

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет культури й виховання

Кафедра фізичного виховання

Фізичне виховання:

методичні рекомендації щодо розвитку організації спортивної роботи у ВНЗ для
викладачів фізичного виховання

Миколаїв
2017

УДК 796.325

ББК 75.569

Ф 50

Друкується за рішенням науково-методичної комісії факультету культури й виховання Миколаївського національного аграрного університету від 29 березня 2017 року, протокол № 7

Укладач:

Н. В. Петренко – завідувач кафедри фізичного виховання, Миколаївський національний аграрний університет.

Рецензенти:

О. В. Сокол – доцент, ст. викладач кафедри фізичного виховання і спорту Національний університет кораблебудування ім. адм. Макарова.

С. В. Овчарук – викладач кафедри фізичного виховання, Миколаївський національний аграрний університет.

@Миколаївський національний
аграрний університет, 2017

Зміст

ПЕРЕДМОВА.....	4
1.СПОРТ ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ.....	5
2.СТАТУТ СПОРТИВНОГО КЛУБУ ВНЗ.....	6
Права та основні напрямки діяльності спортивного клубу.....	8
Члени спортивного клубу, їх права та обов'язки.....	10
Майно та фінансова діяльність спортивного клубу.....	10
Організаційна структура спортивного клубу.....	11
Ліквідація спортивного клубу.....	13
3.ОРГАНІЗАЦІЯ, ПРОВЕДЕННЯ І СУДДІВСТВО СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ.....	13
Положення про змагання.....	20
Спартакіада.....	22
Організаційний комітет по підготовці і проведенню змагань.....	23
Суддівські колегії.....	25
Програма і графік змагань.....	26
4.ОРГАНІЗАЦІЯ ЛІКАРСЬКОГО КОНТРОЛЮ.....	33
ЛІТЕРАТУРА.....	35

ПЕРЕДМОВА

Спорт не тільки відображає події суспільного життя, але й, керується тими ж законами, що і суспільство в цілому. Отже спорту, як і суспільству, властиві класові протиріччя, обумовлені цілями, які ставлять перед ним домінуючі класи. Більше того, спорт в сучасних умовах став ареною боротьби двох ідеологій, тому дуже важливо визначити його соціальний характер. Необхідність в тому підвищується тому, що багато сучасних теоретиків спорту намагаються представити його як явище, не пов'язане ні з класами, ні з політикою, як певний «своєрідний орден володіючий законами честі і етико моральним кодексом, членів якого, незалежно від того і якому би класу вони належали, об'єднує по всьому світі почуття згоди і дружби».

Теоретичною базою для такого ствердження спорту в більшій мірі служить розповсюджений погляд на спорт, як на гру. Ця точка зору знайшла своє відображення, частково в «Маніфесті про спорт». В ньому говориться, що спорт з фізичною активністю який мав характер гри і включає в себе боротьбу людини з самим собою та іншими людьми і силами природи. Не важко зауважити, що в цьому визначенні зовсім затушовується соціальний характер спорту. В цьому відображається інтерес розгляду двох питань: в чому заключається соціальний характер спорту і як взаємозв'язуються між собою поняття «гра і спорт».

Можна погодитися з тим, що в основі спорту лежить фізична активність, як стверджують автори «Маніфесту про спорт», а діяльність людини, свідомо направлена на досягнення максимально-можливих для нього практичних результатів в окремих-видах фізичних вправ. Без такої цілеспрямованості спорту бути не може. Ці результати проявляють серцевину спорту і без яких він неможливий.

1. СПОРТ, ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ

Спорт не тільки відображає події суспільного життя, алей, керується тими ж законами, що і суспільство в цілому. Отже спорту, як і суспільству, властиві класові протиріччя, обумовлені цілями, які ставлять перед ним домінуючі класи. Більше того, спорт в сучасних умовах став ареною боротьби двох ідеологій, тому дуже важливо визначити його соціальний характер. Необхідність в тому підвищується тому, що багато сучасних теоретиків спорту намагаються представити його як явище, не пов'язане ні з класами, ні з політикою, як певний «своєрідний орден володіючий законами честі і етико моральним кодексом, членів якого, незалежно від того і якому би класу вони належали, об'єднує по всьому світі почуття згоди і дружби».

Теоретичною базою для такого ствердження спорту в більшій мірі служить розповсюджений погляд на спорт, як на гру. Ця точка зору знайшла своє відображення, частково в «Маніфесті про спорт». В ньому говориться, що спорт з фізичною активністю який мав характер гри і включає в себе боротьбу людини з самим собою та іншими людьми і силами природи. Не важко зауважити, що в цьому визначенні зовсім затушовується соціальний характер спорту. В цьому відображається інтерес розгляду двох питань: в чому заключається соціальний характер спорту і як взаємозв'язуються між собою поняття «гра і спорт».

Можна погодитися з тим, що в основі спорту лежить фізична активність, як стверджують автори «Маніфесту про спорт», а діяльність людини, свідомо направлена на досягнення максимально-можливих для нього практичних результатів в окремих-видах фізичних вправ. Без такої цілеспрямованості спорту бути не може. Ці результати проявляють серцевину спорту і без яких він неможливий.

Фізичні вправи - це рухливі дії, які не мають практичного використання в сфері виробництва матеріальних благ, або як прийнято говорити не є утилітарними. Це дійсно так. Але не можна погодитися з цими висновками, які роблять виходячи з цього ствердження. Так, схилиючись на утилітарність вправ, деякі вчені запевняють:

якщо фізичні вправи не утилітарні, то змагання і сам спорт також не носять утилітарного характеру. Дане ствердження нерівне: спортивні змагання завжди були і залишаються утилітарними. Вони містять реальну цінність для учасників змагань, правда не морально, а морального порядку.

Хоча поняття «спортивні змагання» і включає в себе ідею боротьби людини з самим собою або зі силами природи, головним і значним в них є ідея порівняння сил і здібностей людей з метою визначення сильнішого.

«Утилітарність» змагань заключається в тій суспільній оцінці, яку дають соціальна група, колектив. Головне для людини, яка приймає участь у змаганнях, це визнання досягнень колективом і в кінцевому рахунку певною соціальною групою або товариством. Безумовно, такий висновок характерний тільки для аматорського спорту.

Така «утилітарність» змагань визначає цільову направленість спорту, зміст спортивних змагань і навіть контингент учасників в них в кожній з громадських формацій. Отже, визнання користі людини соціальною групою, колективом, *товариством* за досягнення, показані нею на змаганнях і складає соціальну сутність спорту.

2. СТАТУТ СПОРТИВНОГО КЛУБУ ВНЗ

У кожному ВНЗ є Спортивний клуб, який має свій статут спортивного клубу вищого навчального закладу або установи :

I. Загальні положення

Статут спортивного клубу вищого навчального закладу розробляється на підставі типового статуту з відповідним внесенням необхідних змін і доповнень, що відображають специфічні особливості окремого навчального закладу, установи

Статут затверджується загальними зборами (конференцією) членів спортивного клубу вищого навчального закладу, установи та місцевими осередками Спортивної студентської спілки і реєструється згідно чинного законодавства про громадські організації:

1.1. Спортивний клуб закладу, установи (далі «спортивний клуб») є самостійною фізкультурно-спортивною громадською організацією.

1.2. Спортивний клуб здійснює всебічну роботу з розвитку фізичної культури і спорту серед учнівської і студентської

молоді, аспірантів, професорсько-викладацького складу, співробітників вищого навчального закладу, установи та членів їх сімей.

