами наступальної та захисної зброї. Очевидно, що ці якості здобувались в процесі довготривалих тренувань, добре організованого фізичного виховання. Таким чином, фізичне виховання у скіфо-сарматських племен носило військово-прикладний характер. При чому військово-фізичній підготовці піддавалися не лише чоловіки, а й жінки. Зважаючи на успішне ведення скіфо-сарматськими племенами бойових дій, їх виховна система була досить ефективною.

Розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я. У Північному Причорномор'ї починаючи з VII ст. до н.е. виникають еллінські поліси, найбільшими серед яких були: Ольвія, Херсонес, Пантікапей, Фанагорія. Будучи окремими незалежними державами, північнопричорноморські поліси здебільшого зберігали віру, звичаї та традиції своїх метрополій. Фізичне виховання та спорт були невід'ємною частиною їх суспільно-культурного життя і в цих містах в античний період існували гімнасії - школи фізичного виховання. Зміст фізичного виховання у античних колоніях Північного Причорномор'я, як і у Стародавній Греції, передбачав такі розділи: палестрику, орхестрику, ігри (рухливі, з м'ячем і т. ін.).

Можемо стверджувати про існування в античному Північному Причорномор'ї системи фізичного виховання та агоністики, які в цілому наслідували давньогрецьку традицію. Між північнопричорноморськими колоніями та іншими полісами давньогрецького світу існували своєрідні взаємозв'язки у галузі спорту. Рівень підготовки атлетів з Північного Причорномор'я був достатнім для участі та перемог у загальногрецьких змаганнях.

Значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян. Вже у V – VI ст. предки українського народу займали майже всю територію сучасної України, від пущ Полісся до Чорного моря і від Карпат до Дону. Вони виступають як окрема слов'янська група під іменем антів.

В умовах постійних воєн із сусідніми племенами найбільше цінувалися фізичні якості людини. Серед важких змагань із природою і боротьби із чужими племенами особливого значення набувала фізична сила, загартованість, спритність. Улюбленими заняттями і розвагами наших предків були лови, де не раз доводилося іти із списом на ведмедя або наздоганяти і ловити диких коней. Молоді силачі відзначалися своєю прудкістю та силою на народних ігрищах. Літописець Псевдо-Маврикій наводить дуже цікаві свідчення про вміння древніх слов'ян плавати і про те, що воїни-слов'яни могли переховуватися тривалий час на дні річки, лежачи з очеретиною в роті.

Предки українського народу жили на шляху, який з'єднував Європу і Азію, Південь і Північ. Саме таке геополітичне розташування спричинило до вироблення своєрідної системи фізичного виховання, яке відіграло чи не найголовнішу роль у військовій підготовці слов'ян-воїнів. “Слов'яни – люди відважні і войовничі, і якби не було незгоди серед їх численних племен, то з їхніми силами не міг би боротися жоден народ у світі”, – так характеризує східних слов'ян арабський мандрівник Ібрагім ібн Якуб.

За даними О.Ф. Медведєва, який використав найновіші археологічні матеріали, у народу, який населяв українські землі, широко розповсюдженим був лук. “Древньоруські стрільці-лучники мали хороший вишкіл і майстерно користувалися луком і стрілами. Навчання міткому стрілянню починалося з дитячих років, одночасно з навчанням їзди верхи”.

Фізичне виховання у Київській Русі. У період формування Київської Русі в наших предків-українців збереглося багато самобутніх традицій національного тіловиховання. Ще з часів військової демократії збереглись звичаї вишколу дітей. Одним із таких древніх ритуалів були “постриги” – перша в житті дитини посадка на коня.

“Молодий воїн, – пише І. Крип'якевич, – мусив пізнати всякі роди зброї, різні способи боротьби та лицарських вправ, мусів навчитися кидати списом, стріляти з лука, володіти мечем і шаблею, рубати сокирою, їздити верхи конем, ходити на лови, веслувати, боротися рукопаш. Це були тодішні спорти й підготовка до війни”. Цікаво, що серед дорослих ще користувалась певною популярністю гра з биком, або правильніше буде говорити – двобій людини з роз'ятреною твариною.

Відомо, що в Україні ще з докняжих часів були розповсюджені різноманітні види дужання (боротьби). Дужання, як один з ефективних засобів фізичного виховання, мало багато різновидів. Це боротьба “на ременях”, “спас”, “навхрест” тощо.

Питання модульного контролю:

Які сучасні види спорту зародилися на українських землях у давні часи?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 9

Фізична підготовка запорізького козацтва.

Мета: Розглянути різноманіття фізичної підготовки запорізького козацтва.

Завдання:

1. Ознайомитися із системою фізичних і психофізичних вправ козаків.
2. Розглянути курс фізичного та військового виховання в Запорозькій Січі.

Короткий огляд теми:

Запорізька Січ майже безперервно вела важку збройну боротьбу за віру і незалежність свого народу. Запорізький козак і воїн, запорізький козак і лицар – це такі поняття, які ніколи не відділялись одне від одного. “У нас над усе честь і слава, військова справа, щоб і себе на сміх не дати, і ворогів під ноги топтати”, говорили козаки.

Запорожці створили досить ефективні спеціальні фізичні та психофізичні вправи, спрямовані на самопізнання, саморозвиток, тілесне, психофізичне та моральне вдосконалення воїна. Ця система, за твердженням сучасників, була однією з найкращих у світі.

