

**ДЕРЖАВНА ФІСКАЛЬНА СЛУЖБА УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ ДЕРЖАВНОЇ ФІСКАЛЬНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ**

**Навчально-науковий інститут спеціальної фізичної і бойової підготовки та
реабілітації**

Кафедра хортингу та реабілітації

ЗВІТ

**про проходження виробничої практики
здобувача вищої освіти 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с
Єрмоменко Марини Олександрівни
в Ірпінській дитячо-юнацькій спортивній школі
з 27.01.2020 до 06.03.2020 року**

Керівник практики від
навчального закладу,
завідувач кафедри хортингу та реабілітації
О. М. Лаврентьєв _____

(підпис)

Оцінка _____

Дата _____

Керівник від бази практики,
Директор Ірпінської
дитячо-юнацької спортивної школи
М.П. _____

В. З. Тарасов

(підпис)

Оцінка _____

Дата _____

Ірпінь 2020 р.

Реєстрація № _____
(дата) (підпис) (ПШП)

Результати перевірки _____
(на доопрацювання) (дата) (підпис, ПШП)

Зауваження: _____

_____ (до захисту) _____ (дата) _____ (підпис, ПШП)

Результати захисту _____
(оцінка) (дата) (підпис, ПШП)

Комісія:
_____ (підпис) _____ (ПШП)
_____ (підпис) _____ (ПШП)
_____ (підпис) _____ (ПШП)

РЕЦЕНЗІЯ

на звіт про проходження практики
здобувача вищої освіти 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с
Єрмоєнко Марини Олександрівни
Університету державної фіскальної служби України
Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та
реабілітації
в Ірпінській дитячо-юнацькій спортивній школі
з 27.01.2020 до 06.03.2020 року

Оцінка за зміст _____

Оцінка за оформлення _____

Керівник практики від
навчального закладу,
завідувач кафедри хортингу та реабілітації _____
О. М. Лаврентьєв

(підпис)

Дата « ____ » _____ 2020 р.

ІРПІНСЬКА ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКА СПОРТИВНА ШКОЛА
08200 Київська обл., м. Ірпінь, вул. Троїцька, 40. Тел.: 04597,
63361

НАКАЗ

№ _____ від «_____» _____ 2020 р.

Про проходження виробничої практики
Єрмоєнко Марини Олександрівни

Єрмоєнко Марина Олександрівна студентка 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України пройшла виробничу практику в Ірпінській дитячо-юнацькій спортивній школі з 27.01.2020 до 06.03.2020 року

**Керівник від бази практики,
Директор Ірпінської
дитячо-юнацької спортивної школи**

В. З. Тарасов

З наказом ознайомена
студентка 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с
Університету ДФС України

М. О. Єрмоєнко

Звітні документи виробничої практики

1. Наказ (витяг) на зарахування на практику.
2. Договір про проходження практики.
3. Анкета оцінювання рівня знань . здобувача вищої освіти
4. Щоденник практики (денна форма навчання).
5. Орієнтовний план роботи здобувача вищої освіти .
6. Річний план-графік розподілу навчального матеріалу на навчальний рік (макроцикл).
7. Робочий план навчально-тренувальної групи за місяць (мезоцикл).
8. План навчально-тренувальних занять на тиждень (мікроцикл).
9. Плани-конспекти трьох навчально-тренувальних занять (розгорнутих).
10. Положення (регламент) про проведення змагання.
11. Кошторис витрат на проведення навчально-тренувального збору, виїзду на спортивні змагання, організацію і проведення змагань (один із кошторисів) .
12. Аналіз пульсових даних на тренувальному занятті (графічне зображення).

**ДЕРЖАВНА ФІСКАЛЬНА СЛУЖБА УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ ДЕРЖАВНОЇ ФІСКАЛЬНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ**

**Навчально-науковий інститут спеціальної фізичної і бойової підготовки
та реабілітації
Кафедра хортингу та реабілітації**

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН РОБОТИ

**студента-практиканта
здобувача вищої освіти 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с
Єрмоменко Марини Олександрівни
на період проходження виробничої практики
в Ірпінській дитячо-юнацькій спортивній школі
з 27.01.2020 до 06.03.2020 року**

