

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор



Микола ПРОЗАР

*підпис*

29 серпня 2022 р.

## **РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **СУЧАСНІ ВИДИ СПОРТУ**

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Тренер з видів спорту

спеціальності 017 Фізична культура і спорт

галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

мова навчання українська

2022-2023 навчальний рік


Розробники програми: Микола ПРОЗАР, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту і спортивних ігор, доцент, завідувач кафедри спорту і спортивних ігор;  
Андрій ПЕТРОВ, кандидат педагогічних наук, викладач кафедри спорту і спортивних ігор.

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор

Протокол № 8 від 29 серпня 2022 року

ПОГОДЖЕНО

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми  Микола ПРОЗАР

## Зміст робочої програми навчальної дисципліни

**1. Мета вивчення вибіркового компонента дисципліни професійної підготовки «Сучасні види спорту»** полягає у формуванні загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх тренерів з видів спорту, які спрямовані на теоретичне вивчення студентами олімпійських, неолімпійських видів спорту, які культивуються у нашій країні.

### 2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика освітнього компоненту	
	денна форма здобуття вищої освіти	денна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	4-й рік	4-рік
Семестр вивчення	VIII семестр	VIII семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	120 годин	120 годин
Кількість годин навчальних занять	40 годин	16 годин
Лекційні заняття	20 годин	8 годин
Практичні заняття	20 годин	8 годин
Семінарські заняття	-	-
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	80 годин	104 годин
Форма підсумкового контролю	залік	залік

**3. Статус дисципліни:** вибіркового компонента дисципліни професійної підготовки.

**4. Передумовами для вивчення освітнього компоненту «Сучасні види спорту»** у першу чергу є нормативні навчальні дисципліни професійної підготовки «Історія фізичної культури», «Теорія і методика гімнастики», «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія і методика легкої атлетики», «Організація і проведення туристичних походів», «Одноборства», «Основи теорії спортивних змагань».

### 5. Програмні компетентності навчання.

За результатами вивчення вибіркового компонента дисципліни професійної підготовки «Сучасні види спорту» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися інтегральна, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

*Загальні компетентності:*

- ЗК 01 здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;

- ЗК 04 здатність працювати в команді;
- ЗК 09 навички міжособистісної взаємодії;
- ЗК 10 здатність бути критичним і самокритичним.

*Фахові компетентності:*

- ФК 01 здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- ФК 06 здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту;
- ФК 14 здатність до безперервного професійного розвитку.

## **6. Очікувані результати навчання з дисципліни.**

За результатами вивчення вибіркового компонента дисципліни професійної підготовки «Сучасні види спорту» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- ПРН 1 здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем;
- ПРН 4 показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;
- ПРН 5 застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;
- ПРН 8 здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- ПРН 12 аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямків спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

**За результатами вивчення вибіркового компоненту дисципліни професійної підготовки «Сучасні види спорту» здобувачі вищої освіти повинні знати:**

- літні олімпійські види спорту, їхню загальну характеристику, історію розвитку та кваліфікаційні норми;
- зимові олімпійські види спорту, їхню загальну характеристику, історію розвитку та кваліфікаційні норми;
- неолімпійські види спорту, їхню загальну характеристику, історію розвитку та кваліфікаційні норми.

**вміти:**

- класифікувати літні і зимові олімпійські види спорту;
- класифікувати неолімпійських види спорту;
- використовувати нормативні документи для присвоєння спортивної кваліфікації.

## **7. Методи навчання:**

Лекція, пояснення, бесіда, дискусія; методи демонстрації презентаційних матеріалів; методи проблемно-пошукового характеру; доповіді, мотиваційні

завдання, самостійна і групова робота студентів; методи дистанційного навчання (робота у системі Moodle).

**8. Засоби діагностики результатів навчання:** завдання вхідного і поточного контролю, усне опитування, тестування, презентаційні матеріали, завдання модульної контрольної роботи.