У січових школах здійснювався суворий курс фізичного та військового виховання. С. Сірополко, що досліджував систему виховання в січовій школі, писав: “...Молодиків у школі і поза школою вчили Богу добре молитися, на коні реп'яхом сидіти, шаблею рубати і відбиватися, з рушниць гострозоро стріляти та списом колоти”.

Важливе місце відводилося також формуванню в учнів умінь плавати, веслувати, керувати човном. Усе це фізично розвивало учнів, підносило їх дух, вселяло оптимізм, віру в свої сили, можливості. Як і бувале козацтво, молодь на свята народного календаря, під час народних ігор змагалася з спритності, сили, винахідливості, точності. Традиційними були змагання на конях. Козацька молодь постійно розвивала свої природні задатки, вдосконалювала тіло й душу в іграх, танцях, хороводах, різних видах змагань і боротьби. Кожну весну вище Дніпровських порогів козаки влаштовували змагання з веслування поперек бурхливої річки. Часто проводилися змагання з пірнання у воду. Козаки досить ефективно вміли використовувати оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори для оздоровлення й загартування людей.

Серед запорозьких козаків значного поширення набули різноманітні системи єдиноборств. Найвідоміша лягла в основу козацького танцю гопака. На Запоріжжі існували й інші види козацької боротьби: спас, на ремнях, навхрест, на палицях тощо. Козаки, які постійно займалися вдосконаленням свого фізичного і психофізичного стану, оволодівали специфічними дихальними вправами – подібно до йогів. Оволодівали зброєю: шаблями, мушкетами, пістолями тощо. Поширеним був спис.

Таким чином, в Запорозькій Січі функціонувала ефективна система фізичного виховання, основу якої складали віковічні звичаї українського народу. Вона носила виключно національний характер.

Питання модульного контролю:

Яка система фізичного вдосконалення лягла в основу козацького танцю гопака?

Діяльність І. Боберського.

Мета: ознайомитись із особливостями західно-українського спортивно-гімнастичного руху.

Завдання:

1. Ознайомитися з розвитком сокільських, січових (пізніше лугових), пластових організацій та спортивних товариств у Західній Україні.
2. Розглянути діяльність Івана Боберського.

Короткий огляд теми:

Своєрідно розвивалася фізична культура в Західній Україні, яку було поділено між декількома державами: АвстроУгорською імперією, Польщею, Румунією. Порівняно із землями Східної України тут склалися більш сприятливі умови для розвитку спортивно-гімнастичного руху, у зв'язку з тим, що в Росії була більш сильна централізована влада.

Однією із особливостей цього процесу було те, що важливою складовою культурного, національного й політичного життя став спортивно-гімнастичний рух, який структурно поєднував сокільські, січові (пізніше лугові), пластові організації та спортивні товариства.

Гімнастичний рух в означений період часу розвивався досить жваво і відрізнявся різноманіттям спортивних уподобань мешканців краю. Переважного розвитку набули стратегічні види спорту – гімнастика, кульова стрільба, їзда верхи, плавання, веслування, фехтування, туризм, боротьба, а також велоспорт та футбол. Більшість товариств різнилися національним складом своїх членів. Спортивні організації утворювалися за національною ознакою: польські, угорські, румунські, українські. Так, наприклад, у Львові існував одночасно польський та український «Сокол».

Ще одна особливість західно-українського спортивно-гімнастичного руху – поширення товариств у сільській місцевості. Зокрема, саме серед сільського населення були поширені осередки «Січей». Така тенденція тоді не спостерігалася ніде в Європі.

Батьком українського тіловиховання, руханки та змагу називали Івана Боберського ще за його життя. Однією з найбільших заслуг Боберського, певно, варто вважати його мрії про об'єднання всіх спортивно-гімнастичних товариств Галичини і насамперед «Сокола» із «Січовим Союзом» Кирила Трильовського.

Ідея Івана Боберського у розвитку сокільського руху сприяє вихованню національної свідомості молоді, її об'єднанню, гордості за героїчне минуле свого народу та сучасної популяризації «Сокола».

Питання модульного контролю:

Яку особливість мав західно-український спортивно-гімнастичний рух щодо території поширення?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 11

Легенди і міфи про зародження Олімпійських ігор в Стародавній Греції.

Мета: Ознайомитися з легендами та міфами про зародження Олімпійських ігор.

Завдання:

1. Розглянути найвідоміші легенди про олімпійські ігри в Стародавній Греції.

2. Ознайомитися з літературними джерелами про проведення Олімпійських ігор.

Короткий огляд теми:

Відповідно до міфів у долині поблизу Олімпії змагалися прості смертні, герої-напівбоги і навіть самі боги ще 3-4 тисячі років тому. Археологічні розкопки підтвердили, що ігри дійсно існували й у той далекий час. Більш того, у них дозволялося брати участь жінкам. Знайдені малюнки свідчать про те, що ще в 20 столітті до нової ери практикувалися кулачні бої, бої з биками, танці.

Існує декілька послідовних за часом міфів про заснування Олімпійських ігор. Найбільш древній з них називає серед основоположників ігор Зевса. Звідси і назва населеного пункту Олімпія. І згодом ця легенда підкріплювалася тим, що завжди свято в Олімпії проводилося на честь Зевса Олімпійського. Він уперше провів їх, святкуючи перемогу над своїм батьком Кроном. Ця перемога дала Зевсу абсолютну владу на землі і на небі. Тоді в змаганнях взяли участь усі найбільш відомі грецькі божества. Першими переможцями Олімпійських ігор називають Зевса й Аполлона.

З якихось причин Олімпійські ігри, засновані Зевсом проводилися нерегулярно, а згодом і зовсім припинялися.