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Зміст роботи	Термін виконання, тиждень	Форма звіту
<i>I. Організаційна робота</i>			
1	Ознайомлення з діяльністю Ірпінської ДЮСШ	27.01.2020	Виконано
2	Ознайомлення з організацією навчально-тренувального процесу, виховної роботи, структурою і змістом підготовки спортсменів	28.01.2020	Виконано
3	Вивчення законодавчої та нормативної документації	29.01.2020	Виконано
4	Знайомство з керівництвом, тренерським складом ДЮСШ	30.01.2020	Виконано
5	Ознайомлення зі станом матеріально-технічного, науково-методичного забезпечення закладу	31.01.2020	Виконано
6	Розробка плану роботи з виробничої практики	03.02.2020	Виконано
7	Участь у конференціях закладу освіти з практики	04.02.2020	Виконано
8	Складання звітної документації за підсумками виробничої практики	05.02.2020	Виконано
<i>II. Навчально-спортивна та методична робота</i>			
1	Визначення контингенту спортсменів і навчально-тренувальних груп	06.02.2020	Виконано
2	Ознайомлення з розкладом проведення занять	07.02.2020	Виконано
3	Підготовка місць для проведення занять, тренувального обладнання, інвентарю	10.02.2020	Виконано
4	Визначення і розробка організаційних форм проведення занять та взаємодії з тренерами-викладачами	11.02.2020	Виконано
5	Визначення мети, завдань навчально-тренувального процесу і виховної роботи зі спортсменами	12.02.2020	Виконано
6	Складання планів навчально-тренувального процесу на макроцикл, мезоцикл, мікроцикл, конспектів занять	13.02.2020	Виконано
7	Проведення навчально-тренувальних занять	14.02.2020	Виконано
8	Вивчення навчально-тренувальних завдань, управління діяльністю, оперативний контроль за фізичним станом учнів, облік	17.02.2020	Виконано

	навантаження спортсменів, підбиття підсумків		
9	Облік виконаного тренувального обсягу та ефективності навчально-тренувального процесу	18.02.2020	Виконано
III. Виховна робота			
1.	Визначення мети, завдань, форм і методів виховної роботи, відповідно до контингенту групи спортсменів	19.02.2020	Виконано
2	Проведення бесід, диспутів, обговорення спортивних статей і книг, зустрічі з видатними спортсменами, ветеранами спорту	20.02.2020	Виконано
IV. Проведення змагань, представництво на змаганнях			
1	Складання суддівської документації, організаційних документів щодо проведення спортивних змагань, підготовки суддівських кадрів, присвоєння спортивних розрядів	21.02.2020	Виконано
2	Участь в організації і проведенні спортивних змагань. Знайомство з функціями представника команди, обов'язками суддів	22.02.2020	Виконано
3	Підготовка звіту про проведені змагання	23.02.2020	Виконано
4	Участь у проведенні спортивних змагань в якості члена суддівської колегії, знайомство з функціями головного судді, рефері, бокових суддів	24.02.2020	Виконано
V. Адміністративно-господарська та фінансова діяльність			
1	Ознайомлення з фінансовими документами спортивної організації.	25.02.2020	Виконано
2	Оформлення документації для проведення спортивних змагань	26.02.2020	Виконано
3	Складання фінансового звіту про проведення спортивно-масових заходів	27.02.2020	Виконано
4	Ознайомлення зі складанням угоди на оренду приміщення для організації спортивного заходу	28.02.2020	Виконано
VI. Науково-дослідна робота			
1	Вивчення організаційно-методичних документів про проведення виробничої практики	02.02.2020	Виконано
2	Аналіз науково-методичних джерел з питань організації, змісту та управління навчально-тренувальним процесом	03.02.2020	Виконано
3	Проведення індивідуальних та участь у	04.02.2020	Виконано

	групових дослідженнях за програмою практики		
4	Узагальнення та аналіз даних тестування у процесі навчально-тренувальних занять, участі спортсменів у змаганнях	05.02.2020	Виконано
5	Формування індивідуальних і групових планів та моделей змагальної діяльності або окремих її елементів	06.02.2020	Виконано

П О Л О Ж Е Н Н Я
про проведення Першого відкритого чемпіонату Києва з бойового
хортингу серед дітей, юнаків, кадетів, юніорів і дорослих
у розділах «Рукопашна сутичка» і «Форма»
14 березня 2020 року

1. Мета і завдання

Змагання проводяться з метою:
розвитку і популяризації бойового хортингу в Україні;
підвищення спортивної майстерності учасників;
розвитку спортивно-методичних зв'язків між організаціями;
відбору кращих спортсменів для участі в міжнародних змаганнях;
зміцнення спортивної дружби серед учасників змагань.

2. Час і місце проведення змагань

Дата проведення: **14 березня 2020 року.**

Місце проведення змагань: Київська інженерна гімназія.

