

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»

Циклова комісія фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« »

2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

для студентів

спеціальності

014 Середня освіта

освітньо-професійної програми

Фізична культура

освітньо-професійного ступеня

фаховий молодший бакалавр

КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Код ЄДРПОУ 45307985
Програма № 3404/25
Інші відділи моніторингу якості освіти
[підпис] [прізвище, ініціали]
20 25 р.

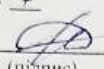
Київ-2025

Розробник: Міняйчук А.С., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

Викладач: Міняйчук А.С., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

Протокол від 05.02. 2025 р. № 7

В.о. голови циклової комісії  Катерина ЗАЄЦЬ
(підпис)

Робочу програму перевірено
_____ 2025 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи  Оксана ГОЛОВЧАНСЬКА

Заступник директор з навчальної роботи  Оксана КАЛАШНИК

Пролонговано:

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни
	денна форма навчання
Вид дисципліни	Обов'язкова
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська
Загальний обсяг кредитів/годин	3/90
Курс	1
Семестр	2
Кількість змістових модулів з розподілом:	3
Обсяг кредитів	3
Обсяг годин, в тому числі:	90
Аудиторні	42
Модульний контроль	6
Семестровий контроль	+
Самостійна робота	42
Семестровий контроль	Залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: формування у студентів компетентностей стосовно загальних закономірностей виникнення, становлення і розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування суспільства.

Завдання:

- 1) формування у студентів здатності розуміти загальні закономірності виникнення та розвитку фізичної культури і спорту з найдавніших часів до наших днів;
- 2) формування у студентів здатності розуміти процес розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства;
- 3) формування у студентів здатності розуміти історію становлення й розвитку гімнастики, спортивних ігор, спорту, ідей і теорій, форм організації та методів в області фізичного виховання.

Дисципліна «Історія фізичної культури і спорту», як обов'язкова компонента освітньої програми, забезпечує оволодіння студентами загальними та фаховими компетентностями і досягнення ними програмних результатів навчання за відповідною освітньо-професійною програмою:

«014 Середня освіта (Фізична культура)» (ОС фаховий молодший бакалавр)

Номер в освітній програмі	Зміст компетентності	Номер теми, що розкриває зміст компетентності
Загальні компетентності за освітньою програмою		
ЗК-1	Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні	1-12
ЗК-2	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя	1-12
ЗК-6	Здатність розуміти сутність і соціальну значущість майбутньої професії, вміти працювати у команді.	1-12
ЗК-7	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях	1-12
Спеціальні компетентності за освітньою програмою		
СК-6	Здатність до формування мотивації та організації пізнавальної діяльності учнів	1-12

СК-10	Здатність до організації процесу навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти	1-12
Результати навчання за освітньою програмою		
РН-3	Розуміє закономірності політичного, економічного, соціального та культурного розвитку України.	1-12
РН-6	Застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей в освітньому середовищі.	1-12
РН-8	Сприяти формуванню мотивації учнів до навчання.	1-12
РН-18	Формувати здатність дбайливо ставитися до здоров'я учнів та власного здоров'я в процесі освітньої діяльності.	1-12

3. Результати навчання за дисципліною

- випускник демонструє знання еволюції виникнення та розвитку засобів, форм, методів, ідей, теорій і систем фізичної культури та спорту;
- випускник демонструє знання сукупності понять, принципів закономірностей, фактів, гіпотез даного курсу;
- випускник демонструє знання проблем та перспектив розвитку фізичної культури і спорту;
- випускник демонструє вміння широко застосовувати теоретичні знання у своїй професійній діяльності;
- випускник демонструє вміння працювати з літературними, методичними, науковими першоджерелами для засвоєння матеріалу;
- випускник демонструє вміння використовувати досягнення науки та практики суміжних областей знань;
- випускник демонструє вміння застосовувати набуті знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту, оцінки спортивних явищ та подій.

