

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: **«ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ЮНИХ БОРЦІВ
ГРЕКО-РИМСЬКОГО СТИЛЮ»**

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS1-M21
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Лю Максим Володимирович

Керівник: **Скавронський О. П.**,
кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент

Науковий консультант: **Гуска М. Б.**,
кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент

Рецензент: **Зубаль М.В.**, кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИМ ДІЯМ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ У ГРЕКО-РИМСЬКІЙ БОРОТЬБІ	7
1.1. Психофізіологічні особливості спортсменів 10-12 років	7
1.2. Формування інтересу дітей та молоді до занять греко-римською боротьбою	12
1.3. Загальна характеристика тактики у греко-римській боротьбі	16
1.4. Особливості тактики боротьби з різними стилями.....	19
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	22
2.1. Методи дослідження	22
2.2. Організація дослідження	23
РОЗДІЛ 3. ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ТЕХНІКО- ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ У ГРЕКО-РИМСЬКІЙ БОРОТЬБІ.....	25
3.1. Зміст та послідовність техніко-тактичної підготовки борців	25
3.2. Методичні прийоми навчання техніко-тактичним діям у греко- римській боротьбі на етапі спортивної спеціалізації	38
3.3. Аналіз результатів експериментальної роботи	47
ВИСНОВКИ	53
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	56

ВСТУП

Актуальність теми полягає в застосуванні техніко-тактичних дій у змагальній діяльності в спортивній школі з греко-римської боротьби багато в чому визначається рівнем наукової обґрунтованості методів фізичної підготовки. Розробка самих методів неможлива без знань характеру розвитку основних фізичних якостей залежно від багатьох факторів, але особливо рухової активності юних спортсменів.

Технічна підготовка спортсмена – процес навчання його основам техніки змагальних дій, або дій, що служать засобами тренування, а також удосконалення обраних форм спортивної техніки. Як і будь-яке доцільне навчання, технічна підготовка спортсмена є процес управління формуванням знань, умінь і навичок (у разі застосування техніки рухових дій). На неї поширюються загальні принципи дидактики та дидактичні положення методики фізичного виховання [6, с. 106-108; 8, с.26-35].

За даними спостережень та досліджень науковців необхідно приділити більше уваги технічній підготовці на початковому етапі тренувального процесу. Значимість доцільного побудови процесу технічної підготовки юних борців загострюється тим, що недоліки в цьому компоненті не дуже помітні в юному віці. Відбувається це тому, що ця прогалина компенсується за рахунок високого рівня фізичної підготовки.

Проте недоліки в юнацькому віці та прогалини в техніці виявляються навіть у спортсменів високого класу. Причому недоробки, допущені на ранніх етапах важко, а іноді неможливо надолужити. Адже з одного боку, сформована неправильна навичка заважає створенню нової, правильної (негативний перенос навички), а з іншого боку, вона зручна для формування спритності (сенситивний період), що є основою техніки. Таке положення накладає велику відповідальність на технічну підготовку юного спортсмена.

Головним завданням технічної підготовки є формування таких навичок виконання змагальних дій, які б знадобились спортсмену на змаганнях, для

того щоб використовувати свої можливості з найбільшою ефективністю, і забезпечити неухильне вдосконалення технічної майстерності у процесі багаторічних занять спортом [1, с. 56-59; 6, с. 106-108]. Проблемі тактичної підготовки присвячено низку досліджень українських фахівців. Більшість із них спрямовано на виявлення закономірностей розвитку тактичної підготовки та успішних виступах провідних спортсменів. Значна частина досліджень спрямована на вдосконалення методики спілкування тактичних навичок у молодих спортсменів.

У процесі тренувальної роботи з греко-римської боротьби, тренер повинен мати засоби виховання таких цінних якостей, як працелюбність, цілеспрямованість, ініціативність, сміливість, рішучість і наполегливість [8]. У процесі роботи з дітьми повинні бути вирішені спортивно-технічні завдання, які вимагають від свідомої дисципліни, дотримання режиму роботи, тренувань, навчання та відпочинку, виконання гігієнічних вимог [8, с. 26-35]. В основі формування високої спортивної майстерності лежить правильне навчання техніки та тактики греко-римської боротьби.

Ведення 4 тактичної майстерності здебільшого залежить від величини володіння технікою боротьби та від точності засвоєння навичок виконання технічних дій. На думку багатьох фахівців, навчання боротьби – процес діяльності педагогів, спрямований на виховання у дітей знань, умінь та навичок, під час безперервної реалізації завдань багатостороннього розвитку фізичних якостей [1; 6; 8].