Адреса проведення: м. Київ, вул. Княжий Затон, 12-а.

Трансфер: Від станції метро «Осокорки», до вул. Княжий Затон, 12а
(пішки 7 хв.)

3. Організатори та керівництво

Організатори:

Національна федерація бойового хортингу України;

Київська міська федерація бойового хортингу.

Організаційний комітет:

Головний суддя змагань – Кіблицький Руслан Валерійович тел.:
+380674657326

Голова оргкомітету змагань – Гречаний Олександр Миколайович, тел.:
+380632257837, +380502268509, e-mail: dkfwkk@gmail.com

Голова мандатної комісії – Ільницький Іван Романович, тел.:
+380677860770.

4. Програма змагань

14 березня 2020 року (субота)

08:30 – 9:00 – налаштування хорту, обладнання, суддівська нарада;

9:00 – 10:00 – зважування; засідання мандатної та медичної комісії;

10:00 – ПОЧАТОК ЗМАГАНЬ;

10:00 – 12:00 – попередні змагання у розділах «Рукопашна сутичка»,
«Форма»;

12:00 – 12:30 – урочисте відкриття змагань;

12:30 – 14:00 – продовження змагань;

14:00 – 14:30 – перерва;

14:30 – 18:30 – півфінальні та фінальні сутички у розділі «Рукопашна
сутичка»;

18:30 – 19:00 – нагородження переможців та урочисте закриття змагань;

19:00 – роз'їзд учасників.

5. Вимоги до учасників змагань і умови їхнього допуску

5.1. Умови, що визначають допуск організацій і спортсменів до змагань:

5.1.1. До участі в змаганнях допускаються клуби, які співпрацюють з Національною федерацією бойового хортингу України;

5.1.2. Кожний учасник змагань на мандатній комісії повинен представити наступні документи:

свідоцтво про народження або загальногромадянський паспорт;

легітимний документ, що підтверджує спортивну й стильову кваліфікацію учасника (номерний сертифікат на ступінь бойового хортингу (ранк), виданий офіційно зареєстрованою, легітимною організацією, повинен мати відповідні реквізити, печатки й підписи);

договір про страхування (оригінал страхового полісу);

допуск лікаря до участі в змаганнях, належним чином оформлений у заявці команди.

5.1.3. Учасникам на день змагань повинно виповнитись: молодшим юнакам і дівчатам 6 років, 8 років, молодшим юнакам і дівчатам 10 років, юнакам та дівчатам 12 років, кадетам і кадеткам 14 років, юніорам і юніоркам 16 років, чоловікам і жінкам 18 років.

5.2. Учасники змагаються у спортивній формі та захисному спорядженні згідно «Правил змагань з бойового хортингу».

6. Змагання у розділі «Рукопашна сутичка»

Змагання проводяться за Всеукраїнськими правилами змагань з бойового хортингу, затвердженими Національною федерацією бойового хортингу України.

6.1. Схема проведення сутичок:

6.1.1. Змагання проводяться за *методом прямого вибування* (олімпійська система) – з вибуванням після однієї поразки тих, хто програв. Учасники змагань, які програли поєдинок за вихід у фінал, беруть участь у сутичках за третє місце.

6.1.2. Змагання особисті у розділі «рукопашна сутичка» проводяться окремо для учасників чоловічої та жіночої статі.

6.1.3. У випадку, коли у важкій категорії серед учасників вікових груп 8–9 та 10–11 років різниця ваги становитиме більше п'яти кілограм, рішенням керівництва розділу змагань може створюватись додаткова вагова категорія, яка максимально наблизить вагу спортсменів для забезпечення стандарту різниці ваги п'ять кілограм. У випадку, коли різниця ваги спортсменів у новоствореній категорії буде перевищувати п'ять кілограм – така категорія створюється лише за згодою представників спортсменів.

