

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ДІЯМ УЧНІВ 10-12
РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ У ШКІЛЬНІЙ СЕКЦІЇ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ»

Виконав: студент 2 курсу, групи FK1-M18
спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура) заочної форми навчання
Костенко Марія Василівна
Керівник: Зубаль М. В., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент
Рецензент: Бабюк С.М., кандидат педагогічних
наук, доцент

Кам'янець-Подільський – 2019 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 АНАЛІЗ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ З ПРОБЛЕМИ, ЯКА ДОСЛІДЖУЄТЬСЯ	7
1.1 Аналіз підходів до визначення поняття «технічна підготовка»	8
1.2 Роль тактичної підготовки у навчально-тренувальному процесі учнів, що займаються боротьбою	17
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	25
2.1 Методи дослідження	25
2.2 Організація дослідження	27
РОЗДІЛ 3 МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ І ТАКТИКИ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ УЧНІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ У ШКІЛЬНІЙ СЕКЦІЇ	28
3.1 Аналіз тренувальної діяльності борців	28
3.2 Формування техніки вільної боротьби в учнів, які займаються у шкільній секції	41
3.3 Ігровий метод в навчанні техніки і тактики вільної боротьби школярів	44
3.4 Навчання учнів варіативному виконанню техніко-тактичних дій	53
3.5 Навчання школярів амплітудним кидкам	59
РОЗДІЛ 4 АНАЛІЗ ТА ОБГОВОРЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ	67
4.1 Методика початкової техніко-тактичної підготовки учнів 10-12 років	67
4.2 Експериментальне обґрунтування розробленої методики навчання техніко-тактичним діям школярів	71

	3
ВИСНОВКИ	75
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	78
ЛІТЕРАТУРА	79

ВСТУП

Актуальність дослідження. Методика початкової техніко-тактичної підготовки учнів, які займаються у шкільній секції з боротьби повинна удосконалюватися на основі дослідження змагальної діяльності і майстерності провідних спортсменів, тобто з дотриманням принципу первинності змагань і вторинності тренувального процесу [76, с. 53-54; 79, с. 27-28].

Останніми роками відбуваються істотні зміни в змісті поєдинку змагань, регламенті змагань, змінилися уявлення про методику підготовки висококваліфікованих спортсменів. Так, в сучасній боротьбі скоротився час сутички, процес сутички почав проходити активніше і агресивніше. Це вимагає від школярів якнайшвидшого вирішення техніко-тактичних завдань і застосування ефективних атакуючих комбінаційних дій. Разом з тим, спостерігаються і негативні тенденції: звуження технічного арсеналу змагань і збіднення тактики поєдинків.

Крім того, на думку провідних фахівців, існуюча методика навчання все ще недостатньо враховує вимоги сучасної боротьби [50, с. 108-109; 76, с. 111-112].

Це негативно позначається на зростанні спортивної майстерності учнів, які займаються у шкільній секції з боротьби і визначає актуальність даного дослідження.

Мета дослідження. Вдосконалення методики техніко-тактичної підготовки учнів, які займаються у шкільній секції з вільної боротьби.

Завдання дослідження.

1. Проаналізувати підходи до визначення понять «технічна підготовка», «тактична підготовка».

2. Розробити методику навчання учнів 10-12 років техніки і тактики вільної боротьби на основі ігрового та варіативного методу.

3. Експериментально визначити ефективність розробленої методики навчання учнів середнього шкільного віку техніки вільної боротьби.

Об'єкт дослідження. Навчально-тренувальний процес учнів 10-12 років, які займаються боротьбою.

Предмет дослідження. Засоби і методи навчання школярів, які займаються у секції з вільної боротьби.

Теоретико-методологічною основою дослідження є:

1) праці в області теорії і методики фізичної культури і спорту, зокрема по проблемах навчання і вдосконалення (Матвеев Л.П., 1976-2005; Платонов В.Н., 1986-2004; Новіков А.А., 1976-2003; Блєєр А.Н., Ігуменова Л.А., 1999; Калмиків С.В., 1994-2007; Шахмурадов Ю.А., 1997; Семенов А.Г., Прохорова М.В., 2005; Гожін В.В., Малков О.Б., Блєєр А.Н., 2005; Шуліка Ю.А., 2004, 2006; Гаськов А.В., 1999-2005; Дашиноубоев В.Д., 1999-2000; Балдаєв К.В., 1986; Грузних Г.М., 1987; Туманян Г.С., 2000; та інші);

2) праці, що розкривають теоретико-методологічні основи вдосконалення підготовки спортсменів на основі аналізу і синтезу досягнень культур Сходу і Заходу у сфері фізичного виховання і спорту (Калмиків С.В., 1989-2007).