**9. Програма навчальної дисципліни:**

**Денна форма здобуття вищої освіти**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1. Загальна характеристика олімпійських, неолімпійських видів спорту							
Тема 1. Загальна характеристика літніх олімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	20	8	-	-	-	12	-
Тема 2. Загальна характеристика зимових олімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	16	4	-	-	-	12	-
Тема 3. Загальна характеристика неолімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	20	8	-	-	-	12	-
Тема 4. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми літніх олімпійських видів спорту	27	-	10	-	-	17	-
Тема 5. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми зимових олімпійських видів спорту.	25	-	6	-	-	17	-
Тема 6. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми неолімпійських видів спорту.	14	-	4	-	-	10	-
Разом за змістовим модулем 1	120	20	20	-	-	80	-
<b>Разом годин</b>	<b>120</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	-	-	<b>80</b>	-

**Заочна форма здобуття вищої освіти**

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин	
	разом	у тому числі

		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
<b>Змістовий модуль 1.</b>							
<b>Загальна характеристика олімпійських, неолімпійських видів спорту</b>							
Тема 1. Загальна характеристика літніх олімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	15	2	-	-	-	13	-
Тема 2. Загальна характеристика зимових олімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	15	4	-	-	-	26	-
Тема 3. Загальна характеристика неолімпійських видів спорту, які визнані в Україні.	30	2	-	-	-	13	-
Тема 4. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми літніх олімпійських видів спорту	30		4	-	-	26	-
Тема 5. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми зимових олімпійських видів спорту.	15		2	-	-	13	-
Тема 6. Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми неолімпійських видів спорту.	15		2	-	-	13	-
Разом за змістовим модулем 1	120	8	8	-	-	104	-
<b>Разом годин</b>	<b>120</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	-	-	<b>104</b>	-

### 10. Форми та методи поточного і підсумкового контролю.

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт СВО «бакалавр» у процесі вивчення вибіркового компонента «Сучасні види спорту» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовищі MOODLE, вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, модульна контрольна робота, залік.

### 11. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (60 балів)		Сума
Змістовий модуль 1		100
Поточний контроль	МКР	

60 балів	40 балів	
----------	----------	--

## ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ І КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
					Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок		
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів		



## Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття Тема 1. «Загальна характеристика літніх олімпійських видів спорту, які визнані в Україні».	4-12
3. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття Тема 2 «Загальна характеристика зимових олімпійських видів спорту, які визнані в Україні».	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття Тема 3 «Загальна характеристика неолімпійських видів спорту, які визнані в Україні.».	4-12
5. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: Тема 4 «Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми літніх олімпійських видів спорту».	4-12
6. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: Тема 5 «Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми зимових олімпійських видів спорту.».	4-12
7. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: Тема 6 Історія становлення та розвитку у світі та в Україні, кваліфікаційні норми неолімпійських видів спорту.	4-12

### Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання. Здобувачі вищої освіти для виконання завдань самостійної роботи, зазвичай, заводять окремий зошит.

### Модульна контрольна робота (40 балів)

**Змістовий модуль 1** завершується написанням модульної контрольної роботи.

**Мета її написання** – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти з дисципліни «Сучасні види спорту».

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

З дисципліни «Сучасні види спорту» студенти пишуть одну модульну контрольну роботу, яка виконується у письмовій формі, складається з 20-ти варіантів у кожному варіанті по чотири питання. За повну й вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 5 балів.

### **Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.**

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);

- підготовка конкурсної наукової роботи;

- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;

- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді

- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації;

- волонтерська діяльність;

- підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня;

- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

**Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти**

Рейтингова оцінка з кредитного модуля (навчальної дисципліни)	Підсумкова оцінка за шкалою ЄКТС	Рекомендовані статистичні значення (у %)	Підсумкова оцінка за національною шкалою	
			екзаменаційна	залікова
90-100 і більше	A (відмінно)/Excellent	10	відмінно	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	25	добре	
75-81	C (добре)/Good	30		
67-74	D (задовільно)/Satisfactory	25	задовільно	
60-66	E (достатньо)/Enough	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/Fail		незадовільно	не зараховано /Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/Fail			

**12. Умови визначення успішного засвоєння вибіркового компонента дисципліни професійної підготовки «Сучасні види спорту»:**

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компонента та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компонента;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють.