6.2. Вікові групи та вагові категорії

№ п/п	Назва категорії	Стать	
		Чоловіча	Жіноча
1. Діти 6–7 років			
1.	Найлегша	до 20 кг	до 20 кг
2.	Легка	20–22 кг	20–22 кг
3.	Напівсередня	22–24 кг	22–24 кг
4.	Середня	24–27 кг	24–27 кг
5.	Важка	27–30 кг	27–30 кг
6.	Суперважка	понад 30 кг	понад 30 кг
2. Молодші юнаки та дівчата 8–9 років			
1.	Найлегша	до 24 кг	до 24 кг
2.	Легка	24–27 кг	24–27 кг
3.	Напівсередня	27–30 кг	27–30 кг
4.	Середня	30–33 кг	30–33 кг
5.	Напівважка	33–36 кг	33–36 кг
6.	Важка	36–40 кг	36–40 кг
7.	Суперважка	понад 40 кг	понад 40 кг
3. Юнаки та дівчата 10–11 років			
1.	Найлегша	до 28 кг	до 28 кг
2.	Легка	28–31 кг	28–31 кг
3.	Напівлегка	31–34 кг	31–34 кг
4.	Перша напівсередня	34–37 кг	34–37 кг
5.	Друга напівсередня	37–40 кг	37–40 кг
6.	Середня	40–43 кг	40–43 кг
7.	Напівважка	43–46 кг	43–46 кг
8.	Важка	46–50 кг	46–50 кг
9.	Суперважка	понад 50 кг	понад 50 кг
4. Старші юнаки та дівчата 12–13 років			
1.	Найлегша	до 32 кг	до 32 кг
2.	Перша найлегша	32–35 кг	32–35 кг
3.	Легка	35–38 кг	35–38 кг
4.	Напівлегка	38–41 кг	38–41 кг
5.	Перша напівсередня	41–44 кг	41–44 кг
6.	Друга напівсередня	44–48 кг	44–48 кг
7.	Середня	48–52 кг	48–52 кг
8.	Напівважка	52–56 кг	52–56 кг
9.	Важка	56–60 кг	56–60 кг
10.	Суперважка	понад 60 кг	понад 60 кг
5. Кадети та кадетки 14–15 років			
1.	Найлегша	до 45 кг	до 40 кг
2.	Легка	45–50 кг	40–45 кг
3.	Напівсередня	50–55 кг	--/--

4.	Середня	55–60 кг	45–50 кг
5.	Напівважка	60–65 кг	50–55 кг
6.	Важка	65–70 кг	55–60 кг
7.	Суперважка	понад 70 кг	понад 60 кг
8.	Абсолютна	відкрита вагова катег.	відкрита вагова катег.
6. Юніори та юніорки 16–17 років			
1.	Найлегша	до 50 кг	до 45 кг
2.	Напівлегка	50–55 кг	45–50 кг
3.	Легка	55–60 кг	50–55 кг
4.	Напівсередня	60–65 кг	--/--
5.	Середня	65–70 кг	55–60 кг
6.	Напівважка	70–75 кг	60–65 кг
7.	Важка	75–80 кг	65–70 кг
8.	Суперважка	понад 80 кг	понад 70 кг
9.	Абсолютна	відкрита вагова катег.	відкрита вагова катег.
7. Дорослі (чоловіки, жінки) 18 років і старше			
1.	Найлегша	до 52 кг	до 50 кг
2.	Легка	52–56 кг	50–55 кг
3.	Перша напівлегка	56–60 кг	55–60 кг
4.	Друга напівлегка	60–65 кг	--/--
5.	Перша напівсередня	65–70 кг	60–65 кг
6.	Друга напівсередня	70–75 кг	--/--
7.	Середня	75–82 кг	65–70 кг
8.	Напівважка	82–90 кг	70–76 кг
9.	Важка	90–98 кг	76–82 кг
10.	Суперважка	понад 98 кг	понад 82 кг
11.	Абсолютна	відкрита вагова катег.	відкрита вагова катег.

6.3. Час сутички за віковими групами

№	Вікова група	Час сутички	Додатковий час	Вирішальний другий раунд "Pride Round"
1	Діти 6–7 років	2,5 хв	1 хв	2 хв до першої оцінки
2	Молодші юнаки та дівчата 8–9 років	3 хв	1 хв	3 хв до першої оцінки
3	Юнаки та дівчата 10–11 років	3 хв	1 хв	3 хв до першої

				оцінки
4	Старші юнаки та дівчата 12–13 років	4 хв	1 хв	3 хв до першої оцінки
5	Кадетки і кадетки 14–15 років	4 хв	1 хв	3 хв до першої оцінки
6	Юніорки та юніорки 16–17 років	5 хв	1 хв	3 хв до першої оцінки
7	Дорослі (чоловіки та жінки) 18 років і старше	5 хв	1 хв	3 хв до першої оцінки

6.4. Екіпірування спортсмена-учасника

Спортивний костюм учасника є офіційним костюмом команди з написом на спинці костюму назви організації, яку він представляє на змаганні і нагрудною емблемою бойового хортингу на лівій стороні. Змагальний костюм – для усіх спортсменів, всіх учасників чоловічої і жіночої статі складається з хортовки – *Hortsuit* (куртка з поясом та брюки). Хортовка – змагальний костюм з щільної темно-синьої бавовняної тканини, складається з куртки, довжина якої закриває тулуб до середини стегон, та фіксується поясом, з рукавами нижче ліктів, та спортивних брюк, досить вільних, щоб не стискувати рухів ногами.