Наукова новизна і теоретична значущість дослідження полягають в наступному:

- висвітлено вплив правил змагань на змагальну діяльність у спортивній боротьбі і виявлено тенденції її розвитку, які обумовлені необхідністю підвищення якості та тривалості, що полягає в скороченні, і зростанні інтенсивності сутичок, зміні структури арсеналу змагальних техніко-тактичних дій, формули поєдинків і регламенту змагань;

- теоретично обґрунтована необхідність і напрями вдосконалення методики техніко-тактичної підготовки учнів 10-12 років, які займаються у секції з боротьби.

В цілому отримані дані доповнюють знання в області теорії і методики фізичного виховання і спорту.

Практична значущість. Висновки і основні положення дослідження спрямовані на підвищення якості підготовки учнів, які займаються боротьбою. Безпосереднє практичне значення полягає в розробці і впровадженні теоретично обґрунтованої і експериментальної методики навчання учнів технічних і тактичних дій у боротьбі, яка може бути застосована у практиці роботи шкільних секцій.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 24 квітня 2019 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 86 сторінках, з яких 78 основного тексту, що містить 6 таблиць. Дипломна робота складається з вступу, чотирьох розділів, висновків, практичних рекомендацій та зі списку 80 використаних літературних джерел.

ВИСНОВКИ

Всебічна фізична підготовка є основною передумовою навчання й тренування в будь-якому виді спорту. Головна мета спеціальної фізичної підготовки на секційних заняттях з боротьби — вдосконалення тих якостей, які потрібні для успішного проведення навчальних поєдинків, передбачених комплексною програмою підготовки до змагань.

Отже, засобами виховання спеціальних якостей борця треба вважати вправи, які сприяють формуванню і вдосконаленню навичок у виконанні елементів боротьби. Рівень розвитку рухових якостей значною мірою визначає тактико-технічну підготовку борця, стиль і характер борцівського поєдинку. Огляд науково-методичної літератури свідчить про те, що дане питання розглядалося багатьма авторами. Це дозволяє нам порівняти та виділити найголовніші (наїефективніші) методи навчання з учнями-початківцями у вільній боротьбі.

1. Аналіз науково-методичної літератури, документальних джерел показав, що численні зміни правил привели до значного скорочення технічного арсеналу борців. Найчастіше виконуваними техніко-тактичними діями є кидки, перекиди, звалювання і збиття, пов'язані із захопленнями ніг, а також перевороти накатом.

На наш погляд, саме захоплення визначає тип обертання і є початком проведення прийому. При ефективності основних захоплень прийоми реалізуються високими балами або перемогою на туше.

У програмі пропонується для вивчення щорічно по 6 атакуючих дій у стійці і партері. Таким чином, за 3 роки навчання школярі повинні оволодіти вісімнадцятьма такими прийомами. Слід зазначити що в навчально-тренувальному процесі освоювати прийом необхідно одночасно із способами тактичної підготовки і розглядати їх як єдина ціла дія.

Прийоми розглядаються нами по фазах не випадково. При аналізі виконуваної учнем атакуючої дії, вчителів легко знайти помилки в його структурі, а саме: від початкового положення до захоплення, від захоплення до початку атаки, від початку атаки до підведення власної опори під загальний центр маси суперника, від підведення власної опори під загальний центр мас до відриву, від відриву до перекидання (приземлення). Такий підхід дозволяє оптимізувати процес навчання, тим самим, підвищуючи ефективність управління ним.

Особливостями змагальної діяльності сучасної вільної боротьби є підвищення активності і інтенсивності поєдинків, зростання ролі кожного виграного балу, підвищення вимог до надійності техніко-тактичних дій.

Водночас у літературі недостатньо уваги приділяється методиці навчання техніки і тактики вільної боротьби школярів.

2. На основі виявлення особливостей змагальної діяльності розроблена методика техніко-тактичної підготовки учнів, які займаються у шкільній секції з боротьби. Вона включає навчання техніки вільної боротьби, застосування ігрового методу і формування варіативного рухового навичку .