Об'єкт дослідження – тренувальний процес підготовки молодих борців греко-римського іміджу.

Предмет дослідження – техніко-тактична підготовка молодих борців греко-римського стилю.

Мета дослідження – виявити ефективність техніко-тактичних дій у змагальній діяльності з греко-римської боротьби в молодих спортсменів.

Завдання дослідження:

1. Розглянути особливості навчання тактичним діям молодих спортсменів у греко-римській боротьбі.

2. Вивчити методику навчання техніко-тактичних дій юних спортсменів у греко-римській боротьбі.

3. Перевірити ефективність навчання техніко-тактичних дій у греко-римській боротьбі під час педагогічного експерименту.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні **методи дослідження**: аналіз і узагальнення матеріалів науково-методичної літератури, спостереження та анкетування, методи математичної статистики.

Ми припускали, що вдосконалення методики навчання техніко-тактичним діям юних борців греко-римського стилю дозволить суттєво покращити ефективність змагальної діяльності.

Аналіз літературних джерел показав, що в історії греко-римської боротьби недостатньо уваги приділено питанням методики навчання техніки та тактики на початковому етапі. Це було виявлено і під час опитування тренерів. Зокрема, невідомо, яким прийомам, захистам і контрприйомам необхідно навчати протягом року, в якій послідовності, скільки прийомів, скільки разів слід повторити прийом, що вивчається в одному занятті, скільки разів виконати його до засвоєння, щоб можна було застосувати в навчальних сутичках і головне, в умовах змагань.

Практична значущість роботи полягає у спробі систематизувати зміст та послідовність навчання техніко-тактичних дій юних борців греко-римського стилю. Отримані дані можуть бути орієнтиром для тренерів у підготовці молодих борців.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітних наукових конференціях студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський, 12-13 березня 2022 року) і висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 64 сторінках, 55 з яких основного тексту, що містить 5 таблиць. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел.

ВИСНОВКИ

Аналіз літературних джерел показав, що в історії греко-римської боротьби недостатньо приділено увагу питанням методики навчання техніки та тактики на початковому етапі. Це було виявлено і під час опитування тренерів. Зокрема, невідомо, яким прийомам, захистам та контрприйомам необхідно навчати протягом року, в якій послідовності, скільки прийомів, скільки разів слід повторити прийом, що вивчається на одному занятті, скільки разів виконати його для засвоєння, щоб можна було застосувати у навчальних сутичках, а головне, в умовах змагань.

Аналіз змагальної діяльності виявив такі закономірності зміни та зміст тактики у зв'язку з даною постановкою:

- перехід борців від виконання складних високо-амплітудних техніко-тактичних дій до простих атак;
- зниження кількості набраних борцями технічних оцінок за одну сутичку;
- зниження показників ефективності атакуючих дій;
- зниження готовності до ризику.

Аналіз літератури та програм початкового навчання, результатів змагальної діяльності тренерів та фахівців дозволив виявити розбіжність між тренувальною установкою та реальною сутичкою. Слід також виділити низку моментів, якими необхідно керуватися в організації навчально-тренувального процесу борців у групах початкової підготовки:

- раціонально будувати тренувальні заняття залежно від його завдань та умов тренування;
- планувати навантаження юним спортсменам відповідно до рівня фізичної та рухової підготовленості;
- враховувати рівень мобілізації почуттів, мислення та волі юних спортсменів у становленні свідомого ставлення до навчально-тренувального процесу;

- активізувати діяльність спортсменів у процесі вирішення завдань тренування, підвищувати емоційність заняття, вводячи рухливі та спортивні ігри, естафети;
- у підготовці юних борців основну увагу приділяти розширенню арсеналу технічних дій, удосконаленню зв'язок та комбінацій;
- будувати відносини зі спортсменами на принципі взаємоповаги та взаєморозуміння;
- педагогічно виправдано використовувати комплекс дисциплінарних впливів, припиняти порушення дисципліни;
- коригувати діяльність залежно від успішності навчально-тренувального процесу.

У процесі формування тактики необхідно передбачити стиль борця і відповідно до нього зосередити увагу на більш ефективних для цієї групи технічних дій.

Вивчення техніки являє собою процес надбання раціональних рухливих навичок.

Досягти найкращих результатів у боротьбі можна, тільки, оволодівши досконалою технікою.

Вивчати та вдосконалювати спортивну техніку можна такими методами: пояснюючи або демонструючи прийом у цілому і частинами, повторюючи прийом і аналізуючи його. За один тренувальний цикл (від одного спортивного змагання до другого) не варто вивчати багато нових прийомів, захистів та контрприймів, бо велика кількість нових технічних дій не закріпиться як слід і не зможе бути виконаною в найближчих змаганнях.