4. Структура навчальної дисципліни

№ п/п	Назва змістовних модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт				
			Аудиторна:				Самостійна
			Лекцій	Семінари	Практичні	Лабораторні	
Змістовий модуль І. СВІТОВА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ							
1.	Вступ. Значення, зміст та завдання предмету.	5	2	1			2
2.	Витоки фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві.	6	2	1			3
3.	Фізична культура стародавнього світу.	6	2	1			3
4.	Фізична культура епохи середньовіччя	6	2	1			3
5.	Фізична культура нового часу	7	2	2			3
	Модульний контроль	2					
	Разом за змістовим модулем І	32	10	6			14
Змістовий модуль ІІ. ІСТОРІЯ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ТА ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХІВ							
1.	Олімпійські ігри стародавньої Греції.	8	2	2			4
2.	Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена	8	2	2			4
3.	Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.	6	2	1			3
4.	Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.	6	2	1			3
	Модульний контроль	2					
	Разом за змістовим модулем ІІ	30	8	6			14
Змістовий модуль ІІІ. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ В УКРАЇНІ							
1.	Витоки фізичної культури в Україні	8	2	2			4
2.	Фізична культура та спорт в Україні у ХІХ-ХХ ст.	9	2	2			5
3.	Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.	9	2	2			5
	Модульний контроль	2					
	Разом за змістовим модулем ІІІ	28	6	6			14
	Всього *з урахуванням МКР 6 год.	90	24	18			42

5. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль I.

Світова історія фізичної культури і спорту

Тема 1. Вступ. Значення, зміст та завдання предмету.

Основні поняття / ключові слова: Основні питання / ключові слова: “історія фізичної культури” як навчальна і наукова дисципліна, структура курсу, його зв’язок з іншими предметами, основні терміни і поняття дисципліни та еволюція їх розвитку, періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури.

Рекомендовані джерела

Основна (базова): 1, 2, 3, 4

Додаткова: 1,2

Тема 2. Витоки фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві.

Основні питання / ключові слова: передумови виникнення і розвитку фізичних вправ та ігор у первісному суспільстві, теорії походження фізичної культури.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 1, 2, 3, 4

Додаткова: 5

Тема 3. Фізична культура стародавнього світу.

Основні питання / ключові слова: особливості, провідні форми та суспільне значення фізичної культури стародавнього світу, значення фізичного виховання в житті Стародавньої Греції, зміст античної гімнастики, особливості фізичної культури Стародавнього Риму, особливості фізичної культури у країнах Стародавнього Сходу та Америки.

Рекомендовані джерела

Основна (базова): 1, 2, 3, 4

Додаткова: 4, 6

Тема 4. Фізична культура епохи середньовіччя.

Основні питання / ключові слова: особливості європейської фізичної культури в середні віки, особливості фізичного виховання у середні віки в країнах Сходу. лицарська система фізичного виховання, розвиток фізичної культури серед селян та ремісників-міщан європейських країн, вплив християнської релігії на розвиток фізичного виховання, зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання.

Рекомендовані джерела

Основна (базова): 1, 2, 3, 4

Додаткова: 1,5

Тема 5. Фізична культура нового часу.

Основні питання / ключові слова: передумови формування національних систем фізичного виховання у XVIII-XIX ст., особливості німецької, шведської, французької та сокільської систем фізичного виховання, утворення нових форм та структур фізичного виховання: релігійних, жіночих, робітничих. Скаутський рух.

Рекомендовані джерела

Основна (базова): 1, 2, 3, 4

Додаткова: 5

Змістовий модуль II.

Історія міжнародного Олімпійського та спортивного рухів.

Тема 1. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.

Основні питання / ключові слова: значення спорту у житті античних греків, передумови виникнення Олімпійських ігор у Стародавній Греції, програма, зміст, учасники Олімпійських ігор, спортивні споруди Стародавньої Греції, причини занепаду давньогрецьких Олімпійських ігор.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 2, 3, 4, 5

Додаткова: 3

Тема 2. Відродження Олімпійських ігор сучасності.

Діяльність П'єра де Кубертена.