1.3. Спортивний клуб діє у відповідності із законом України «Про фізичну культуру і спорт», іншими законодавчими та нормативними урядовими актами, статутними вимогами Спортивної студентської спілки України, Міжнародної федерації університетського спорту, а також своїм Статутом, що спрямований на виконання соціальне важливих функцій.

1.4. Спортивний клуб є юридичною особою, має свою печатку, штамп із своїм найменуванням, розрахунковий рахунок в банківських закладах, може мати на правах власності відокремлене майно, основні та оборотні фонди.

1.5. Діяльність спортивного клубу будується на засадах самоврядування, добровільності членства та участі в його справах.

1.6. Спортивний клуб реалізує свою мету та завдання в тісній взаємодії з керівництвом вищого навчального закладу на підставі об'єднання фінансових, матеріальних, трудових ресурсів закладу, установи, профспілкової організації та інших зацікавлених організацій.

1.7. Взаємодія спортивного клубу з директором та ректоратом, профспілковими комітетами будується на договірних засадах.

1.8. Спортивний клуб може вступати в різні громадські організації, діяльність яких відповідає меті і завданням спортивного клубу.

1.9. Спортивний клуб має свій прапор, емблему, іншу атрибутику.

2.2. Головними завданнями спортивного клубу є:

- формування всебічно розвиненої особистості засобами фізичної культури і спорту;

- пропаганда здорового способу життя, запровадження фізичної культури і спорту під час навчання, роботи, побуту і відпочинку;

- використання засобів фізичної культури для професійно прикладної підготовки;
- організація і проведення масових фізкультурно- оздоровчих і спортивних заходів, надання послуг у сфері фізичної культури і спорту;
- створення фізкультурно-спортивних аматорських об'єднань, секцій, команд з видів спорту;
- проведення роботи щодо спортивного вдосконалення, підготовки та відрядження збірних команд навчального закладу на змагання;
- створення виробничих та інших підприємств, кооперативів, творчих об'єднань, діяльність яких відповідає виконанню завдань спортивного клубу (при укладанні статуту конкретного спортивного клубу треба показати всі конкретні види послуг, а також виробничої, комерційної та іншої діяльності);
- розвиток міжнародних зв'язків і співробітництва із спортивними організаціями навчальних закладів.

2.1 ПРАВА ТА ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОГО КЛУБУ

Спортивний клуб:

- проводить спортивно-масові змагання, спартакіади, універсіади, навчально-тренувальні та оздоровчі збори;
- організує, проводить та забезпечує контроль за навчально-тренувальним процесом в спортивних секціях, групах, збірних командах, клубах за спортивними інтересами, створює необхідні умови для росту майстерності студентів-спортсменів;
- бере безпосередню участь в організації роботи літніх і зимових оздоровчо-спортивних таборів та розподілі путівок до них;
- організує і проводить огляди-конкурси на кращу організацію фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в підрозділах навчального закладу;
- формує збірні команди з видів спорту навчального закладу, установи та забезпечує їх участь в спортивних змаганнях;

- присвоює спортивні розряди: перший, другий, третій та юнацькі, суддівські категорії по першу включно, фізкультурному активу, що прослухав семінари присвоєння звання громадського інструктора (тренера), видає відповідні знаки та посвідчення;
- використовує фінансові асигнування, що передбачені бюджетом навчального закладу, установи та їх профспілковими комітетами для здійснення позанавчальної спортивної та фізкультурно-оздоровчої роботи;
- безкоштовно користується спортивними спорудами, як тими, що належать навчальному закладу, установі, так і орендованими, у вільний від навчального процесу час;
- забезпечує раціональне та ефективне використання матеріально-технічної бази спортивних споруд в наданий час, інвентаря та обладнання;
- організує роботу баз та пунктів прокату спортивного інвентаря;
- володіє, використовує та розпоряджається майном, що належить спортивному клубу по праву власника;
- будує, набуває, приймає, відчужує та представляє усякого роду рухоме та нерухоме майно;
- вступає в договірні відносини з державними, комерційними, кооперативними, приватними, громадськими організаціями, а також закордонними партнерами, може здійснювати зовнішню економічну діяльність;
- здійснює підбір фізкультурних кадрів;
- заохочує фізкультурно-спортивний актив, окремих тренерів і спортсменів за високі показники розвитку масової фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи, нагороджує їх грамотами, пам'ятними подарунками та грошовими преміями;
- представляє фізкультурників, спортсменів, тренерів-викладачів, громадський актив та інших працівників для присвоєння почесних звань;
- здійснює придбання та видає для користування членами клубу спортивне майно, орендує спортивні споруда;
- здійснює інші дії, що не протирічать законодавству та створюють умови для виконання завдань, які стоять перед спортивними клубами.

2.2. ЧЛЕНИ СПОРТИВНОГО КЛУБУ, ЇХ ПРАВА І ОBOB'ЯЗКИ

Членом спортивного клубу може бути кожен, хто виявив бажання бути членом клубу, незалежно від їх членства в інших спортивних товариствах.

Члени спортивного клубу мають право:

- брати участь в роботі зборів, конференцій спортивного клубу;
- обирати та бути обраним до керівних органів клубу;
- займатися фізичною культурою і спортом в секціях, командах клубу;
- підвищувати кваліфікацію в обраному напрямку фізкультурно-спортивної та громадської діяльності;
- виступати за свій спортивний клуб в змаганнях;
- користуватися спортивними спорудами та інвентарем навчального закладу, установи і спортивного клубу.

Члени спортивного клубу зобов'язані:

- брати участь в роботі спортивного клубу, виконувати рішення його керівних органів;
- своєчасно сплачувати членські внески (за рішенням правління), вдосконалювати свою фізичну підготовку, вести здоровий спосіб життя;
- берегти майно, інвентар і форму спортивного клубу та навчального закладу, установи;
- регулярно проходити медичний огляд, вести контроль за станом здоров'я, дотримуватися особистої та громадської гігієни.

2.3. МАЙНО ТА ФІНАНСОВА ДІЯЛЬНІСТЬ СПОРТИВНОГО КЛУБУ

Спортивний клуб здійснює право володіння, користування та розпорядження майном, що закріплене за ним, та включає в себе основні фонди та інші матеріальні цінності і фінансові ресурси у відповідності з метою і завданням своєї діяльності та призначенням майна.

Спортивні споруди, які знаходяться на балансі навчального закладу, установи, передаються в розпорядження спортивного клубу у вільний від навчальних занять час із правом користування та розпорядження.

Спортивний клуб працює за кошторисом, що затверджується правлінням клубу.

Кошти спортивного клубу утворюються з різних джерел:

- коштів, що передбачені бюджетом навчального закладу, установи та профспілкових комітетів навчального закладу, установи, на організацію позанавчальної спортивної та

- фізкультурно-оздоровчої роботи із студентами, аспірантами та співробітниками, а також коштів, що надаються навчальним закладом, установою для цієї мети;

- індивідуальних членських внесків, розмір яких визначено конференцією спортивного клубу;

- прибутків від проведення платних заходів та інших видів власної діяльності;

- благодійних та спонсорських відрахунків організацій та окремих осіб;

- коштів, що поступають від експлуатації спортивних споруд навчального закладу, установи в позанавчальний час;

- прибутків, що надходять від госпрозрахункових спортивних секцій та груп;

- дотацій від фізкультурно-спортивних організацій;

- прибутків від діяльності об'єднань, кооперативів, творчих та виробничих колективів, що створені при спортивному

- клубі.