3. В результаті досліджень встановлена достатньо висока ефективність розробленої методики навчання учнів техніки вільної боротьби. Так, учні експериментальної групи продемонстрували різноманітніший технічний арсенал базової техніки боротьби в умовах змагань ($P < 0,05$). Крім того, в цій групі кількість балів, набраних в одній сутичці, склало 11,4 балу, а в контрольній - 7,1 балу ($P < 0,05$). При цьому якість виграних балів в експериментальній групі значно вища ($P < 0,05-0,001$).

За даними експертних оцінок, навички і уміння ведення одноборства в експериментальній групі значно вищі. Учні експериментальної групи продемонстрували різноманітніші варіанти виконання техніко-тактичних дій, більшу кількість способів тактичної підготовки і завершення атаки.

Учні експериментальної групи провели більшу кількість сутичок, оскільки вони виступили значно краще. У їх групі 2 переможці, 2 других і 3

третіх призера. У контрольній групі - поодинці 1 переможцеві, другому і третьому призерові.

Таким чином, результати експериментального дослідження свідчать про достатньо високу ефективність розробленої методики навчання техніко-тактичним діям учнів з урахуванням вимог змагальної діяльності сучасної вільної боротьби, що дозволяє рекомендувати її для застосування у практику роботи шкільних секцій.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

1. Слід щорічно вивчати по 6 базових атакуючих дій в стійці і партері. Таким чином, за 3 роки навчання учні оволодівають 18-у прийомами. В навчально-тренувальному процесі прийом освоюється одночасно із способами тактичної підготовки. Власне навчанню відводити 20-30 хвилин 3 рази на тиждень. Річний об'єм при цьому складає 50 годин.

Періодично проводиться оцінка школи боротьби, коли учасники демонструють техніку прийомів і їх різноманітність.

2. В процесі навчання техніці вільної боротьби слід використовувати національні види боротьби, зокрема російську боротьбу «в сутичку» і бурятську «Бухе барилдаан», які за об'ємом дозволених технічних дій доповнюють один одного.

3. Реалізацію варіативного підходу слід здійснювати по 2 основних напрямках: перше передбачає формування обмеженого кола прийомів (1-2) з достатньо великою кількістю входів - способів тактичної підготовки (до десяти і більш); другий напрям характеризується формуванням цілого комплексу прийомів з одним загальним початком.

4. При вивченні високоамплітудних прийомів виконувати 20-40 повторень на 20-25 заняттях. Їх кількість в кожен конкретний момент залежала від функціональних можливостей організму, підготовленості, стажу занять, віку, цілей і завдань. Прийом виконується по черзі протягом 20-30 хвилин.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аліханов І. І., Шахмурадов Ю. А. Тактика вільної боротьби. Спортивна боротьба: Щорічник. М., 1985. С.30-33.
2. Аліханов І. І. Техніка і тактика вільної боротьби. 2-е вид. М.: Фізкультура і спорт, 1986. 304 с.
3. Бардамов Г. Б., Балдаєв К. В. Методика навчання технічним елементам базової техніки вільної боротьби: метод. рекомендації. Улан-Уде, 1990. 36 с.
4. Бардамов Г. Б. Вміст і методика викладання базової техніки вільної боротьби в інститутах фізичної культури: Автореф. дис. ...канд. пед. наук.- М., 1991. 19 с.
5. Бардамов Г. Б., Балдаєв К. В., Іванов В. Н. Проблеми дозволу техніко-тактичної підготовки борців у вільній боротьбі. Питання теорії і практики фізичної культури і спорту. Улан-Уде, 1996. С. 9-11.
6. Бардамов Г. Б., Балдаєв К. В., Іванов В. Н. Систематизація тактики вільної боротьби. Питання теорії і практики фізичної культури і спорту. Улан-Удэ, 1996. С. 11-13.
7. Бардамов Г. Б., Балданов В. Ж., Батуєва С. Б. Особливості взаємовідношення в системі "суб'єкт-суб'єкт" спортивного одноборства. Актуальні проблеми формування фізичної культури молоді, що вчиться: Межвуз. сб. науч. праць. Улан-Удэ, 1998. С.22-28.
8. Блеер А.Н., Игуменова Л.А. Как повысить соревновательную надежность высококвалифицированных борцов. Теория и практика физической культуры. 1999. №2. С. 53-54.
9. Верхошанський Ю. В. Основи спеціальної силової підготовки в спорт. М.: Фізкультура і спорт, 1977. 216 с.
10. Верхошанський Ю. В. Програмування й організація тренувального процесу. М.: Фізкультура і спорт, 1985. 176 с.