Основні питання / ключові слова: економічні, політичні та культурні передумови відродження Олімпійських ігор сучасності, спроби відродження Олімпійських ігор, П'єр де Кубертен, його погляди, ідеї та роль у відродженні Олімпійських ігор, перший олімпійський конгрес і його рішення, діяльність О.Бутовського.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 2, 3, 4,

Додаткова: 5

Тема 3. Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.

Основні питання / ключові слова: організація, проведення та значення Ігор I Олімпіади, хронологія та аналіз Олімпійських ігор сучасності, діяльність Міжнародного Олімпійського Комітету та його президентів, олімпійська символіка та атрибутика, "Ода спорту" та її гуманістична цінність, Параолімпійські ігри та їх значення.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 2, 3, 4

Додаткова: 4

Тема 4. Історичні особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.

Основні питання / ключові слова: міжнародний робітничий рух 20-30-х років, регіональні та континентальні ігри як складова частина міжнародного спортивного руху, міжнародний студентський спортивний рух, Універсіади, розвиток не олімпійських видів спорту. проблеми та перспективи розвитку сучасного міжнародного спортивного та олімпійського рухів.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 2, 3, 4,

Додаткова: 3, 5

Змістовий модуль III.

Фізична культура та спорт в Україні

Тема 1. Витоки фізичної культури в Україні.

Основні питання / ключові слова: зародження фізичної культури на українських землях у період первіснообщинного ладу, особливості фізичної культури скіфо-сарматської доби, розвиток фізичного виховання та спорту в античних державах Північного Причорномор'я, значення фізичних вправ у житті стародавніх слов'ян, особливості, провідні форми та напрямки фізичного виховання у Київській Русі, фізична підготовка запорізького козацтва.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 3, 5

Додаткова: 1, 2, 3, 4, 6,

Тема 2. Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст..

Основні питання / ключові слова: історичні передумови розвитку спортивного руху в Україні, особливості розвитку фізичної культури і спорту в Східній Україні у XIX-XX ст., особливості розвитку фізичної культури в Західній Україні (кінець XIX–30-і рр. XX ст.), розвиток спорту за часів УРСР, зародження організаційних, програмно-нормативних та науково-методичних основ системи фізичного виховання.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 3, 5

Додаткова: 1, 2, 3, 4, 6,

Тема 3. Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.

Основні питання / ключові слова: Україна в міжнародному олімпійському русі, виступи українських спортсменів у Олімпійських іграх, створення НОК України та особливості його діяльності, особливості, проблеми та перспективи розвитку спортивного руху в сучасній Україні, кращі спортсмени України.

Рекомендовані літературні джерела:

Основна (базова): 3, 5

Додаткова: 1, 2, 3, 4, 6

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Основними видами оцінювання є: поточне; тематичне; підсумкове за семестр.

Поточне оцінювання здійснюється на всіх етапах навчальної діяльності у формах: опитування студентів на предмет засвоєння навчального матеріалу; тестового контролю, письмових робіт.

Тематичне оцінювання є обов'язковим для кожного розділу, оскільки основною структурною одиницею предмета є тема. Оцінка за тему виставляється шляхом узагальнення поточних оцінок за тему.

6.2. Індивідуальна оцінка.

Рівні навчальних досягнень	Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів за 12-ти бальною шкалою
І. Початковий	1	Здобувач/ка освіти: – розпізнає окремі об'єкти, явища і факти предметної галузі
	2	Здобувач/ка освіти: – розпізнає окремі об'єкти, явища і факти предметної галузі та може фрагментарно відтворити знання про них
	3	Здобувач/ка освіти: – має фрагментарні знання незначного загального обсягу (менше половини навчального матеріалу) за відсутності сформованих умінь та навичок
ІІ. Середній	4	Здобувач/ка освіти: – має початковий рівень знань, значну (більше половини) частину навчального матеріалу може відтворити; – виконує елементарне навчальне завдання із допомогою викладача
	5	Здобувач/ка освіти: – має рівень знань вищий, ніж початковий; – може з допомогою викладача відтворити значну частину навчального матеріалу
	6	Здобувач/ка освіти: – пояснює основні поняття навчального матеріалу; – може самостійно відтворити значну частину навчального матеріалу; – вміє за зразком виконати просте навчальне завдання
	7	Здобувач/ка освіти: – вміє застосовувати вивчений матеріал у стандартних ситуаціях; – може пояснити основні процеси та наводити власні приклади на підтвердження деяких тверджень; – вміє виконувати навчальні завдання передбачені програмою
	8	Здобувач/ка освіти: – аналізувати навчальний матеріал, в цілому самостійно застосовувати його на практиці; – контролювати власну діяльність; – самостійно виправляти вказані викладачем помилки; – самостійно визначати спосіб розв'язування навчальної задачі