В спортивному клубі розпорядником кредитів є голова спортивного клубу, а в разі його відсутності - особи, що його заміщують.

Контроль за фінансово-господарською діяльністю спортивного клубу здійснює ревізійна комісія, яка обирається на загальних зборах (конференції).

2.4. ОРГАНІЗАЦІЙНА СТРУКТУРА СПОРТИВНОГО КЛУБУ

Організаційна структура спортивного клубу затверджується загальними

зборами (конференцією) і може формуватися як на факультетах, так і за інтересами (види спорту).

Найвищим керівним органом спортивного клубу є загальні збори (конференція) членів клубу, які скликаються один раз на термін, що затверджується конференцією.

Збори (конференція) є правомочними при участі в їх роботі не менше половини делегатів (членів спортивного клубу).

Конференція заслуховує та обговорює звітні доповіді правління та ревізійної комісії спортивного клубу, приймає рішення (постанови) з цих питань, визначає основні завдання спортивного клубу щодо подальшого розвитку фізичної культури і спорту, обирає відкритим або таємним голосуванням голову спортивного клубу, правління та ревізійну комісію в кількості, що визначає конференція (збори).

Рішення конференції приймаються простою більшістю голосів таємним або відкритим голосуванням.

Правління спортивного клубу в період між конференціями (зборами):

- здійснює керівництво позанавчальною спортивною та фізкультурно-оздоровчою роботою, що здійснюється у навчальному закладі або установі;
- створює комісії та інші робочі органи спортивного клубу за напрямками роботи;
- у встановленому порядку вносить на розгляд державних та громадських органів пропозиції з удосконаленням фізкультурно-масової і спортивної роботи;
- розглядає та затверджує плани роботи спортивного клубу, календарні плани спортивних і оздоровчих заходів;
- затверджує бюджет спортивного клубу, регулює його фінансово-господарчу діяльність і приймає рішення про основні фінансово-господарчі операції;
- заслуховує на своїх засіданнях звіти та дає оцінку роботі підрозділів спортивного клубу, спортивних секцій, команд, тренерів та інших співробітників спортивного клубу;
- готує конференції звіт про свою роботу, здійснює контроль за виконанням рішень конференцій.

Засідання правління спортивного клубу проводяться не менше одного разу на 3

місяці.

Голова спортивного клубу:

- здійснює керівництво діяльністю правління спортивного клубу, веде його засідання;
- представляє спортивний клуб на вченій Раді навчального закладу, а також в громадських організаціях і перед органами державного управління;
- діє від імені спортивного клубу та звітується перед правлінням;
- здійснює юридичні акти, підписує договори, видає доручення, відкриває в банках розрахункові та інші рахунки;
- видає розпорядження, інструкції та інші акти;
- приймає рішення в пред'явленні від імені спортивного клубу претензій та позовів до юридичних осіб та громадян.

2.5. ЛІКВІДАЦІЯ СПОРТИВНОГО КЛУБУ

Рішення про ліквідацію спортивного клубу приймається загальними зборами (конференцією) спортивного клубу.

В окремих випадках діяльність спортивного клубу може бути припинена за рішенням суду,

Майно спортивного клубу, який ліквідовано за рішенням загальних зборів (конференції), передається профспілковому комітету навчального закладу, установи або в порядку, встановленому судом.

3. ОРГАНІЗАЦІЯ, ПРОВЕДЕННЯ І СУДДІВСТВО СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ

Сила спорту полягає в тому, що він тісно пов'язаний з трудовою діяльністю людей. Змагання - складова частина спорту, без змагань спорт перестав бути специфічним засобом і методом виховання. Спортивні змагання є порівнянням сил,

майстерності тих, хто займається в умовах боротьби за першість, рекорд або максимально доступне досягнення.

Велике педагогічне значення спортивних змагань заключається в тому, що вони привчають спортсмена використовувати набуті в процесі учбово-тренувальних занять навички і якості в складній і змінюючій обстановці спортивної боротьби, яка вимагає максимального напруження всіх сил і волі. На змаганнях спортсмени перевіряють рівень своєї підготовки, тактичну і технічну майстерність. Змагання при правильному їх проведенні сприяють вихованню у спортсменів таких важливих рис характеру людини, як наполегливість, воля до перемоги, самоконтроль, сміливість, почуття дружби і товариства.

Характерною особливістю організації спортивних змагань в нашій країні є турбота про це, щоб будь-які змагання, починаючи від змагань в колективі фізичної культури, проходили на високому рівні, при максимальній турботі про комфорт для глядачів і учасників. Спортивні змагання - найбільш ефективний і вірний засіб перевірки стану роботи по спорту в будь-якій фізкультурній організації і педагогічній майстерності наших викладачів і тренерів служать методом виявлення і співставлення спортивних досягнень, як окремих спортсменів, так і цілих колективів; результати спортивних змагань свідчать про рівень розвитку спорту в даному колективі, суспільстві, країні, вони використовуються для підведення підсумків спортивної роботи за цей, чи інший період і визначення її якості.

Спортивні змагання мають і велике агітаційно-пропагандистське значення; посередником спортивних змагань популяризується фізична культура і спорт, залучаються до заняття спортом нові контингенти, разом з тим, через спортивні змагання відбувається обмін досвідом в області техніки, тактики і частково методики спорту; спортивні змагання - один з важливих засобів розвитку міжнародних зв'язків, культурного обміну, зміцнення співпраці і взаєморозуміння між народами. Відмінними рисами організації спортивних змагань в нашій країні є послідовність їх проведення, починаючи від змагань в колективах фізичної культури і закінчуючи першостями, а також широкі можливості, які надаються колективам фізичної культури, командам і окремим спортсменам для участі у всіх ступенях

змагань, які проводяться.

КЛАСИФІКАЦІЯ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ В даний час склалися наступні різновиди спортивних змагань:

- 1) по окремих видах спорту;
- 2) комплексні /Спартакіади, Олімпійські ігри/;
- 3) за масштабом проведення: класні, цехові, районні, міські, обласні, зональні, республіканські, всесоюзні, міжнародні, континентальні /Першість Європи, Азії, Америки, Африки і т.п./, світові;
- 4) відомчі /першість ДСО/;
- 5) територіальні /першість серед збірних команд міст, областей/;
- 6) по завданнях: класифікаційні, кваліфікаційні, відбіркові, першості, показові;
- 7) по характеру організації: відкриті, закриті, заочні, матчеві, на приз; I
- 8) по формі заліку: особисті, командні, особисто-командні;
- 9) по тиковим категоріям /групам/:
 - I група /дитяча 10-15 років/;
 - II група /юнацька 16-18 років; юніори 18-19 або 19-21 рік ;
 - III група /дорослі спортсмени 21-30 років/;
 - IV і група /спортсмени у віці 31 40 років/;
 - V група /фізкультурники спортсмени середнього і старшого віку, яким більше 40 років/;
- 10) по професійних і особливим ознакам: шкільні, студентські, воєнні, серед сліпих, серед глухонімих;
- 11) по порі року: весняні, літні, осінні, зимові,

ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ЗМАГАНЬ. В кожному виді спорту існують свої правила змагань, які містять в собі наступні розділи:

I. Визначення видів, характеру 1 програми змагань.

II. Учасники змагань - вікові групи, розряди учасників, права і обов'язки учасників, костюми учасників, права і обов'язки представників, тренерів і капітанів команд.