Щоб упорядкувати проведення ігор і зберегти прізвиська переможців, греки вирішили з 776 року до н.е. записувати їхні прізвиська на кам'яних плитах в Олімпії. Крім того з цього року почали вести облік проведених ігор. От чому саме ця дата взята істориками як рік заснування Олімпійських ігор.

Питання модульного контролю:

Яка дата вважається роком заснування Олімпійських ігор?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 12

Життя та діяльність П'єра де Кубертена.

Мета: Ознайомитися з діяльністю П'єра де Кубертена.

Завдання:

1. Розглянути найважливіші події та досягнення у житті П'єра де Кубертена.

Короткий огляд теми:

Ім'я П'єра де Кубертена згадують кожні два роки — під час проведення чергових Олімпійських ігор. Заслуга цієї людини полягає в тому, що він відродив у сучасному світі традиції Стародавньої Еллади, де атлети змагалися за право вважатися найсильнішим, найшвидшим, найспритнішим.

П'єр де Кубертен народився 1 січня 1863 року в Парижі. Його сім'я була в міру знатною і в міру забезпеченою. П'єр отримав хорошу освіту, але постійно

прагнув до досконалості. Він вивчав системи освіти в різних країнах і випустив кілька наукових праць на цю тему.

П'єр де Кубертен надавав великого значення фізичній культурі як обов'язковій умові формування гармонійної особистості. Археологічні відкриття в Олімпії підказали йому ідею відродження Олімпійських ігор, яку він почав втілювати в життя. Був скликаний міжнародний конгрес, на якому був обраний Міжнародний Олімпійський комітет, який приступив до організації ігор. П'єр де Кубертен став його секретарем.

Перші Олімпійські ігри були проведені в Афінах в 1896 році, після проведення яких П'єр де Кубертен став президентом МОК. У 1900 році в Парижі пройшли II Олімпійські ігри — це були одні з самих тривалих ігор, вони йшли цілих п'ять місяців.

П'єр де Кубертен перебував на посаді президента МОК до 1925 року, за винятком чотирьох років Першої світової війни, а потім до кінця свого життя був Почесним президентом МОК.

П'єр де Кубертен помер у Женеві 2 вересня 1937 року і був похований в Лозанні, а його серце було поховано окремо біля стін стародавньої Олімпії.

У 1967 році Міжнародний Олімпійський комітет прийняв рішення: 23 червня вважати Міжнародним Олімпійським днем, адже саме в цей день барон П'єр де Кубертен представив свою доповідь про відродження олімпійського руху.

Питання модульного контролю:

У яких роках П'єр де Кубертен перебував на посаді президента МОК?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 13

Діяльність Олексія Бутовського.

Мета: Ознайомитися з діяльністю Олексія Бутовського.

Завдання:

1. Розглянути діяльність та надбання Олексія Бутовського.

Короткий огляд теми:

Одним із засновників МОК був російський генерал Олексій Бутовський, який працював у головному управлінні військових навчальних закладів, - автор великої кількості праць з педагогіки, історії, музики, гігієни. Основу його педагогічної діяльності складали питання фізичного виховання. В кінці XIX і на початку XX століть керував фізичною підготовкою в армії і військово-навчальних закладах.

В 1890 році ним були організовані курси виховників для кадетських корпусів, на яких вивчалася, зокрема, і методика фізичної підготовки. За завданням військового міністерства Бутовський був у багатьох країнах Європи, де вивчав постановку фізичного виховання. В 1894 приймав участь як представник від Росії в установчому конгресі Міжнародного Олімпійського Комітету, членом якого був у наступні роки. В 1896 році був присутній на Іграх

I Олімпіади в Афінах. В 1905 році приймав участь в роботі Брюссельського конгресу з фізичного виховання.

Незабаром після Ігор I Олімпіади в Афінах (1896 р.) Олексій Бутовський попросився у відставку з МОК. Бутовський написав багато статей, навчальних посібників з фізичного виховання. Праці Бутовського мали для свого часу значну цінність як узагальнення досвіду методики фізичного виховання в Росії і за кордоном.

Питання модульного контролю:

Яку подію відвідав Олексій Бутовський у 1896 році?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 14

Історія міжнародного олімпійського руху.

Мета: Ознайомитися з історією міжнародного олімпійського руху.

Завдання:

1. Розглянути періодизацію олімпійського руху сучасності.

Короткий огляд теми:

За столітню історію олімпійський спорт пройшов складний шлях розвитку і не відразу знайшов популярність і властиві йому нині риси і масштаби. Тому аналіз олімпійського руху сучасності вимагає його чіткої періодизації.

перший період – Ігри I–V Олімпіад (1896–1912 рр.);

другий період – Ігри VII–XIV Олімпіад (1920–1948 рр.);

третій період – Ігри XV–XXIV Олімпіад (1952–1988 рр.);

четвертий період – Ігри XXV і наступних Олімпіад (з 1992 р.).

Сьогодні вже можна говорити, що з Ігор XXV Олімпіади в Барселоні почався принципово новий етап у розвитку олімпійського спорту. Насамперед, завершився період 40-літнього протистояння на олімпійській арені соціалістичної і капіталістичної систем. Соціалізм у тому його вигляді, у якому він розвивався в ці роки в Радянському Союзі й інших країнах, зійшов з політичної арени. Однак феномен олімпійського спорту цих країн назавжди залишиться в історії спорту в якості винятково яскравої, хоча і повної протиріч, частини олімпійського спорту.