Тренер також має враховувати ступінь засвоєння спортсменами навчального матеріалу, що розучувався на попередньому занятті. Це допоможе йому правильно розподілити час на вивчення та вдосконалення техніки й тактики боротьби.

На одному занятті не можна розучувати багато нових вправ і прийомів – це призводить до поганого засвоєння матеріалу. Треба стежити за тим, щоб

борці добре усвідомили прийоми, що виконуються і повторювали їх на кожному занятті в нових комбінаціях та за різних тактичних умов.

Якщо деякі спортсмени безвідповідально відвідуватимуть заняття і відставатимуть, тренер має з'ясувати причини пропусків і пояснити їм, що вони самі гальмують своє спортивне вдосконалення. Якщо пропущений матеріал безпосередньо пов'язаний з тим, що буде вивчатися на даному занятті, його необхідно повторити на початку тренувального заняття. Для всієї групи це буде повторенням, а для тих, що пропустили заняття, – вивченням нового.

Отже, базова техніка повинна забезпечити формування в свідомості спортсменів уявлень про основні вимоги та організацію рухів з урахуванням сенсу та умов рухового завдання, що виконується. Відповідно до змісту рухового завдання, базові дії структуруються у свідомості спортсмена, визначаючись як умови сприйняття, формування, запам'ятовування, відтворення операцій в логічній послідовності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдуллаєв А. К., Ребар І. В. Теорія і методика викладання вільної боротьби: навчально-методичний посібник. Вид. 2-е, пероб. Мелітополь: ФОП Однорог Т. В., 2018. 299 с.
2. Алексєєв А. Ф. Правила змагань з дзюдо. Харків, 2015. 56 с.
3. Ананченко К. В. Бойові мистецтва : метод. реком. для студентів вузів фізичного виховання та спорту. Харків : ХДАФК, 2015. С. 41-44.
4. Ананченко К. В. Оцінка відеоматеріалу, що використовується в підготовці дзюдоїстів. Сучасні технології в галузі фізичного виховання та спорту : зб. наук. праць ІХ Міжн. наук.-метод. конф., 27.11.2015 р., м. Харків. Харків : НАНГУ, 2015. Вип. 9. С. 13-19.
5. Ананченко К. В., Щербина Р. О. Розвиток рівноваги та координаційних здібностей юнаків 7-9 років у єдиноборствах. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств : ел. зб. тез VIII Міжн. наук.-метод. конф. Харків : Академія ВВ МВС України, 2014. Вип. 8. С. 14-16.
6. Ананченко К. В., Алексєєв А. Ф. Причини виникнення травм у дзюдоїстів и их профілактика. Слобожанський науковоспортивний вісник. 2017. № 11. С. 106-108.
7. Аракелян В. Н., Мартиросов Э. Г., Ширковец Е. А. Зміна деяких показників газообміну і температури тіла в борців при форсованому зниженні ваги тіла. Теорія і практика фіз. культури, 2017. № 1. С. 19-23.
8. Бабич Н. Л., Полякова О. О., Березяк К. М., Мазур В. Й., Шевченко Т. Г. Програма фізичної терапії юнаків, які спеціалізуються у спортивних видах боротьби після лікування коронавірусної хвороби. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць. За ред. О. В.

Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Випуск 4 (149) 22. С. 26-35.

9. Богдан І. Г., Дубовис М. С. Спортивна боротьба в школі: посібник для вчителя. Київ: Освіта, 2016. С. 24-28.

10. Гуска М. Б. Спортивна боротьба. Методичні рекомендації до виконання практичних і самостійних занять з дисципліни «Спортивна боротьба з методикою викладання». Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. 148 с.

11. Гуска М. Б., Мазур В. Й. Використання спеціальних вправ та ігор-єдиноборств з юними борцями ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів : Вип. 16, у 3-х т. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Т.2. С. 97-98.

12. Гуска М. Б., Гуска М. В. Спортивні і рухливі ігри у навчальному процесі студентів спеціальних медичних груп. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів : Вип. 16, у 3-х т. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Т.2. С. 99-100.

13. Гуска М. Б., Мазур В. Й., Козак Є. П. Стан мозкового кровообігу у висококваліфікованих борців сумо і дзюдо // електронне наукове видання (журнал) «Педагогічні та соціальні аспекти фізичного виховання та фізичної терапії», що буде розміщений на Web-сторінці за адресою: <http://psa-onf.kpnu.edu.ua>.