11. Галковський Н. М., Шахмурадов Ю. А. Перебудувати методика початкового навчання у вільній боротьбі. Спортивна боротьба: Щорічник. М., 1981. С. 3-8.
12. Галковський Н. М. Досвід тактичної майстерності молодим борцям //спортивна боротьба: Щорічник. М., 1985. С.27-30.
13. Грузных Г.М. Классическая борьба: Формирование основ ведения единоборства. Омск: ОГИФК, 1987. 64 с.
14. Гулгенов Ц. Б., Сагалєєв А. С., Балдаєв К. В. Тренування борців вільного стилю (вузлові питання підготовки спортсменів різної кваліфікації). Улан-Уде: вид. в Буряць, 2001. 144 с.
15. Дементьев В.Л., Малков О.Б. Структуризация конфликта поединка в спортивных единоборствах. Теория и практика физической культуры. 1986. №10. С.37-39.
16. Дементьев В.Л. Теоретические основы методики тактико-технической подготовки тренеров по борьбе. Теория и практика физической культуры. 1999. №2. С.51-52.
17. Демин В.А. Методологические вопросы исследования спорта в аспекте теории деятельности: Автореф. дис. ...канд. пед. наук. М., 1975. 25 с.
18. Демин В.А., Пилюян Р.А., Седлов В.С. Деятельностный анализ борцовских поединков. Спортивная борьба: Ежегодник. М., 1979. С.60-65.
19. Джапаралиев В.Т. Индивидуализация тактической подготовки борцов в связи с особенностями соревновательной деятельности: Автореф. ...дис. канд. пед. наук. М., 1983. 22 с.
20. Івльов В. Г., Петрунев А. А., Акопян А. О. Особливості майстерності борців високої кваліфікації залежно від рухових здібностей //спортивна боротьба: Щорічник. М., 1983. С.78-81.
21. Івльов В. Г., Петрунев А. А. Проблеми уніфікації показників техніко-тактичної підготовленості борців класичного стилю. Спортивна боротьба: Щорічник. М., 1984. С.74-76.

22. Калмиків С. В., Сагалєєв А. С., Павлов А. Е. та ін. Психолого-педагогічні аспекти вдосконалення тактики змагання діяльності борців. Захід-схід: Проблеми фізичної культури і спорту. Улан - Удэ, 1998. Вып. 1. С. 133-143.

23. Калмиков С. В., Сагалєєв А. С., Павлов А. Е. та ін. Методика структурно-сміслового аналізу діяльності змагання борців. Актуальні проблеми формування фізичної культури молоді: Межвуз. сб. наук. праця. Улан-Удэ, 1998. С.70

24. Калмиків С. В., Сагалєєв А. С., Павлов А. Е. та ін. Порівняльний аналіз змагальної діяльності представників бурятської і західних шкіл вільної боротьби. Актуальні проблеми формування фізичної культури молоді: Межвуз. сб. науч. праць. Улан-Удэ, 1998. С. 80-85.

25. Калмиків С. В., Чимітова С. Ц., Сагалєєв А. С. Етнопсихологічні особливості як чинник підвищення ефективності змагальної діяльності борців. Захід-схід: Проблеми фізичної культури і спорту. Улан-Удэ, 1998. Вып. 1. С.48

26. Калмиків С. В., Сагалєєв А. С. Тактика змагальної діяльності борців (педагогічні і етнопсихологічні аспекти). Улан - Уде: Вид-во Буряць, 2000. 151 с.

27. Калмиків С. В., Сагалєєв А. С., Будаєв Б. Д., Батуєв А. І. Підготовка кваліфікованих спортсменів в боротьбі. Улан-Удэ: Вид. Буряць, держ. ун-та, 2005. 130 с.

28. Калмиків С. В., Сагалєєв А. С. Дагбаєв Б. В. Діяльність змагання в спортивній боротьбі. Улан-Уде: Вид-во Буряць, держ. ун-та, 2007. 204 с.

29. Калмыков СВ., Балдаев К.В., Павлов А.Е. и др. Индивидуализация подготовки юных борцов. Тезисы докладов X Всесоюзной научно-спортивных резервов" (Москва, 21-24 октября 1985 г.). М., 1985. С. 107-109.