Питання модульного контролю:

Що характерно для четвертого періоду олімпійського руху сучасності, який розпочався у 1992 році?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 15

Особливості розвитку міжнародного спортивного руху в епоху новітнього часу.

Мета: Ознайомитися із особливостями розвитку міжнародного спортивного руху в епоху новітнього часу.

Завдання:

1. Розглянути фактори глобалізації спорту у двадцятому столітті.

Короткий огляд теми:

Перші кроки міжнародний спорт зробив в останній чверті 19 ст. Процес формування видів сучасного спорту на національному рівні, виникнення та діяльність національних спортивних товариств та федерацій в цей період дуже швидко стали переростати в міжнародні форми організації для визначення правил проведення спортивних змагань. В кінці 19 - на початку 20 століть виникають перші міжнародні спортивні федерації, Міжнародний Олімпійський Комітет (1894 р.), розпочинається проведення міжнародних та світових спортивних змагань, в тому числі, Олімпійських ігор сучасності (з 1896 р.).

В подальшому становлення та розвиток інституціональних основ спорту в країнах світу відбувався під значним впливом міжнародного спорту. Інституціональні системи спорту в більшості країн завершили своє формування в 50-70 роки 20 століття. У другій половині 20 століття міжнародний спорт починає набувати рис глобального феномену в першу чергу завдяки проведенню літніх Олімпійських Ігор, світових чемпіонатів з футболу та інших видів спорту. Важливим фактором глобалізації спорту стало приєднання до спортивних міжнародних змагань та міжнародних спортивних організацій з

50-х років країн соціалістичного табору та постколоніальних країн (третього світу), а починаючи з 90-х років – постсоціалістичних країн. На початку 2000-х років міжнародний спорт у формі олімпійського спорту та у сфері футболу, легкої атлетики, боксу, гімнастики та інших найбільш популярних видів спорту набув ознак глобального спорту.

Розвиток спорту в умовах глобалізації: основні прояви. Розвиток спорту як глобального феномену обумовлюється декількома основними факторами:

- специфікою культурного коду спорту, що проявляється завдяки рухам тіла, має візуальний зміст (це робить спорт легко зрозумілим для людей різних культурних та мовних груп);
- видовищним характером спортивних змагань;
- бурхливим розвитком сфери відпочинку, розваг, туризму, а також спортивних міжнародних індустрії та ринку, засобів масової інформації, особливо телебачення та Інтернету;
- діяльністю міжнародних спортивних організацій.

Центральним елементом розвитку глобального спорту є підготовка та проведення спортивних змагань світового масштабу, що об'єднують кращих спортсменів, тренерів, суддів, спортивних лікарів, менеджерів, керівників, журналістів, а також спортивних вболівальників, глядачів з всього світу. Такі змагання отримали назву спортивних мега-подій. Ці світові змагання збирають спортсменів з усіх країн світу, а також мають велику глобальну аудиторію – велику кількість безпосередніх та телевізійних, Інтернет глядачів планети.

Питання модульного контролю:

Як проявляється глобалізація спорту?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 16

Ода спорту та її гуманістична цінність.

Мета: Ознайомитися з історією написання «Оди спорту».

Завдання:

1. Розглянути гуманістичну цінність «Оди спорту».

Короткий огляд теми:

Погляди Кубертена на олімпійський спорт, його ідеали і функції найбільше повно проявилися в написаній ним «Оді спорту».

Цікава історія цього віршу, який було представлено в рамках культурної програми на V Олімпійських іграх в 1912 році під авторством Г. Хохранда і М. Ешбаха. «Ода спорту» була відзначена золотою медаллю за образ мислення автора, лексику, а також ту місію, яку він відводив олімпійській літературі – зближення народів за допомогою культу краси. Як виявилось, авторство «Оди спорту» належало П'єру де Кубертену, що використав псевдонім.

У «Оді спорту» дев'ять глав. Остання з них називається «О, спорт! Ти - мир!». Слова ці давно стали крилатими серед олімпійців.

Кубертен знаходить прості і прекрасні слова, які зрозумілі кожному спортсмену. Та й кожній людині. Він говорить про те, що спорт - наш постійний супутник у житті, справжній і надійний друг. Якщо ти будеш, вірний йому, то отримаєш натомість радість, яку він дарує твоєму духу і твоєму тілу. Але ж це дійсно так: радість руху - радість життя!

«Спорт! – Виголошує Кубертен. - Ти вісник світу. Варто тобі посміхнутися, варто піти по країнах пружною радісною ногою, і над землею розливається спокій. Люди через континенти й океани протягають один одному руки зі словами: «Здрастуй, друже!»

Питання модульного контролю:

У якому році і ким була написана «Ода спорту»?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 17

Олімпійська символіка та атрибутика.

Мета: Ознайомитися з олімпійською символікою та атрибутикою.

Завдання:

1. Розглянути приклади використання олімпійської символіки та атрибутики.

Короткий огляд теми:

Олімпійська символіка— комплекс атрибутів олімпійського руху. Основними з них є загальний олімпійський символ і олімпійський девіз, що складають олімпійську емблему й олімпійський прапор. Ця символіка є власністю МОК і не може бути використана без його дозволу в рекламних чи комерційних цілях. Крім цього, до олімпійської символіки відносяться:

офіційні емблеми НОК, що представляють собою сполучення олімпійських символів з елементами державної геральдики;

емблеми Ігор, сесій, конгресів, що створюються на основі сполучення олімпійського символу зі стилізованим символом міста — організатора заходу; піктограми (стилізовані зображення олімпійських видів спорту, з використанням зображень деталей спортивного інвентарю і силуетів спортсменів);

талісман (зображення тварини, визнаної найбільш популярною і улюбленою в країні-організаторі Ігор), а також офіційні терміни-написи, пов'язані з організацією і проведенням Ігор (наприклад, «Ігри XXII Олімпіади в Москві», «Барселона-92»).