### **13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.**

Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проектор VIEWSONIC PJ5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проектора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX (2008 р., 1 шт).

### **14. Рекомендована література.**

#### **Основна**

1. Вознюк Т. В. Сучасні ігрові види спорту: навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 2017. 248с.

2. Імас Є. В., Матвеев С. Ф., Борисова О. В. та ін. Неолімпійський спорт : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Київ : Національний університет фізичного виховання та спорту України, Олімпійська література. 2015. 184 с.

3. Солопчук М. С., Шишкін О. П., Стасюк І. І. та ін. Нетрадиційні види спорту : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. 104 с.

#### **Допоміжна**

1. Авраменко В. Г. та інші. Футбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ : ЗАТ «Броварська друкарня», 2003. 101 с. URI : <https://tinyurl.com/2s4j3tmm>.

2. Воронова В. І. та інші. Футзал. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ : 2015. 110 с. URI: <https://tinyurl.com/5d8kuu4p>

3. Драчук А. І. Теорія і методика викладання гандболу : Навчальний посібник. Вінниця : «Ландо ЛТД», 2011. 154 с.

4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014 616 с.

5. Прозар М. В., Слюсарчук В. В., Зубаль М. В., Телебей С. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 198 с. <https://tinyurl.com/3p7evsh7>.

## 15. Рекомендовані джерела інформації

1. Комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни «Сучасні види спорту».

2. Корисні ресурси інтернету.

<a href="https://mms.gov.ua/">https://mms.gov.ua/</a>	Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України
<a href="http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/">http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/</a>	Офіційний сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання та спорту»
<a href="https://tinyurl.com/ye4434jw">https://tinyurl.com/ye4434jw</a>	Офіційний сайт журналу «Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»
<a href="http://sportmon.org/">http://sportmon.org/</a>	Офіційний сайт Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України
<a href="https://tinyurl.com/yc8bc59x">https://tinyurl.com/yc8bc59x</a>	Всеосвіта – база рефератів
<a href="https://prometheus.org.ua/">https://prometheus.org.ua/</a>	Офіційний сайт українського громадського проєкту масових відкритих онлайн-курсів
<a href="https://www.ed-era.com/courses/">https://www.ed-era.com/courses/</a>	Офіційний сайт студії онлайн освіти в Україні
<a href="http://www.fvu.in.ua/">http://www.fvu.in.ua/</a>	Офіційний сайт федерації волейболу України
<a href="http://www.ukrbasket.net/">http://www.ukrbasket.net/</a>	Офіційний сайт федерації баскетболу України
<a href="http://www.handball.net.ua/">http://www.handball.net.ua/</a>	Офіційний сайт федерації гандболу України
<a href="http://www.ffu.org.ua/">http://www.ffu.org.ua/</a>	Офіційний сайт федерації футболу України
<a href="https://uaf.org.ua/">https://uaf.org.ua/</a>	Офіційний сайт федерації легкої атлетики України
<a href="https://ugf.org.ua/">https://ugf.org.ua/</a>	Офіційний сайт української федерації гімнастики України
<a href="https://www.uttfc.com.ua/">https://www.uttfc.com.ua/</a>	Офіційний сайт федерації настільного тенісу України
<a href="https://ukrpowerlifting.com/">https://ukrpowerlifting.com/</a>	Офіційний сайт федерації пауерліфтингу України
<a href="https://ukrpowerlifting.com/">https://ukrpowerlifting.com/</a>	Офіційний сайт федерації пауерліфтингу України
<a href="http://referat.parta.ua">http://referat.parta.ua</a>	База даних українських рефератів
<a href="http://ua.textreferat.com">http://ua.textreferat.com</a>	

<a href="http://ua-referat.com">http://ua-referat.com</a>	
<a href="http://www.nbu.gov.ua">http://www.nbu.gov.ua</a>	Бібліотека ім. В.І. Вернадського