III. Суддівська колегія /склад, обов'язки членів суддівської колегії.

В таких видах спорту, як спортивна, художня гімнастика, акробатика, стрибки у воду, фігурне катання на ковзанах включається розділ: складання довільних вправ, в якому визначається складність вправ, композиція вправи, необхідне число елементів по групам /висока, I-IV гр./ для складання довільних вправ в кожному виді /на снаряді/.

IV. Порядок проведення змагань. В ньому вказується:

- 1) випробовування місць змагань /гімнастика спортивна, художня, акробатика, спортивні ігри та ін./;
- 2) тривалість змагань;
- 3) порядок роботи суддівських бригад;
- 4) кількість вправ, які виконуються на змаганнях /спортивна, художня гімнастика, акробатика, стрибки у воду, фігурне катання/;
- 5) вихід команд, учасників на місце змагань;
- 6) комплектування суддівських бригад;
- 7) перезаявки;
- 8) протести;
- 9) визначення результатів змагань.

У видах спорту: художня гімнастика, спортивна гімнастика, акробатика, стрибки у воду, фігурне катання на ковзанах, стрибки з трампліну на лижах, в правилах змагань включається пункт - оцінка виконання вправ.

V. Обладнання та інвентар для змагань. В додатках правил змагань вказуються форми заявок протоколів змагань /особистих, командних/ В правилах змагань зі спортивної гімнастики, акробатики, стрибків у воду, фігурного катання на ковзанах існує перелік елементів і зв'язок для складання довільних вправ. Правила змагань направлені на вирішення оздоровчих завдань заняттях спортом, так як вони визначають:

- 1) вікові групи, які допускаються до змагань з окремих видів спорту;
- 2) вагові категорії учасників змагань в тих видах спорту, в яких вага тіла суттєво відображається на спортивних результатах і в навантаженні на організм;

- 3) максимальна кількість видів /схваток, боїв, ігор в яких можна приймати участь протягом одного дня;
- 4) вага снарядів /штанга, м'ячі, рукавиці, ядра, молот, диски, гранати, списи/, так як вона суттєво впливає на використовані зусилля;
- 5) розмір спортивного обладнання та інвентаря /гімнастичні снаряди, бар'єри в легкій атлетиці, інвентар для фехтувальників і т.п./;
- 6) в деяких видах спорту /бокс, біг на довгі дистанції/ обов'язкова наявність певної перерви між окремими виступами, час проходження додаткового медичного обслідування, обмеження участі в змаганнях після поразки /отримання нокаута в боксі/ і т.п.

Правила змагань мають також і виховне значення, так як вони у відомих межах визначають норми поведінки спортсмена під час спортивної боротьби. В командних видах спорту порушення правил окремим учасником, в якійсь мірі, зачіпають інтереси не тільки одного учасника, але й всієї команди. На спортсмена, який порушив правила змагань, діє не тільки рішення судді, але також і втрата, яку відчував команда, внаслідок його не спортивної поведінки. У всіх видах спорту, за винятком національних видів, правила змагань у всьому світі мають тенденцію до уніфікації для того, щоб зробити можливим підготовку і участь в міжнародних змаганнях, заочно порівняти результати, які показані спортсменами різних країн.

Правила змагань здійснюють суттєвий вплив на розвиток техніки спортивних вправ, на спортивну тактику і на розвиток даного виду спорту в цілому.

Існуючі правила проведення змагань з різних видів спорту строго визначають вимоги до віку учасників, до їх прав і обов'язків, до форми одягу, складу команд, часу проведення зустрічей, складу суддівських колегій, до розмірів площадки та інші вимоги, виконання яких є обов'язковими. Порушення одного з пунктів затверджених правил може призвести до скасування результатів змагань або інших мір в залежності від рішення організації, яка проводить змагання або контролює правильність їх проведення.

Успішне проведення змагань залежить в більшості від хорошої організаційної підготовки, яка починається завчасно до дня початку змагань.

Для організації і проведення спортивних змагань необхідно:

1. Скласти календарний план спортивно-масових заходів.
2. Скласти і мати положення про змагання.
3. Скласти кошторис розходів на проведення змагань.
4. Сформувати оргкомітет по підготовці і проведенні змагань.
5. Забезпечити повідомлення про змагання /підготувати афішу, подати оголошення в газету, телебачення, радіоінформація/.
6. Орендувати спортивне спорудження.
7. Організувати приймання та обробку заявок.
8. Підібрати суддівську колегію і організувати її роботу,
9. Забезпечити медичним обслуговуванням проведення змагань.
10. Перевірити підготовленість місць змагань та інвентар.
11. Скласти розпорядок /програму, графік/ змагань.
12. Продумати і скласти ритуал відкриття і закриття змагань.
13. Передбачити заходи, зв'язані з обслуговуванням учасників змагань.
14. Передбачити заходи зв'язані з обслуговуванням глядачів /місця для глядачів, буфети, книжкові кіоски і т.п./.
15. Підготувати і забезпечити чітку, правильну і своєчасну ін-формацію про змагання.

Організація змагань, і саме їх проведення - надзвичайно відповідальна справа і від того, як буде організована і виконана підготовча робота буде залежати і результат змагань.

Організоване забезпечення змагань починається з розробки річного календарного плану спортивно-масових заходів. Добре продуманий календар спортивно-масових заходів визначає ступінь масового розвитку окремих видів спорту і рівень майстерності, є запорукою успішної роботи всього колективу фізкультури. При плануванні спортивних заходів необхідно керуватися наступними принципами:

- 1) заняття спортом і участь в змаганнях повинні сприяти успішному навчанню тих, які займаються; сприяти правильному виробничому процесу

підприємств, закладу і т.п.;

- 2) стабільністю календарного плану, встановленням традиційних змагань, які проводяться з року в рік;
- 3) рівномірністю розподілення змагань за часом ;
- 4) послідовністю проведення змагань від внутрішньогрупових, цехових до першості колективу, міста, області, країни, Європи, світу;
- 5) сприяння розвитку основних видів спорту, які культивуються в колективі; підвищенню спортивної майстерності тих, які займаються;
- 6) масовістю змагань, залученням до участі в них не тільки тих, які займаються в секціях, але й всіх працюючих на підприємстві, в закладі, установі;
- 7) сприяння виконанню самообов'язків по підготовці спортсменів-розрядників;
- 8) необхідністю передбачити протягом спортивного сезону не менш значної кількості змагань для кожного спортсмена, який спеціалізується з виду спорту, так як це встановлено Єдиною Всесоюзнаю спортивною класифікацією для кожного виду спорту, бо чим вища кваліфікація спортсмена, тим в більшій кількості змагань йому необхідно приймати участь.

На основі календарних планів вищестоячих спортивних організацій в низовому колективі фізичної культури, спортивному клубі складається свій календарний план спортивно-масових заходів. Для зручності в роботі шкільного, учбового, виробничого колективу фізичної культури, календарі змагань можуть бути зведені в один загальний календарний план, в якому в хронологічному' порядку всі ті

змагання, в яких члени даного колективу фізичної культури будуть приймати участь.

В календарному плані спортивних змагань як правило вказується:

1. Вид спорту, з якого заплановані змагання.
2. Найменування даних змагань.
3. Час його проведення.
4. Місце його проведення.
5. Учасники змагань або організації, які приймають участь.

6. Відповідальний за проведення.

Існує декілька форм складання календаря спортивно-масових заходів /табл. 1,2,3,4/.

Розмір календарного плану може бути як настільного типу, так і для вивішення його у вигляді афіші. Календарний план спортивно- масових заходів повинен бути складений, уточнений і затверджений до кінця кожного року і своєчасно доведений до відомості всіх спортсменів, фізкультурників, до всіх робочих, службовців підприємств, установ, до всіх членів колективу фізичної культури, до всіх організацій.