Олімпійський символ.

Олімпійський девіз.

Олімпійська емблема.

Олімпійський прапор.

Олімпійський плакат.

Олімпійський гімн.

Олімпійські нагороди.

Питання модульного контролю:

Які правила використання олімпійської символіки і атрибутики?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 18

Міжнародний спортивний рух сучасності.

Мета: Ознайомитися із складовими частинами міжнародного спортивного руху сучасності.

Завдання:

1. Розглянути приклади регіональних та континентальних ігор.
2. Ознайомитися з міжнародним студентським спортивним рухом.

Короткий огляд теми:

Регіональні та континентальні ігри як складова частина міжнародного спортивного руху.

Сьогодні в світі проводиться велика кількість різних міжнародних спортивних ігор. Це перш за все континентальні ігри – Панамериканські, Африканські й Азіатські, в яких приймають участь спортсмени країн одного континенту. Далі йдуть регіональні ігри, які проводяться серед спортсменів країн одного регіону – Балканські, Боліварські, Середземноморські, Центрально-Американські, Панарабські, Тихоокеанські, Океанії, Далекого Сходу, Індійського океану, Південно-Східної Азії, Південної Азії, Південної частини Тихого океану, Південного Хреста, Центральної Америки і Карибського моря, Арабських держав Перської затоки, Ігри Малих країн Європи та ін.

Міжнародний студентський спортивний рух, Універсіади.

Міжнародний студентський спортивний рух у період свого розвитку з 1924 по 1939 рік значно сприяв розширенню зв'язків між студентськими організаціями різних країн. Студентські чемпіонати діяльно сприяли інтеграції організацій

специфічного прошарку спортивного життя в загальному розвитку спортивного руху. До участі в студентських чемпіонатах світу, окрім європейських країн, приєдналися вісім американських, вісім азіатських, дві африканські і дві австралійські організації. Після деякого зволікання роботу спортивного відділу Міжнародної конфедерації студентів визнав МОК, який з 1935 року взяв заступництво над його заходами.

1 травня 1949 року “люксембурзька група” проголосила створення Міжнародної федерації університетського спорту (ФІСУ). Було досягнуто домовленості про те, що студентські ігри буде продовжено під назвою “Універсіада”. У програмі Універсіад буде представлено 9 постійних видів спорту: легка атлетика, гімнастика, плавання, фехтування, водне поло, теніс, волейбол і баскетбол. Один раз на два роки будуть влаштовуватися також зимові ігри. Право вибрати десятий вид спорту надається країні-організатору Універсіади. Зимові та літні ігри Універсіади проводяться раз на два роки. Право їх організації у відповідності до олімпійських правил одержують міста, які приймають участь у конкурсі. Місце проведення Універсіади визначається асамблеєю ФІСУ.

Питання модульного контролю:

В якому році було створено Міжнародну федерацію університетського спорту (ФІСУ)?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 19

Виступи українських спортсменів в Олімпійських іграх.

Мета: Розглянути участь українських спортсменів в Олімпійських іграх.

Завдання:

1. Ознайомитися із прикладами виступів українських спортсменів в Олімпійських іграх.
2. Розглянути рекомендації до профілактики травм і підвищення безпеки занять.

Короткий огляд теми:

Українські спортсмени потрапляли на Олімпійські Ігри різними шляхами. У міжвоєнний період 1924-1936 років на Олімпійських Іграх з’являються спортсмени із Західної України – Галичини, Буковини та Закарпаття, які офіційно представляли Австро-Угорщину, Польщу, Румунію або Угорщину.

Починаючи з 1952 року українські спортсмени виступають у складі збірної команди Радянського Союзу. В 1992 році вони беруть участь в Олімпійських іграх Барселони в команді СНД. І лише в 1994 році у Ліллекхамері вперше у своїй історії Україна виступає в Олімпійських іграх самостійною командою.

Серед українських спортсменів 153 олімпійських чемпіона – володарі 210 золотих медалей.

Питання модульного контролю:

З якого року українські спортсмени представляють на Олімпійських іграх свою державу?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 20

Сучасні досягнення та проблеми українського спорту.

Мета: Ознайомитися із досягненнями та проблемами сучасного українського спорту.

Завдання:

1. Розглянути досягнення українського спорту.
2. Ознайомитися з проблемами сучасного українського спорту.

Короткий огляд теми:

Спортсмени України, не враховуючи різноманітні міжнародні турніри, щороку беруть участь у понад 1 000 офіційних змаганнях. Проте перед українським спортом стоїть ціла низка складних проблем. Сформуємо їх за групами: організаційні, методичні, фінансово-матеріальні, морально-етичні.

Організаційні проблеми пов'язані з тим, що існуюча в нинішній Україні структура спорту майже повністю успадкована від колишнього Радянського Союзу. Ця структура залишається по суті авторитарною, вона зорієнтована значною мірою на переважно державне утримання спорту і вступає у протиріччя з економічними можливостями державного бюджету.