	9	Здобувач/ка освіти: – вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; – вміє систематизувати і узагальнювати отримані відомості; – самостійно знаходить і виправляє допущені помилки; – може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання навчального завдання
	10	Здобувач/ка освіти: – володіє міцними знаннями, самостійно визначає проміжні етапи власної навчальної діяльності, аналізує нові факти, явища; – вміє самостійно знаходити додаткові відомості та використовує їх для реалізації поставлених перед ним навчальних завдань, судження його логічні і достатньо обґрунтовані
	11	Здобувач/ка освіти: – володіє узагальненими знаннями з предмета; – вміє планувати особисту навчальну діяльність, оцінювати результати власної практичної роботи; – вміє самостійно знаходити джерела даних і відомостей та використовувати їх відповідно до мети і завдань власної пізнавальної діяльності; – використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях; – вміє виконувати завдання, не передбачені навчальною програмою
	12	Здобувач/ка освіти: – має стійкі системні знання та творчо їх використовує у процесі продуктивної діяльності; – вільно опановує та використовує нові інформаційні джерела для поповнення власних знань та розв'язування задач

6.3. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Завдання для самостійної роботи студентів мають таку структуру:

1. Опрацювання змісту тем за літературою.
2. Виконання завдання (оцінюється в 12 балів).
3. Форма подання результатів виконаного завдання:
документ MS Word, презентація, доповідь.

Критерії оцінювання самостійної роботи:

Кількість балів	Оцінка
10-12	позначена проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему, виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності, під час аналізу зроблені самостійні висновки; тема розкрита повністю
7-9	проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно
4-6	не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу
1-3	є неточності у викладі матеріалу, відсутні логічна послідовність у судженнях, є недоліки в оформленні, тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті роботи

Тематика завдань для самостійної роботи

№	Назва теми	Кількість годин	Бали
1	Джерела вивчення історії фізичної культури і спорту	2	12
2	Теорії походження фізичної культури..	3	12
3	Зміст античної гімнастики.	3	12
4	Лицарська система фізичного виховання.	3	12
5	Міжнародний Сокільський рух	3	12
6	Спортивні споруди Стародавньої Греції	4	12
7	Життя та діяльність П'єра де Кубертена.	4	12
8	Олімпійська символіка та атрибутика.	3	12
9	Роль міжнародного робітничого руху XX ст. для розвитку спорту	3	12
10	Військово-фізична підготовка Запорізького козацтва.	4	12
11	Роль Івана Боберського в розвитку західно-українського спортивно-гімнастичного руху.	5	12
12	Виступи українських спортсменів у Олімпійських іграх	5	12
	Разом	42	

6.4. Модульний контроль

Модульний контроль проводиться у формі тестування. Результати оцінювання навчальних досягнень кожного студента автоматично заносяться до електронного журналу після тестування.

Максимальна кількість балів за контрольний тест - 12 балів.

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи:

<i>Кількість балів</i>	<i>Критерії оцінювання</i>
10 - 12	<i>Відмінний рівень</i> (завдання виконано якісно)
8 - 9	<i>Добрий рівень</i> (завдання виконано якісно з достатньо високим рівнем правильних відповідей)
4 - 7	<i>Задовільний рівень</i> (завдання виконано якісно з середнім показником правильних відповідей)
0 - 3	<i>Незадовільний рівень</i> (завдання не виконано, потребує повторного перескладання)

Форма підсумкового контролю - залік.