3.1 ПОЛОЖЕННЯ ПРО ЗМАГАННЯ

Особливе місце в підготовчій роботі з організації змагань займає розробка положення про змагання. Після підготовки річного календарного плану спортивно-масових заходів, необхідно розробити положення про всі змагання, які заплановані в календарному плані. Якщо календарний план спортивних заходів дав перелік, час проведення змагань, то положення визначає програму кожного змагання, умови його проведення і порядок визначення переможців. В положенні про змагання вказані завдання, які ставляться перед всіма учасниками майбутніх змагань.

Положення про змагання - основний документ, який визначає всі умови проведення змагань, є також основним документом, яким керуються при підготовці і проведенні змагань, організація, яка проводить змагання і головний суддя змагань. Для організаторів змагань, колективів, команд, окремих учасників, які приймають участь положення в основним "законом про майбутнє змагання.

Положення про майбутні змагання необхідно розробити своєчасно довести до відома всіх учасників (груп, курсів, факультетів, цехів, колективів фізкультури).

Положення про змагання з участі низових колективів фізкультури, спортивних клубів повинне бути складене і доведене до відомості не пізніше двох місяців до початку даних змагань, при проведенні крупних змагань - всесоюзних і республіканських, не пізніше, ніж за 6 місяців до початку змагань, при проведенні

міжнародних змагань - положення складається за один, інколи два роки до їх початку. Всі ці межі необхідно дотримувати» тому що положення про змагання орієнтує керівників колективів фізкультури, спортивних клубів викладачів, тренерів на відповідну організацію учбово-тренувального процесу, це позитивно відображається на спортивно-технічних результатах.

Положення про змагання повинне бути складене чітко і ясно.

Воно включає в себе наступні розділи:

1) Назва змагання.

2) Ціль і задача змагання. В ньому може визначитися: підведення підсумків роботи по даному виду спорту, підвищення спортивної майстерності, визначення сильніших колективів і спортсменів, подальшого масового залучення учасників, робочих, службовців до регулярних занять фізичною , культурою і спортом, сприяння в подальшому зміцненню здоров'я і організації активного відпочинку, популяризація даного виду спорту, здача контрольних нормативів.

3) Керівництво проведення змагання, вказується хто організовує змагання і керує, склад суддівської колегії і ким вона затверджена, якщо курує оргкомітет, то по-фамільно, хто відповідальний і за яку галузь роботи.

4) Учасники і організації - вказується які організації повинні приймати участь, на які групи і по якому признаку вони розподіляються, визначаються вікові групи, численний склад команди окремо для жінок і мужчин, кількість заявлених запасних учасників, кількість тренерів, представників, суддів в складі команд.

5) Час і місце проведення змагань, визначається місце проведення /спорт, зал, площадки, місто, область, країна/, день і час проведення.

6) Програма і порядок проведення по дням - в ній вказується перелік вправ, довжина дистанцій, характер і зміст багатоборства, виду спорту і т.д.

7) Порядок і умови визначення особистої та командної першості - цей розділ є одним з головних пунктів в положенні, так як він визначає об'єм, зміст і напрямок навчально-спортивної роботи залучених організацій і спортсменів, він повинен бути викладений ясно і чітко, і об'єктивно оцінити результати виступлення команд колективу, учасників, які приймають участь.

8) Умови нагородження переможців особистої і командної першості - записується види нагороджень /грамоти, перехідні призи, жетони, медалі і т.д., умови при, яких нагороджується учасник, суми балів, виконання розрядних норм і т.д/, а також порядок нагородження керівників, організацій, тренерів представників, громадських інструкторів та ін.

9) Особливі умови змагань - при проведенні змагань з велоспорту, мотоциклетного, автомобільного, водомоторного, авіаційного спорту визначаються технічні вимоги до машин учасників, порядок роботи технічної комісії, в інших видах спорту існують тільки їм специфічні вимоги.

10) Заявки, термін їх подання - для того, щоб прийняти участь в змаганнях, необхідно подати заявку, Існує два види заявок: попередня і остаточна. Перша заявка мав характер оповіщення про наміри даної спортивної організації прийняти участь в змаганнях, які проводяться. В другій заявці по певній формі, лказується склад учасників і деякі інші дані. Ряд видів спорту мають свої форми заявок. В положенні вказується форма заявки. Заявка повинна бути подана в терміни, вказані в положенні про дані змагання. Під час змагань в деяких видах спорту, з дозволу головного судді можуть бути зроблені перезаявки, тобто замість одного учасника в певному виді може бути виставлений інший. На основі даних заявок передчасно складаються протоколи змагань.

3.2 СПАРТАКІАДА

Серед багатьох форм проведення спортивних змагань найбільш популярними і забезпеченими масову участь шкіл, технікумів, вузів, робочих, службовців підприємств, установ в літні та зимові спартакіади. Спартакіада - комплексне змагання, в програму якого входять декілька видів спорту. Це незвичайне змагання, а велике спортивне свято, важлива подія в житті всіх громадських організацій: школи, технікуму, вузу, підприємства, установи, міста, області, країни.

В діяльності фізкультурних організацій нашої країни з перших же років їх створення склалися прекрасні традиції проведення спартакіад, які відіграли велику

роль в розвитку масовості багатьох видів спорту і в прирості досягнень наших спортсменів.

В практиці роботи колективів фізкультури, фізкультурних організацій спартакіади мають велике значення. Вони в великою подією в спортивному житті колективу фізичної культури, підводять підсумки навчально-спортивної роботи, вірності побудови фізкультурно-масової і спортивної роботи в них. Результати спартакіади, її успіх і вплив на розвиток фізкультурно-масової і спортивної роботи в колективі фізкультури залежать в більшості від того, як складені основні розділи положення про спартакіаду, як-то: програма, залік і визначення переможців, учасники змагань, час проведення Спартакіади.

Комплексну спартакіаду доцільно проводити в 2-3 етапи:

1-й етап - внутрішньогрупові, внутрішньоцехові;

2-й етап - міжкурсів, міжцехові змагання;

3-й етап - збірні команди факультетів /в вузах/.

Положення про спартакіаду розробляється в тій же структурі із дотриманням тих же вимог, які висувуються до положення про змагання з окремих видів спорту.

Успіх спартакіади цілком залежить від організаційної, масової роботи і активної допомоги різних організацій. В залежності від масштабу змагань, спартакіада залежить і від терміну надсилання положення про змагання. Терміни можуть бути 4-5 місяців до декількох років.

3.ЗОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ ПО ПІДГОТОВЦІ І ПРОВЕДЕННЮ ЗМАГАНЬ

Для керівництв підготовкою і безпосереднім проведенням змагань, наприклад спартакіад, а також змагань в масштабі області, країни утворюються оргкомітети, В склад організаційного комітету повинні входити представники громадських організацій, представники господарських організацій, фізкультурний актив, лікарі головний суддя змагань,

У функції оргкомітету входить: утворення загального плану підготовки і

проведення змагань /спартакіади/, розглянеиня і ствердження програми, затвердження планів роботи комісії; організація агітаційно-пропагандистських заходів, підготовка перехідних призивів, контроль за ходом підготовчих заходів.

Організаційний комітет утворює наступні комісії:

- 1) по агітаційно-пропагандистській роботі;
- 2) по господарській роботі;
- 3) головну суддівську колегію;
- 4) медичне обслуговування.

У відповідності з тим розподіляються обов'язки між членами оргкомітете.