Значна частина тренерів, що знаходиться нині при керівництві збірними командами України не має достатнього досвіду підготовки спортсменів до чемпіонатів світу і Олімпійських ігор, позаяк раніше займалася лише підготовкою резерву для збірних команд СРСР. До того ж доволі масового характеру набув *відплив кваліфікованих фахівців* спорту за межі України, де рівень їхньої оплати є значно вищим.

В розвитку багатьох видів спорту порушено *матеріальну основу*, оскільки велика кількість колишніх радянських спортивних баз олімпійської підготовки залишилися поза межами України. Є серйозні проблеми із високоякісним інвентарем, обладнання, спортивною формою тощо.

Існує і гостра *проблема національного порядку*, яка також залишилася Україні від імперії. Національні збірні команди України в етнічному, культурному і мовному плані переважно не є національними. А сам по собі високий рівень спортивних досягнень не обов'язково забезпечує спортові місце в культурі українського етносу і не робить його автоматично чинником національного відродження, якщо з нього вихолощені патріотизм і національна сутність. У цьому також криється одна із найскладніших морально-етичних проблем сучасного українського спорту.

Питання модульного контролю:

Які групи проблем є в українському спорті?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 21

Україна в олімпійському русі.

Мета: Ознайомитися з історією участі України в олімпійському русі.

Завдання:

1. Розглянути маловідомі факти участі України в олімпійському русі.
2. Ознайомитися з діяльністю НОКу України.

Короткий огляд теми:

Історичні факти свідчать про те, що окремі спортсмени, тренери, керівники постійно прагнули представляти на Олімпійських Іграх Україну, а не держави-монополії.

До сьогодні маловідомими залишаються діяльність Київського олімпійського комітету у 1916 році, заходи урядів УНР і ЗУНР щодо представництва України в Олімпійських Іграх 1920 року в Антверпені, спроби утворення Українського олімпійського комітету в 1921 році, а також факти проведення українськими еміграційними спортивними структурами Олімпіади поневолених народів у 1948 (Німеччина) та організація спортивною громадськістю США і Канади “Вільних Олімпіад” 1980 (Канада), 1984 (Канада) і 1988 (США) років та інших яскравих акцій. Досить активно домагався олімпійських прав для України уряд УНР в еміграції. Подібні приклади у боротьбі за самостійне спортивне представництво у світі в надзвичайно складних політичних умовах свідчили про розуміння українськими лідерами ролі спорту у становленні державності.

3 грудня 1990 року розпочалася діяльність НОКу України, хоча до його офіційного визнання МОКом залишалося ще більше року. 22 грудня 1990 р. Генеральна Асамблея засновників НОК України обрала персональний склад і першого президента НОК України. Ним став дворазовий олімпійський чемпіон з легкої атлетики Валерій Борзов. Офіційне визнання НОК України відбулося 9 березня 1992 року. Відразу після заснування НОК України, було створено Олімпійську Академію України (8 березня 1991 р.).

Процес офіційного олімпійського визнання України супроводжувався входженням Національних спортивних федерацій України в міжнародні федерації і повністю завершився у 1992 році.

Питання модульного контролю:

У якому році розпочалась діяльність НОКу України?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 22

Організаційно-педагогічна діяльність ідеологів фізичної культури Галичини.

Мета: Ознайомитися із діяльністю ідеологів фізичної культури Галичини.

Завдання:

1. Розглянути історію створення спортивних клубів, гуртків, товариств.
2. Ознайомитися з діяльністю Українського Спортивного Союзу в Західній Україні.

Короткий огляд теми:

Усі події, що відбувалися у фізкультурно-спортивному русі Західної України, за зразком інших європейських держав, носили самодіяльний характер та базувалися на спортивних клубах і товариствах. Центрами розвитку спорту спочатку були іноземні спортивні клуби, що створювалися за національною ознакою та окремі навчальні заклади. Згодом з'являються перші українські спортивні товариства, в яких починають розвиватися окремі види спорту.

Характерною рисою українських клубів було прагнення залучити до занять спортом найбільшу кількість молоді, зацікавити її багатьма новими видами фізичних вправ. Лідери українського спортивного руху вбачали за головне не рекорди одного-двох спортсменів, а масовість і всебічність спортивної роботи, вважаючи спорт одним із найважливіших елементів національної культури й національного відродження.

За ініціативи І. Чмоли, одного із засновників «Пласту», у 1912 р. студенти Львівського університету утворюють стрілецькі гуртки, проводять змагання зі стрільби. Спортові клуби були також організовані у Перемишлі («Сянова чайка»), Тернополі та інших містах. У 20-30-ті роки ХХ ст. розбудова спортивно-гімнастичного руху відбувалась шляхом розвитку спортивних товариств за національною ознакою – в краю існували потужні польські, українські, єврейські, угорські, німецькі та інші клуби.

Для перевірки спортивної майстерності та з метою популяризації спорту в Західній Україні регулярно проводилися змагання як місцевого, так і крайового значення. Найвидатнішими були Запорозькі Ігрища – великі комплексні змагання з різних видів спорту, аналог Олімпійських ігор. Діяльність більшості українських спортивних товариств координував Український Спортовий Союз (УСС), утворений в 1924 році у Львові. В середині 30-х років цей союз об'єднував понад 50 українських спортивних клубів з усієї Галичини.

Серед видів спорту, що набули популярності у Західній Україні, варто відзначити легку атлетику, велоспорт, бокс, боротьбу, шахи. Однак найпоширенішим був футбол. Початківцем футболу на Західній Україні вважається професор Львівської учительської семінарії Едмунд Ценар (1856-1913), який у 1891 р. у книжці «Гімнастичні ігри шкільної молоді» польською мовою склав опис гри, її основні правила, а також привіз з Англії перший футбольний м'яч. Згідно з даними Е. Ценара, у футбол у Львові першими почали грати британці у 1890 році. Одним із найпопулярніших видів спорту в зимовий період був хокей. Нову гру на льоду галичани в ті роки називали «гокей» або «гаківка» від слова «гак» – ключка.