Переведення 12-бальної системи оцінювання в 100- бальну систему

Оцінка за 12-бальною шкалою	Рейтингова оцінка	Оцінка за 100-бальною шкалою
12	A	100
11	A	97
10	A	93
9	B	89
8	B	85
7	C	81
6	D	74
5	E	68
4	E	64
3	FX	59
2	F	34
1	F	19

Разом: 90 год., лекції – 24 год., семінарські заняття – 18 год., модульний контроль – 6 год., самостійна робота – 42 год.

І курс												
Модулі	Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2				Змістовий модуль 3		
Назва модуля	СВІТОВА ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ					ІСТОРІЯ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ТА ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХІВ				ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ В УКРАЇНІ		
Лекції	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3
Теми лекцій	Вступ. Значення, зміст та завдання предмету.	Витоки фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві.	Фізична культура стародавнього світу.	Фізична культура епохи середньовіччя	Фізична культура нового часу	Олімпійські ігри стародавньої Греції.	Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена	Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.	Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.	Витоки фізичної культури в Україні	Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст.	Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.
Теми семінарських занять	Вступ. Значення, зміст та завдання предмету.	Витоки фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві.	Фізична культура стародавнього світу.	Фізична культура епохи середньовіччя	Фізична культура нового часу	Олімпійські ігри стародавньої Греції.	Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена	Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.	Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.	Витоки фізичної культури в Україні	Фізична культура та спорт в Україні у XIX-XX ст.	Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.
Самостійна робота	12											
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (12 балів)					Модульна контрольна робота (12 балів)				Модульна контрольна робота (12 балів)		
ПК	ЗАЛІК											

8. Рекомендована література

Основна

1. Бакіко І. В., Дмитрук В. С. Історія фізичної культури. – Луцьк : Луцький інститут розвитку людини університет «Україна», 2013. – 90 с
2. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика. -Київ : Олімпійська література, 2009. - 279 с Історія фізичної культури. Навчальний посібник/ Пангелова Н.Є. –Київ.:Освіта України, 2019р. - 288с.
3. За заг. ред.. В. О. Огнев'юк Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи. - Київ : Київ ун-т ім. Б. Грінченка, 2017. - 272 с.
4. Історія фізичної культури на різних етапах розвитку суспільства (частина II) : навчально - методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів усіх спеціальностей / С. В. Хоменко, Т.О. Гриб, Т. Г.Клименченко // – Суми: 2019. – 105 с. с.
5. Історія фізкультурно-спортивного руху: методичні рекомендації / І.В. Іваній. – Суми: СДПУ імені А.С. Макаренка, 2018. – 141 с.

Додаткова

1. Вацеба О. М. Нариси з історії західноукраїнського спортивного руху / О. М. Вацеба. – Івано-Франківськ : Лілея - НВ, 1997. – 232 с.
2. Войтович В. Міфи та легенди давньої України. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – 392 с.
3. Золоті сторінки олімпійського спорту України /За ред. І. Федоренка. - Київ: Національний олімпійський комітет України, Олімпійська література НУФВСУ, 2000.
4. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України / Т. Каляндрук. – Львів : ЛА “Піраміда”, 2003. – 275 с.
5. Мандзяк О.С. Воїнсько-фізичне виховання аріїв. Народні ігри в практиці українських бойових мистецтв / О. С. Мандзяк. – Тернопіль : Мандрівець, 2007. – 208 с.
6. Олімпійська хартія: Міжнародний олімпійський комітет. Перше офіційне видання / Переклад В. Кулика, В. Геращенко, В. Снегірьова. – Київ. : Олімпійська л-ра, 1999. – 96 с.

Інформаційні ресурси

1. <http://noc-ukr.org/>
2. <https://mon.gov.ua/ua>
3. <https://olympics.com/ioc/overview>