Комісія по проведенню агітаційно-пропагандистської роботи проводить широку інформацію по радіо, телебаченню в газетах про майбутні змагання, організовують друкування афіш, квитків учасників, програм, запрошувальних квитків, організовує художнє оформлення спортивних споруд і місць змагань: привітальні лозунги-фотостенди, фотовітрини, плакати і т.п., організовує продажу спортивної і художньої літератури в містах змагань.

Господарська комісія складає кошторис витрат на проведення змагань, підготовляв спортивні споруди для проведення змагань, готує спортивний інвентар, для міжнародних учасників змагань підготовлює місця для проживання і харчування, забезпечує транспортом, організовує пункти харчування /буфети/ для учасників і глядачів в містах змагань, організовує медичне обслуговування під час проведення змагань, підготовляє перехідні нагороди змагань.

Головна суддівська колегія змагання /спартакіади/ комплектує суддівські колегії і затверджує їх, визначає перелік технічної документації, необхідної для проведення змагань, проводить із суддями семінар по правилам змагань, перевіряє наявність спортивного інвентаря і споруди для організованого проведення змагань, контролює підготовку спортивних споруд до майбутніх змагань, розробляє систему збору суддівських матеріалів для організації своєчасної інформації про хід спартакіади або змагання.

Головний суддя змагань /спартакіади/ повинен завчасно ознайомитися з місцем проведення змагань /спортивною базою/, місцем проживання і харчування учасників

/якщо є міжнародні учасники/, організовувати роботу мандатної комісії, роботу секретаріату, чітко проведення змагань. Головний суддя затверджує результати змагань, несе відповідальність за весь хід змагань. По закінченню змагань представляв оргкомітету або організації, яка відповідає за проведення, звіт про змагання, які відбулися.

3.4 СУДДІВСЬКІ КОЛЕГІЇ

Успіх спортивних змагань залежить в більшості від чіткої роботи суддівської колегії. Для проведення змагань необхідно передчасно затвердити головну суддівську колегію, підібрати склад суддів. Для них необхідно провести семінари, на яких в першу чергу розглядається положення про змагання, визначається правильне і єдине тлумачення його пункт: в, на семінарах суддям повідомляють також про всі зміни в правилах змагань, складається план розміщення суддів. При призначенні суддів потрібно враховувати досвід кожного з них, його схильність, спеціалізацію.

Спортивний суддя - організатор і керівник спортивних змагань. Він повинен:

- 1) мати спортивний досвід з даного виду;
- 2) безумовно знати правила змагань;
- 3) бути чесним, об'єктивним, чітко дотримуватися правил змагань;
- 4) бути спостережливим і уважним;
- 5) бути рішучим, вимогливим і разом з тим вічливим, спокійним у зверненні;
- 6) бути охайним, акуратним, підтянутим у зовнішності, фізично тренуваним;
- 7) не тільки слідкувати за правилами, але й всією своєю поведінкою вирішувати також виховні функції;
- 8) систематично судити змагання або приймати участь в тренерській роботі, щоб бути в "суддівській формі".

Спортивний суддя своєю зовнішністю, манерами поведінки, тоном, характером

зауважень повинен виявляти на учасників змагань позитивний вплив. Він повинен бути людиною, яка і поза межами змагань користується авторитетом і повагою.

В залежності від свого досвіду, кваліфікації, здібностей судді по спорту поділяються на наступні категорії;

- суддя по спорту
- суддя першої категорії
- суддя республіканської категорії
- суддя міжнародної категорії

Чим вищі за масштабом змагання і відповідальніші виконуючі функції, тим вища повинна бути його суддівська категорія. Світові рекорди не можуть бути затверджені, якщо ці змагання не обслуговувалися відповідною кількістю суддів міжнародної категорії. Спортивні судді на змаганнях будь-якого масштабу повинні бути одягнені у встановлену форму.

3.5 ПРОГРАМА І ГРАФІК ЗМАГАНЬ

Успішне проведення змагань в більшості залежить від правильно складеної програми і графіку змагань. Програма змагань складається на основі попередніх заявок з врахуванням розміру приміщення (стадіону) місць змагань, відведеного часу і наявності суддівських кадрів. У програмі вказується: час урочистого відкриття змагань, початок ранкових і вечірніх змагань, види вправ, розряди учасників, початок фінальних змагань, час показових виступів, нагородження переможців і закриття змагань. На основі програми змагання та іменних заявок складається графік змагання, у яких вказується час виступу учасників по видах. У фігурному катанні на

ковзанах, спортивній, художній гімнастиці, акробатиці вказується участь у обов'язковій і довільній програмі. Частина змагань, у яких учасники виконують вправи по виду називається зміною. Уміло складений (по часу) графік змагань, сприяє підвищенню результатів учасниками. Кожний учасник, кожна команда, знаючи початок змагань по тому виду, де він або вона (команда) бере участь, може

вчасно зробити розминання, завчасно визначити у яких видах програми він буде брати участь і своєчасно підготуватися до виступу у змаганнях.

У ряді видів спорту, у яких програма містить багато видів (легка атлетика, кульова стрільба та інших), необхідно скласти чіткий розпорядок змагань (порядок і час проведення кожного виду). Дослідження, які були проведені Д.Н.Марковим і С.Л. Аксельродом показали, що існує оптимальна (середня) тривалість виконання спортивної вправи у кожному виді спорту.

Знаючи цей час і кількість учасників, можна досить чітко визначити загальну тривалість проведення змагань по даному виду спорту. Суворі послідовність та чіткість виконання програми і графіку сприяють результатам і успіху змагань.

Є два основних варіанти складання календаря ігор. Перший застосовується тоді, коли черговість зміни ігрових полів не має значення. Таблицю складають для парної кількості команд які приймають участь. При непарній кількості команд в таблицю умовно вписують цифру “0”(табл. 1)

Таблиця 1

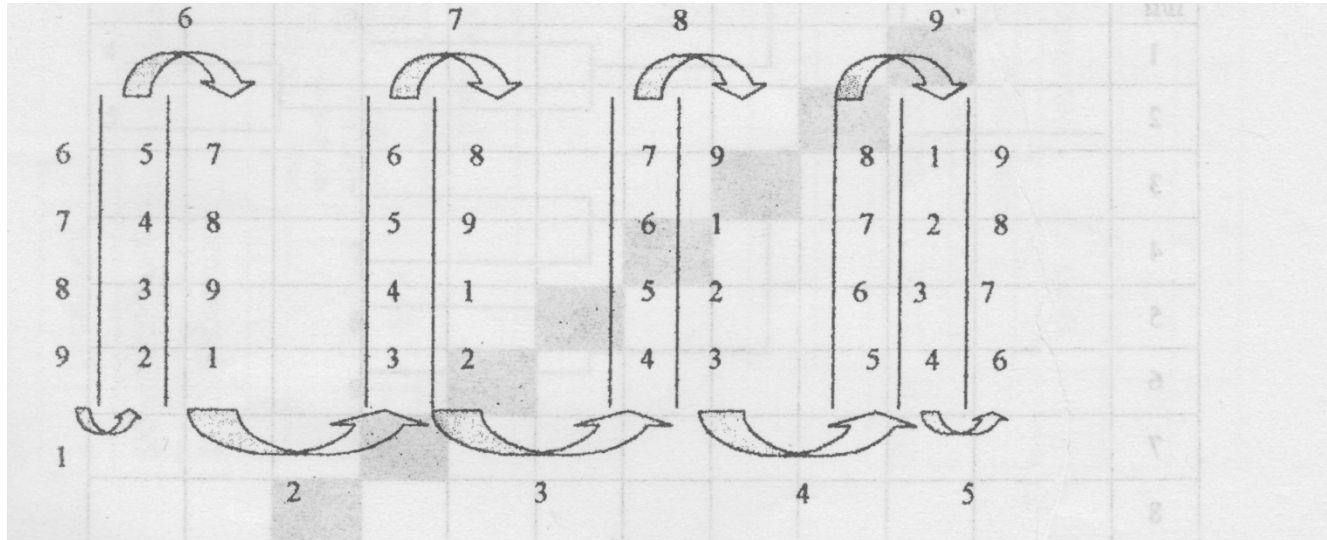
Приблизна форма складання календарних ігор