Щорічно з 1926 до 1939 рр. на Галичині проводилися свята – День Українського спортсмена. Мета цих свят – поширення українського спорту серед широких верств населення. Поступово спорт стає органічною частиною культурного життя українців. Українські спортсмени досягають значних успіхів на змаганнях. Однак реакційна політика влади не давала повноцінно розвиватися спортивному руху, призводила до закриття спортивних клубів, сприяла обмеженню участі українських клубів у спортивному житті країн, до складу яких вони входили.

Питання модульного контролю:

Як називалися великі комплексні змагання з різних видів спорту, аналог Олімпійських ігор, що проводилися в Галичині на початку двадцятого століття?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 23

Відродження Олімпійських ігор сучасності.

Мета: Ознайомитися з історією відродження Олімпійських ігор сучасності.

Завдання:

1. Розглянути діяльність видатних особистостей, які відроджували Олімпійські ігри сучасності.
2. Ознайомитися з проведенням I Олімпійських ігор сучасності.

Короткий огляд теми:

6 квітня 1896 року в День незалежності Греції у Афінах на стадіоні «Панатінаїкос» розпочалися I Олімпійські ігри. Їх офіційно відкрив у присутності 70 тисяч глядачів король Греції Георг I. Відтак ігри відбулися вперше після їх заборони 393 року римським імператором Феодосієм Великим.

Поштовхом до відродження Ігор стало проведення локальних легкоатлетичних змагань у Афінах у 1859, 1870, 1875, 1879 роках, які організували власним коштом грецькі бізнесмени-філантропи брати Константінос і Євангелос Заппаси. В організації міжнародного олімпійського руху брав активну участь французький суспільний діяч, педагог та історик барон П'єр де Кубертен. Він розпочав кампанію з відродження Олімпійських ігор у 1887 році, зумівши залучити до неї багатьох видатних людей того часу, серед яких був і наш земляк генерал Олексій Дмитрович Бутовський.

23 червня 1894 року в Сорбоні у Парижі відбувся Міжнародний атлетичний конгрес за участю 79 делегатів від 49 спортивних організацій із 12 країн світу. Тоді й прийняли рішення створити Міжнародний олімпійський комітет та проводити Олімпійські ігри що чотири роки за новою програмою змагань.

У I Олімпійських іграх взяли участь 245 атлетів із 14 країн (Австралія, Австрія, Болгарія, Великобританія, Греція, Данія, Італія, Німеччина, США, Франція, Чилі, Швеція, Швейцарія), які змагалися з 9 видів спорту.

Найбільше медалей здобули американські, грецькі та німецькі спортсмени. Героєм уболівальників став 23-річний пастух Спиридон Луїс, який 10 квітня за 2 години 58 хвилин 50 секунд подолав близько 40 км від легендарного Марафона до Афін.

Через дощ закриття I Олімпійських ігор довелося перенести з 14 на 15 квітня. Після виконання гімну Греції король вручив спортсменам нагороди: переможцям – не золоті медалі, а срібні, за другі місця – мідні, за треті – лаврові гілки. Деякі переможці отримали додаткові призи, як, наприклад, Спиридон Луїс, нагороджений кубком із рук Мішеля Бреалья, автора ідеї включення до

Олімпійської програми забігу на марафонську дистанцію. Також М. Бреаль доклав чимало зусиль, аби вислів Анрі Дідона «citius, altius, fortius» (швидше, вище, сильніше) став офіційним олімпійським девізом.

Питання модульного контролю:

У якому році і де відбулися І Олімпійські ігри сучасності?

ЛАБОРАТОРНА РОБОТА № 24

Розвиток фізкультурно-спортивного руху в сучасній Україні. Спортивний рух української діаспори.

Мета: Ознайомитися із розвитком фізкультурно-спортивного руху в сучасній Україні.

Завдання:

1. Розглянути стан фізкультурно-спортивного руху в сучасній Україні.
2. Ознайомитися із спортивним рухом української діаспори.

Короткий огляд теми:

Високий рівень попиту сучасного суспільства на людину, яка протягом життя зможе демонструвати ефективну працю, мати високий, «непохитний» рівень здоров'я, уповільнення рівня смертності серед населення, підвищення рівня народжуваності здорового покоління формує потребу модернізації та оптимізації системи фізичного удосконалення та оздоровлення населення України.

Для того, щоб не стати країною з діагнозом «ВИМИРАННЯ НАЦІЇ», потрібно на державному рівні вирішувати проблему осучаснення фізкультурно-спортивного руху в Україні та залучення до цієї активної сучасної «течії» якнайбільшої кількості населення різних вікових категорій і особливо починати працювати з учнівською молоддю та студентством, бо саме вони є базовим потенціалом.

Аналіз останніх публікацій з цієї теми, циклів телепередач та врахування досвіду провідних держав світу свідчить про те, що сучасний підхід до організації фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів, високий рівень фінансування, наявність модернізованих спортивних баз, які користуються попитом та увагою у людей, продемонструють позитивний результат у майбутньому для оздоровлення нації. Позитивно вплинуть на зниження рівня смертності та підвищення інтересу до занять спортом протягом усього життя.