30. Келлер В. С. Діяльність спортсменів у варіативних конфліктних ситуаціях практической конференции "Программно-методические основы подготовки. Київ: Здоров'я, 1977. 179 с

31. Колосов В.В. Обучение тактике. Спортивная борьба: Ежегодник. М., 1984. С. 17-20.
32. Косой Э.Б., Турецкий Б.В. Особенности применения способов тактической подготовки в вольной борьбе. Спортивная борьба: Ежегодник.- М., 1986. С. 29-31.
33. Купцов А.П. Механизмы эффективности и методики обучения сложным тактико-техническим действиям в спортивной борьбе: метод. разраб. М., 1973. 37 с.
34. Ленц А.Н. Тактика в спортивной борьбе. М.: Физкультура и спорт, 1967. 152 с.
35. Ленц А.Н. Тактика спортивной борьбы. Спортивная борьба /Под ред. А.П.Купцова. М.,1978. С. 251-266.
36. Малков О.Б. Основы тактики борьбы с позиции теории конфликтной деятельности. Теория и практика физической культуры, 1999. №2. С. 45-50.
37. Малков О. Б. Основи тактики боротьби з позиції теорії конфліктної діяльності. Теорія і практика фізичної культури, 1999. №2. С. 45-50.
38. Маміашвілі М. Г. Сучасні тенденції розвитку греко-римської боротьби . Теорія і практика фізичної культури, 1998. № 5. С. 23.
39. Мартемьянов Ю. Г., Габов М. В. Техніко-тактична майстерність борців і видовище спортивних поєдинків. Теорія і практика фізичної культури. 2005. №5. С. 29.
40. Матвеев Л. П. Загальна теорія спорту і її прикладні аспекти. 4-е видавництво, випр. і доп. СПб.: Вид-во «Лань», 2005. 384 с.
41. Матвеев Л.П. Спортивная тренировка. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Л.П.Матвеева и А.Д.Новикова. 2-е изд. М.: Физкультура и спорт, 1976. С. 5-38.
42. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: Физкультура и спорт, 1977. 271 с.

43. Міжнародні правила боротьби греко-римської, вільною, жіночою і пляжною. [Пер. Л. Куракіна]. Ред. Н. Журулі. Лозанна. 2005. 80 с.
44. Міндіашвілі Д. Г. Управління процесом формування спортивної майстерності кваліфікованих борців: Автореф. дис. ...д-ра пед. наук. СПб, 1996. 44 с.
45. Міндіашвілі Д. Г., Подліваєв Б. А. Планування підготовки кваліфікованих борців: метод. рекомендації. М., 2000. 32 с.
46. Міндіашвілі Д. Г., Невретдінов Ш. Т., Подліваєв Б. А. Методичні основи підготовки російських спортсменів до XXVII Олімпійських ігор 2000 року в м. Сідней (Австралія) по вільній боротьбі. М.: Фізкультура, освіта і наука, 1997. 60 с.
47. Матвеев Л. П. Основи спортивного тренування. М.: Фізкультура і спорт, 1977. 271 с.
48. Міндіашвілі Д. Г., Невретдінов Ш. Т., Подліваєв Б. А., Дмитрієв Р. М. Підсумки виступу збірної команди Росії по вільній боротьбі в 1999 році: Метод. рекомендації. М., 2000. 48 с.
49. Новіков А. А. Система тренування у зв'язку з вимогами діяльності змагання. Міжнар. наук.-метод. конф. по спорт, боротьбі (Красноярськ, 27 серпня 1997 року). Красноярськ, 1997. С.48-54.
50. Новіков А. А. Методологія техніко-тактичної майстерності спортсменів (на прикладі боротьби). М.: Улан-Удэ: Вид-во БГУ, 1998. 220 с.
51. Новіков А.А. Особенности двигательных навыков в борьбе. На борцовском ковче: Ежегодник. М.,1966. С. 26-52.
52. Новіков А.А., Дахновский В.С., Рамазанов А.Ш. Проблема индивидуализации тактической подготовки борцов. Теория и практика физической культуры, 1987. № 2. С. 36-37.
53. Олзоев К.С. Стратегия и тактика спортивной борьбы. Улан- Удэ: Бурят, кн. изд-во, 1993. 111 с.
54. Олзоев К.С. Тренировка в спортивной борьбе. Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ, 1999. 152 с.