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день
7 команд						
1-0	1-7	1-6	1-5	1-4	1-3	1-2
2-7	0-6	7-5	6-4	5-3	4-2	3-0
3-6	2-5	0-4	7-3	6-2	5-0	4-7
4-5	3-4	2-3	0-2	7-0	6-7	5-6
8 команд						
1-8	1-7	1-6	1-5	1-4	1-3	1-2
2-7	8-6	7-5	6-4	5-3	4-2	3-8
3-6	2-5	8-4	7-3	6-2	5-8	4-7
4-5	3-4	2-3	8-2	7-8	6-7	5-6

Другий варіант складання календарних ігор передбачає можливість чергування зустрічі на своєму і чужому полі цей варіант отримав назву “змійки”. Таблицю складають з рахуванням непарного числа, які беруть участь у змаганнях, з

гідно з яким креслять кількість вертикальних ліній.

Схема 1



Ігрові пари складають номери, розташовані з обох сторін лінії. Стовпчики утворюють календарний день (табл. 2).

При парній кількості команд додаткову цифру приписують до числа, яке знаходиться над або під вертикаллю. Календар ігор складається по днях, починаючи з вільних номерів, знизу в верх с права наліво.

Таблиця 2

Приблизна форма календарних ігор з чергування полів

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день
1-0	6-0	2-0	7-0	3-0	8-0	4-0	9-0
2-9	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5
3-8	9-3	4-9	1-4	5-1	2-5	2-6	3-6
4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	1-6	7-1	2-7
5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	1-8

Під час проведення змагань підсумки зіграних ігор заносять в спеціальну таблицю (табл.3).

До неї записують результати ігор, кількість набраних очок і оприділяють місце.

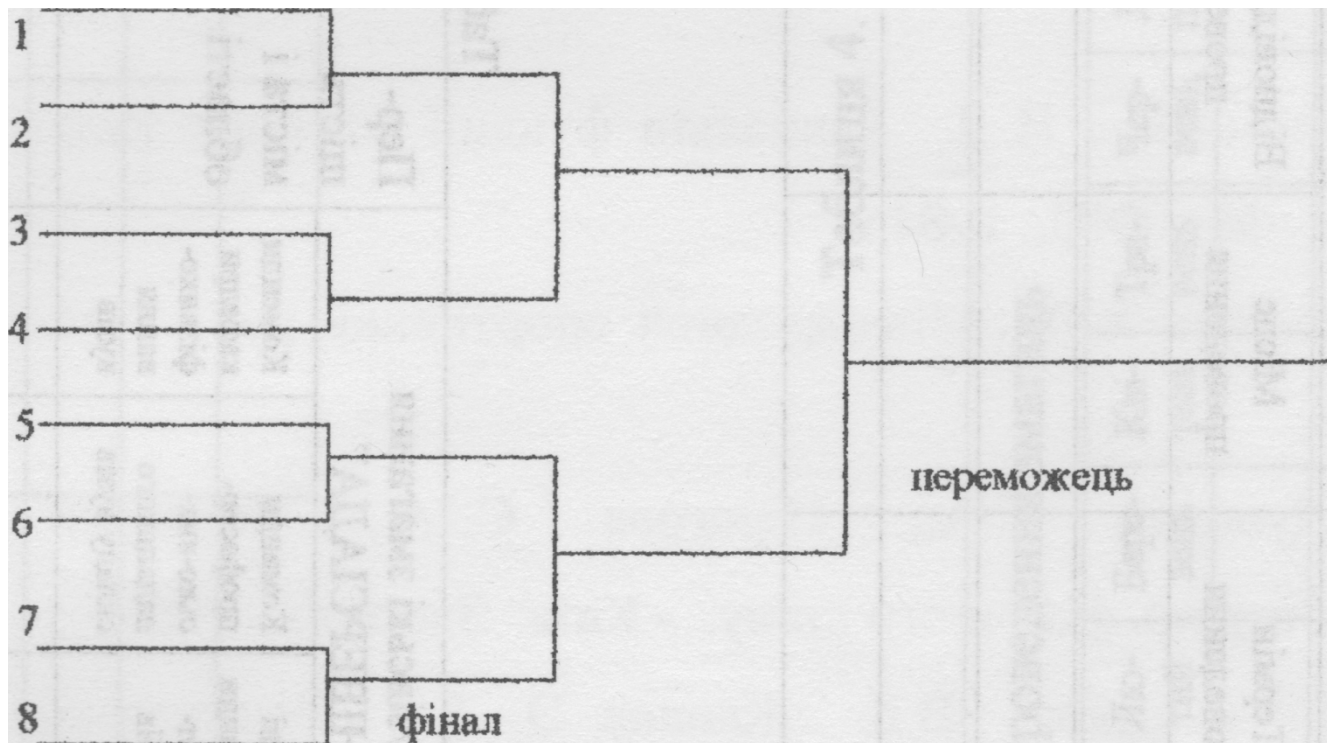
Таблиця 3

Результати першинства ВНЗ по волейболу, баскетболу, футболу, гандболу.

№ п/п	Команди	1	2	3	4	5	6	7	8	Очки	місце
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