14. Гуска М. Б., Мазур В. Й. Колове тренування як засіб розвитку сили у шкільній секції з боротьби. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : збірник наукових праць [редкол. : І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019.

Вип. 8. С.99-101.

15. Гуска М. Б., Гуска М. Б., Мазур В. Й, Шишкін О. П. Досягнення студентів, випускників і викладачів національного університету імені Івана Огієнка зі спортивної боротьби за роки незалежності України: іст. нарис, присвяч. 70-річчю факультету фізичної культури : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2020. 200 с.

16. Дахновський В. С., Лещенко С. С. Підготовка борців високого класу. К.: Здоров'я, 2019. С. 91-96.

17. Євстігнеєва І. В. Модельні параметри змагальної діяльності борців. Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2019. № 10. С. 54-57.

18. Жаров В. С. Класична боротьба. Київ: Здоров'я, 1968. С. 51.

19. Зубаль М. В., Мазур В. Й. Вплив передзмагального психофізичного стану на тактико-технічні показники юних борців. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018. Вип. 17. Т. 3. С. 129-131.

20. Зубаль М. В., Райтаровська І. В. Інструктаж студентів ЗВО з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою та методика його проведення. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2020. Вип. 19. Т. 2. С. 147-150.

21. Лапицький В. О., Гончаренко В. І., Чхайло М. Б. Навчально-методичний посібник з тренерської практики. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 124 с.

22. Латишев С. В. Науково-методичні основи індивідуалізації підготовки борців: дис. д-ра наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.01. Київ, 2014. 37 с.

23. Латишев С. В., Латишев Н. В. Методика кількісної оцінки спеціальної витривалості борців : методичні рекомендації. Донецьк : ДонНУЕТ, 2018. С. 19.

24. Латишев В. В. Методика прогнозування спортивної перспективності борців вільного стилю. Донецьк : ДонНУЕТ, 2015. С.16.

25. Мазур В. Й., Гуска М. Б. Відновлення та підвищення працездатності студентів у процесі занять силовими вправами. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт : зб. наук. праць [за ред. Г.М. Арзютова]. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. Вип. 11 (66) 15. С. 40-44.

26. Мазур В. Й., Гуска М. Б. Спортивна боротьба. Методичні рекомендації до виконання практичних і самостійних занять з дисципліни “Спортивна боротьба з методикою викладання” (для студентів факультету фізичної культури). Кам’янець-Подільський: Аксіома, 2015. 148 с.

27. Мазур В. Й. Дослідження індивідуальних реакцій борців на фізичні навантаження при оптимізації тренувального процесу. Наукові праці Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів: у 3-х томах. Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015. Вип. 14. Т.2. 136с. С. 115-117.

28. Мазур В. Й. Ефективність застосування ігор – єдиноборств з метою гармонійного фізичного розвитку юних борців. Збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю: Кам’янець-Подільський: Кам’янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015. Вип. 5. С. 117-120.

29. Мазур В. Й. Управління тренувальним процесом юних борців вільного стилю. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015. Вип. 8. С 221-230.

30. Мазур В. Й. Рухливі ігри як засіб підвищення ефективності початкового відбору школярів для занять спортивними видами боротьби в ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Вип. 16. Т. 2. С. 111-113.

31. Мазур В. Й. Використання спеціальних вправ та ігор-єдиноборств з юними борцями ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Вип. 16. Т. 2. С. 97-98.

32. Мазур В. Й. Методика навчання техніко-тактичним діям юних борців у групах базової підготовки ДЮСШ». Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 18. Т. 2. С. 39-41.

33. Мазур В. Й. Особливості психологічної підготовки борців групи спортивно-педагогічного вдосконалення К-ПНУ імені Івана Огієнка. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти : збірник наукових праць [редкол. : І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 8. С. 48-53.

34. Малков О. Б. Основи тактики боротьби з позиції теорії конфліктної діяльності. Теорія і практика фізичної культури. 2019. № 2. С. 45-50.

35. Малков О. Б. Основи тактики боротьби з позиції теорії конфліктної діяльності. Теорія и практика фізичної культури. Київ: 2020. №2. С.45-50.

36. Павленко Ю. О. Перспективи збірної команди України на іграх XXIX Олімпіади у Пекіні. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. Збірник наукових праць. №12. К, 2017. С. 4-32.

37. Прозар М. В., Зубаль М. В., Райтаровська І. В., Мазур В. Й. Практична підготовка здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт ступенів вищої освіти "бакалавр" та магістр" : [навч. посіб.]. Кам'янець-Подільський : Віт'А Друк, 2021. 168 с.