Спортивний рух української діаспори. Політичні партії швидко народжуються і швидко помирають, а лицарська бойова і фізична культура українського народу вічна.

Однією з передумов зародження та розвитку спортивного руху в середовищі західної української діаспори був спортивно-гімнастичний рух в таборах для військовополонених періоду 1916-1923 років. Серед численних культурно-просвітницьких осередків, неабияке місце в цих таборах посідали спортивно-руханкові товариства. Невдовзі такі товариства діяли на території

Німеччини, Чехословаччини, Польщі, основним завданням яких було підтримати військово-фізичну підготовку колишніх вояків та підготувати інструкторів для проведення фізкультурно-спортивної роботи. Найпопулярнішими серед багатьох видів рухових вправ були легка атлетика, футбол, волейбол, бокс, плавання і велоспорт.

Після закінчення Другої світової війни українські спортивні осередки утворюються на територіях Західної Німеччини, Австрії та Італії.

Важливою подією у розвитку українського повоєнного спортивного руху було проведення у 1948 році в честь XIV Олімпійських ігор в Лондоні "Олімпіади Ді-Пі" (від початкових літер "дісплейст персонс" - з англ. переміщені особи). На запрошення Ради Фізичної Культури у змаганнях, крім українців, взяли участь латвійці, естонці, литовці, поляки, словаки, чехи, югослави та угорці, які у зв'язку із воєнними обставинами опинилися на вигнанні у Німеччині. "Олімпіада Ді-Пі" стала першою спробою для України заявити про спортивні самостійницькі наміри.

Після закінчення Другої світової війни основними центрами розселення українців стають США та Канада. В період 1947-1953 років у цих країнах спостерігається процес активного утворення українських спортивних осередків. 24 грудня 1995 року у м. Торонто (Канада) було створено єдиний орган розвитку українського спорту на території США та Канади—Українську Спортову Централю Америки і Канади (УСЦАК). Роль української діаспори США та Канади була особливо важливою в період відновлення української державності та входження українського спорту на міжнародній арені. Під патронатом Української спортової Централі Америки і Канади було утворено „ Фонд відродження спорту в Україні”.

Питання модульного контролю:

У яких країнах найбільше розвинений спортивний рух української діаспори?

РОЗДІЛ 3

РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Вид контролю: екзамен.

Методи контролю

1. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни оцінює участь студентів в обговоренні питань, винесених на практичні заняття, та проблемних ситуацій; розв'язок ситуаційних вправ; самостійно підготовлені повідомлення студентів за темою практичного заняття; проведення модульного поточного контролю через навчально-науковий центр незалежного оцінювання.

2. Підсумковий контроль знань – екзамен відбувається відповідно до Положення про семестровий поточний та підсумковий контроль навчальних досягнень здобувачів вищої освіти (сайт НУВГП).

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота												Підсумковий тест (екзамен)	Сума	
Змістовий модуль № 1														
T 1	T 2	T 3	T 4	T 5	T 6	T 7	T 8	T 9	T 10	T 11	T 12			
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
Змістовий модуль № 2														
T 13	T 14	T 15	T 16	T 17	T 18	T 19	T 20	T 21	T 22	T 23	T 24			
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	100	

Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82 – 89	добре	
74 – 81	задовільно	
64 – 73		
60 – 63		
35 - 59	незадовільно, з можливістю повторного складання	не зараховано, з можливістю повторного складання
0 – 34	незадовільно, з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано, з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бондар А. С., Приходько Г. І. Історія фізичної культури : навч. посіб. Міністерство освіти і науки України, Харківська державна академія фізичної культури. Харків, 2013. 220 с.
2. Винничук О. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури : навч. посіб. Тернопіль : «АСТОН», 2001. 404 с.
3. Олимпийский спорт: в 2 т. Т. 1 / под. общ. ред. В. Н. Платонова. К. : Олимп. л-ра, 2009. 735 с.
4. Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури : навч. посіб. К., 2007. 288 с.
5. Степанюк С., Гречанюк О., Маляренко І., Ткачук В. Історія фізичної культури : навч.- метод. посіб. для здобувачів ступеню вищої освіти «бакалавр» денної та заочної форм навчання спеціальностей 014.11 середня освіта (фізична культура), 017 фізична культура і спорт. Херсон : вид-во ПП Вишемирський В. С., 2016. 272 с.
6. Філь С. М., Худолій О. М., Малка Г. В. Історія фізичної культури : навч. посіб. Харків : «ОВС», 2003. 160 с.
7. Школа О. М., Золочевський В. В. Історія фізичної культури : навч. посіб. для студ. I курсу. Харків : Бровін О. В., 2012. 217 с.
8. Бубка С. Н., Булатова М. М. Олімпійське сузір'я України: тренери. К. : Олимп. л-ра, 2011. 251 с.
9. Булатова М. М., Бубка С. Н. Культурное наследие Древней Греции и Олимпийские игры. К. : Олимп. л-ра, 2012. 408 с.
10. Вацеба О. М. Історія фізичної культури та спорту в тематиці дисертаційних досліджень : покажчик авторефератів дисертацій з історії фізичної культури та спорту, (1950-2002 рр.). Л., 2003. 51 с.
11. Козій Ю. С. Організований спортивний рух в українській діаспорі США і Канади: Матеріали для лекцій з історії фізичної культури. Л., 2000. 26 с.
12. Кулик В. Олімпійський у серцях вогонь. Історія виникнення та становлення НОК України: докум. Нариси. К. : МП Леся, 2008. 308 с.