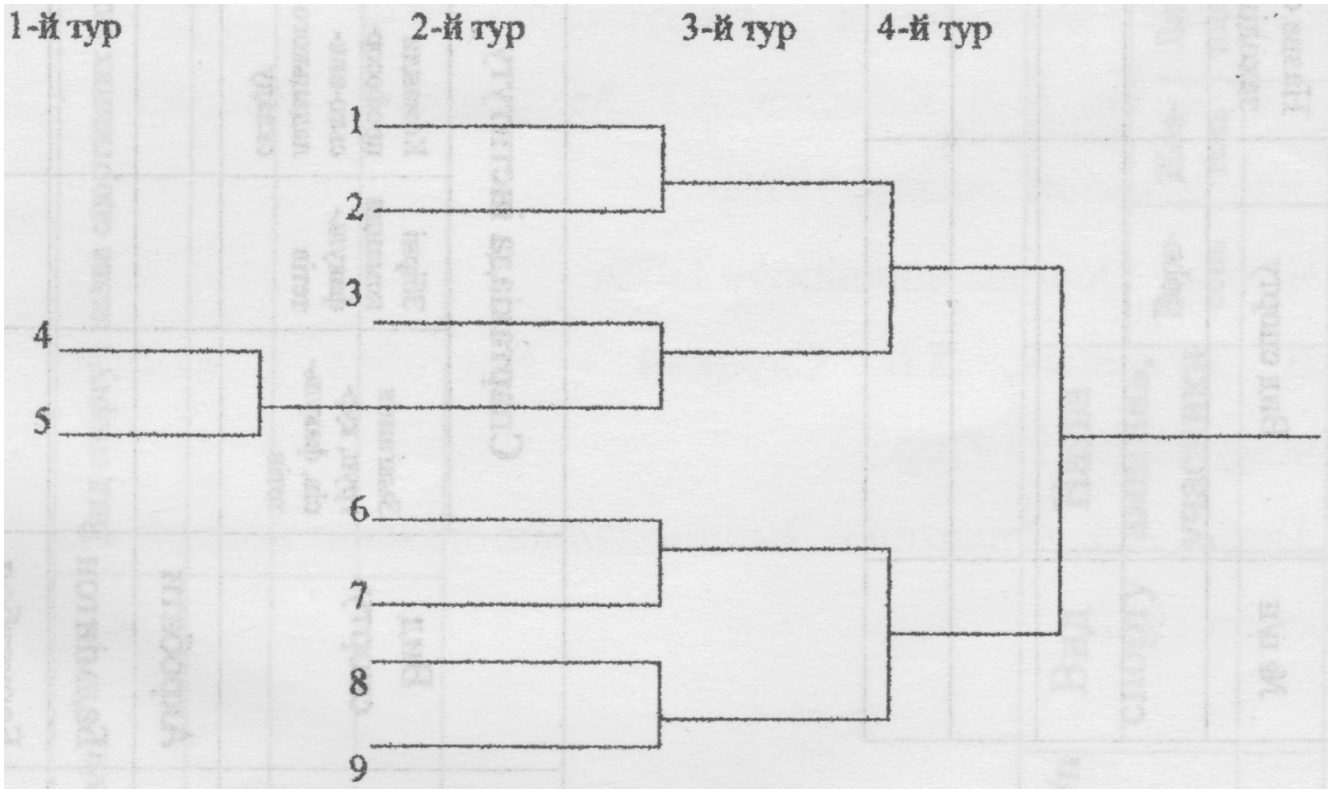
Приклад календаря для восьми команд зображено на схемі 2

Схема 2



В тому випадку коли кількість команд парне, то зверху і знизу в першому турі не грає рівна кількість команд. Якщо не парна, - то знизу не грає на одну команду більше чім зверху (схема 3)

Схема 3



Таблиця 4

№ п/п	Вид спорту	Назва спортивних заходів, учасники	Термін проведення	Місце проведення	Відповідальний за проведення

Таблиця 5

№ п/п	Вид спорту	Спартакіада університету			Міжвузівські змагання "УНІВЕРСІАДА"				Першість міста! області	Спартакіада України
		Змагання груп, курсів, факультетів	Збірні команди факультетів	Команди професорсько-викладацького складу	Команди факультетів вузів	Збірні команди спорт клубів	Команди професорсько-викладацького складу вузів	Команди кафедри фізвиховання вузів		
1.	Акробати									
2.	Бадмінтон									
3.	Баскетбол									

Таблиця 6

№ п/п	Вид спорту і назва спортивних заходів	Дата проведення	Місце проведення	Відповідальний

Таблиця 7

№п/п	Вид спорту	Назва змагань, учасники	Термін проведення змагань											
			Вересень	Жовтень	Листопад	Грудень	Січень	Лютий	Березень	Квітень	Травень	Червень	Липень	Серпень

4. ОРГАНІЗАЦІЯ ЛІКАРСЬКОГО КОНТРОЛЮ

На всіх змаганнях, незалежно від їх масштабу, обов'язково повинен бути лікарський персонал для надання невідкладної допомоги пораненим учасникам змагань, для спостереження за санітарним станом місць змагань і для обслуговування учасників цих змагань.

Для обслуговування спортивних змагань місцевим відділом охорони здоров'я, по заявці залученої організації назначається головний лікар змагань і медичний персонал, відповідно масштабу і виду змагань. Головний лікар змагань входить в склад суддівської колегії на правах замісника головного судді по медичній частині і приймає участь у всій роботі колегії судців.

Головний суддя немає права починати змагання, поки не впевниться в тому, що медичний персонал на місці і готовий до виконання своїх обов'язків. Змагання по велоспорту, лижам, мотоциклетному, автомобільному спорту повинні обслуговуватися руховим пунктом першої медичної допомоги, якщо не надається такої можливості, то пункти медичної допомоги розташовуються на старті і поблизу найбільш небезпечних місць траси.

Порядок організації медичної допомоги встановлюється суддею разом з лікарем, який обслуговує змагання, Всі учасники, судді, представники і тренери команд повинні передчасно знати місця розположення першої медичної допомоги. Суддівська колегія приймає лише заявки, якішують візу /дозвіл/ лікарсько-фізкультурного диспансеру при проведенні великих змагань або візу лікаря при проведенні невеликих змагань /першість колективу фізкультури, спортклубу/.

Рішення лікаря, який не допустив спортсмена до змагань кінцеве і оскарженню не підлягає. У всіх випадках, коли може бути нанесена шкода здоров'ю учасників змагань /у зв'язку з несприятливими змінами погоди, поганим станом місць змагань, несправністю спорудження та інвентарю, невідповідністю одягу, взуття або будь-якими іншими причинами/ лікар зобов'язаний усунути недоліки, а при неможливості цього - може відмінити або перенести змагання на інший термін або в друге місце. Рішення лікаря, яке торкається його компетенції, є для колегії суддів обов'язковим.

Встановлені температурні норми для проведення змагань; їх дотримання є обов'язковим для організаторів і суддів спортивних змагань.

Організатори і судді спортивних змагань повинні прийняти всі міри, щоб зменшити і зовсім передбачити травми і нещасливі випадки на змаганнях. Згідно правил змагань, відповідальність за прийняття мір передбачення нещасливих випадків покладається на організації і суддівські колегії, які проводять дані змагання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бунчук М.Ф. Організація фізичної культури / М.Ф. Бунчук. – М. : ФіС, 1985. – 220 с.
2. Пономарьов Н.І. Соціальні функції фізичної культури і спорту / Н.І. Пономарьов. – М.: ФіС, 1984. – 180 с.
3. Романов А.О. Міжнародний спортивний рух / А.О. Романов. – М.: ФіС, 1983. – 96 с.
4. Душанін С.А. Самоконтроль фізичного стану / С.А. Душанін, Є.А. Пірогова, Л.Я. Іващенко. – К.: Здоров'я, 1985. – 120 с.
5. Мотьшанская В.Е. Двигательная активность – важное условие здорового образа жизни / В.Е. Мотьшанская, З.Я. Каплан, В.К. Велитченко. – М.: ФиС, 1990. – 120 с.
6. Хапко В.Е. Волейбол: учеб. / В.Е. Хапко, В.И. Белорус. – М. : ФиС, 1988. – 180 с.
7. Голомазов В.А. Волейбол у вищому навчальному закладі / В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников. – К.: Вища школа, 1976. – 220 с.
8. Чехов О.М. Основи волейболу / О.М. Чехов. – К. : Вища школа, 1979. – 180 с.
9. Железняк Ю. Д. Волейбол у вищому навчальному закладі / Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слуцький. – К. : Здоров'я, 1976. – 120 с.
10. Филатов А.Т. Эмоционально-волевая подготовка спортсменов / А.Т. Филатов. – М.: ФиС, 1982. – 96 с.

Навчальне видання

Фізичне виховання:

Методичні рекомендації

Укладач: **Петренко** Наталія Валеріївна

Формат 60x84 1/16. Ум. Друк.арк._

Тираж 30 прим. Зам. №_

Надруковано у видавничому відділі

Миколаївського національного аграрного університету

54020. м Миколаїв, вул Паризької Комуни. 9

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК №4490 від 20.02.2013р.