55. Петров Р. Стратегия и тактика на борбата. София, 1969. 207 с.
56. Пилюян Р. А., Шахмурадов Ю. А. Рухова структура спортивної боротьби з погляду теорії діяльності. Теорія і практика фізичної культури. 1997. №3. С. 5-8.
57. Платонов В. Н. Підготовка кваліфікованих спортсменів. М.: Фізкультура і спорт, 1986. 286 с.
58. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. М.: Олімпійська література, 2004. 808 с.
59. Подліваєв Б. А. Моделювання тренувальних завдань в спортивній боротьбі. Теорія і практика фізичної культури. 1999. №2. С. 55-58.
60. Подліваєв Б. А., Міндіашвілі Д. Г., Грузних Г. М., Купців А. П. Боротьба вільна: Зразкова програма для системи додаткової освіти дітей: дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву і училищ олімпійського резерву. М.: Радянський спорт, 2003. 216 с
61. Преображенский С.А. Борьба – занятие мужское. М.: Физкультура и спорт, 1983. 280 с.
62. Родіонов А. Б. Особливості оперативних (тактичних) рішень в спорті. Всеросійському науково-дослідному інституту фізичної культури і спорту 60 років: Зб. наук. праць. М., 1993. С. 324-333.
63. Родионов А. В. Спортсмен прогнозирует решение. М.: Физкультура и спорт, 1971. 72 с.
64. Сагалеев А. С. Система організаційно-педагогічних заходів щодо орієнтації і відбору школярів для занять спортивною боротьбою. Проблеми розвитку фізичної культури і спорту в умовах Сибіру і Крайньої Півночі: Зб. наук. статей. Омськ, 1995. С.151-152.
65. Сагалеев А.С. Система организационно-педагогических мероприятий по ориентации и отбору школьников для занятий спортивной борьбой. Проблемы развития физической культуры и спорта в условиях Сибири и Крайнего Севера: Сб. науч. статей. Омск, 1995. С.12-15.

66. Сагалєєв А. С. Тактика діяльності змагання у зв'язку з етнопсихологічними особливостями борців вільного стилю: дис. ...канд. пед. наук. Улан-Удэ, 1998. 214 с.
67. Саганов О.Н. Методика обучения слитным атакующим технико-тактическим действиям борцов вольного стиля: Автореф. дис. ...канд. пед. наук. Улан-Удэ, 2003. 20 с.
68. Станков А.Г., Климин В.П., Письменский И.А. Индивидуализация подготовки борцов. М.: Физкультура и спорт, 1984. 240 с.
69. Толочек В.А., Шулика Ю.А., Горская Г.Б. Индивидуальный подход в обучении. Спортивная борьба: Ежегодник. М., 1981. С. 53-55.
70. Торопін Г. І. Щоб залишатися сильними (проблеми підготовки резервів). Спортивна боротьба: Щорічник. М., 1984. С. 41-43.
71. Туманян Г. С. Спортивна боротьба. Том 2. Кінезіологія і психологія. М.: Советский спорт, 1998. 280 с.
72. Туманян Г. С. Спортивна боротьба. Том 3. Методика підготовки. М.: Советский спорт, 1998. 400 с.
73. Чесноков Б.М. Спортивная борьба. М.: «Физкультура и спорт», 1954. 420 с.
74. Чумаков Е. М. Масштаби діяльності змагання борця. Теорія і практика фізичної культури. 1999. № 2. С. 16-20.
75. Чумаков Е. М. Борьба. Тактика спортивной борьбы: лекция для студентов-заочников IV курса. М., 1974. 28 с.
76. Шахмурадов Ю. А. Вільна боротьба: Науково-методичні основи багаторічної підготовки борців. М.: Вища школа, 1997. 189 с.
77. Шуліка Ю. А. До питання про ефективність моделювання в спортивній боротьбі. Зб. наук. праць присвяч. 25-літтю КГАФК. Краснодар. 1994. С. 186-191.
78. Шуліка Ю. А., Іванов І.І., Кузнецов А.С., Самургашев Р.В. Греко-римська боротьба: Підручник для СДЮШОР, спорт, фак-тів пед. ін-тів, техн. і училищ Олімп. резерву. Ростов на Дону: «Фенікс», 2004. 800 с.

79. Юшков О. П., Шпанов В. І. Спортивна боротьба. М., 1999. 70 с.

80. Яригін І. С., Юшков О. П., Дякин А. М., Онопко В. М. Основні організаційно-методичні принципи підготовки радянських борців по вільній боротьбі до XXV Олімпійських ігор: методичні рекомендації. М., 1989.