38. Радченко Ю. А. Структура змагальної діяльності висококваліфікованих борців греко-римського стилю. Молода спортивна наука України: Збірник наукових праць в галузі фізичної культури. №12. Том 1. Л.: НФВ „Українські технології”, 2018. С. 280-284.

39. Райтаровська І. В. Боротьба як засіб фізичного виховання в Київській Русі Наукові праці Кам'янець- Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів: у 3-х томах. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2016. Вип. 15. Т.2. С. 125-126.

40. Райтаровська І. В. Принципи підготовки організму до надмірних фізичних навантажень. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць. [редкол.: М.С.Солопчук (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, ТОВ «Друкарня «Рута»», 2016. Випуск 6. С.168-173

41. Ручка Є. В. Використання рухливих ігор для розвитку варіативних рухових навичок у юних борців вільного стилю. Vědecký průmysl evropského kontinentu – 2015 : materiály XI Mezinárodní vědeckopraktická

konference, (27 listopadu – 05 prosinců 2015. Praha : Publishing House «Education and Science» s.r.o, 2015. Díl 6. Pedagogika.Tělovýchova a sport. S. 54-56.

42. Ручка Є. В. Розробка методики підготовки юних борців вільного стилю, що націлена на швидке прийняття ними оптимальних технікотактичних рішень в умовах змагальної діяльності. Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали XV Міжн. наук.-практ. конф., 10-11 грудня 2015 р., м. Харків. Харків : ХДАФК, 2015. С. 96-101.

43. Ручка Є. В. Вдосконалення методики навчання юних борців техніці боротьби з урахуванням сучасних вимог змагальної діяльності. Сучасні технології в галузі фізичного виховання та спорту : зб. наук. праць ІХ Міжн. наук.-метод. конф., 27.11.2015 р., м. Харків. Харків : НАНГУ, 2015. Вип. 9. С. 223–228.

44. Савчин М. П. Тренованість боксера та її діагностика. К. : Нора-принт, 2018. 220 с.

45. Саєнко В. Г. Методика силової підготовки спортсменів для контактних видів східних єдиноборств у тижневому циклі тренувань. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка: Зб. наук.пр. Чернігів: ЧДПУ, 2016. Вип. 35 : Педагогічні науки. С. 164-167.

46. Саєнко В. Г., Гончаров С. М. Порівняння рівня розвитку фізичних якостей спортсменів у контактних видах східних єдиноборств на етапі попередньої базової підготовки. Молода спортивна наука України: збірник наукових праць з галузі фізичної культури. Вип. 12 : У 4-х т. Львів : НВФ «Українські технології», 2018 . Т. 1. С. 315-318.

47. Скавронський О. П, Мазур В. Й., Чистякова М. О., Петров А. О. Вдосконалення рухових якостей дзюдоїстів 8-11 років на етапі базової підготовки». Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський, 2020. Вип. 19. С. 78-84.

48. Стасюк І. І., Чистякова М. О., Шишкін О. П., Приходько В. М., Іваськов О. Б. Різновиди спортивних одноборств: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури вищих навчальних закладів Кам'янець-Подільський, 2019. 176 с.

49. Україна в міжнародному спортивному студентському русі : монографія. Арзютов Г.М., Солопчук Д.М., Чистякова М.О., Шишкін О.П. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університету імені Івана Огієнка, 2018. 188 с.

50. Хаджинов В. А. Греко-римська боротьба : навчальний посібник. Д. : Середняк Т.К., 2015. 241 с.

51. Чистякова М.О. Мазур В.Й. Розвиток рухових здібностей юних борців груп початкової підготовки ДЮСШ засобами рухливих ігор. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. Вип. 16. Т. 2. С. 113–115.

52. Чистякова М.О., Шишкін О.П. Жіноче дзюдо у програмі олімпійських ігор. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів: у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015 . Вип. 14. Т. 2. 136 с. С. 131-132.

53. Шандригось В. І., Яременко В. В., Латишев М. В., Первачук Р. В., Чікало В. Ю. Боротьба вільна: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ: АСБУ, 2019. 104 с.

54. Шишкін О.П. Історичні аспекти організації і проведення юнацьких Олімпійських ігор. Наукові праці Кам'янець-Подільського

національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів: у 3-х томах. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2016. Вип. 15. Т.2. 146 с. С. 138-139.

55. Huska M. Cerebral circulation of highly qualified sumo and judo wrestlers. Журнал Подільського національного університету імені Івана Огієнка, «Педагогічні та соціальні аспекти фізичного виховання та фізичної терапії» [редкол. : І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня рута», 2019. Вип. 1. С. 81-94.