Учасники змагань ведуть суглобну босоніж, можуть застосовувати м'які фіксатори гомілковостопних суглобів, крім спортсменів категорії *чоловіки 18 років і старше*. На лівій половині куртки повинна бути вишита каліграфічним способом нагрудна емблема «*Combat Horting*» нитками золотого або жовтого відтінку. На лівому рукаві куртки посередині плеча може знаходитися кваліфікаційний шеврон розрізнення з емблемою бойового хортингу, емблема клубу може бути пришита на правий рукав.

У спортсмена, який має спортивне звання «*Чемпіон Світу з бойового хортингу*», «*Чемпіон Європи, Азії*», «*Чемпіон України*» тощо на правому рукаві куртки може бути розташована емблема, відзнака, що вказує на набуття спортсменом даного звання. Спортивні брюки костюму-хортовки темно-синього кольору повинні покривати гомілку і ступню до підлоги, пояс штанів повинний зав'язуватися міцною щільною тесьмою. На лівій боковій стороні спортивних брюк посередині стегна вишита емблема бойового хортингу, така як і нагрудна.

Спортсменки жіночої статі всіх вікових груп, які вдягнені у хортовку, під курткою хортовки використовують майку темно-синього кольору, під яку у вікових групах жіночої статі 12–13, 14–15, 16–17, 18 років і старше вдягається протектор для грудей. Спортсменки жіночої статі 18 років і старше використовують хортовку з нагрудною емблемою та шолом, відповідно до черговості виклику на спортивний майданчик; учасниця, яку визвали першою, виходить в синьому шоломі ліворуч від Рефері.

Учасниками змагань розділу «Рукопашна сутичка» у відповідних вікових групах використовується змагальний спортивний костюм наступного зразка:

1. Діти 6–7 років, молодші юнаки та дівчата 8–9 років, юнаки та дівчата 10–11 років, старші юнаки та дівчата 12–13 років а) чоловіча стать: змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору; захисне екіпірування – протектори гомілки і підйому ступні, тканинний фіксатор колінного суглобу (за бажанням учасника), шолом, спортивні малі рукавиці з відкритими пальцями. б) жіноча стать: змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору, майка темно-синього кольору (під курткою); захисне екіпірування – протектори гомілки і підйому ступні, нагрудний захисний протектор та жіночий паховий протектор (для учасниць 12–13 років), тканинний фіксатор колінного суглобу (за бажанням учасника), шолом, спортивні малі рукавиці з відкритими пальцями 7 унцій.

2. Кадети та кадетки 14–15 років, юніори та юніорки 16–17 років а) Юніори: змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору; захисне екіпірування – паховий протектор; протектори гомілки і підйому ступні (охоплює кінцівку) та тканинний фіксатор колінного суглобу (за бажанням учасника); шолом, капа, рукавиці з відкритими пальцями 7 унцій. б) Юніорки: змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору; захисне екіпірування – протектори гомілки і підйому ступні, нагрудний захисний протектор, жіночий паховий протектор, тканинний фіксатор колінного суглобу (за бажанням учасника); шолом, капа, рукавиці з відкритими пальцями 7 унцій.

3. Молодь (чоловіки, жінки) 18–23 роки та дорослі (чоловіки, жінки) 18 років і старше змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору; захисне екіпірування – паховий протектор; тканинний фіксатор колінного суглоба (за бажанням учасника); капа, рукавиці з відкритими пальцями 7 унцій.

Молодь-жінки: змагальний костюм – хортівка (куртка з поясом і брюки) темно-синього кольору; захисне екіпірування – нагрудний захисний протектор, жіночий паховий протектор, тканинний фіксатор колінного суглобу (за бажанням учасника), капа, рукавиці з відкритими пальцями 7 унцій.

В змаганнях серед вікових груп: діти 6–7 років, молодші юнаки та дівчата 8–9 років, юнаки та дівчата 10–11 років, старші юнаки та дівчата 12–13 років – перший спортсмен, якого викликають на хорт, виходить ліворуч від Рефері та столу Арбітру хорту в синьому шоломі; – другий спортсмен, якого викликають на хорт, виходить праворуч від Рефері та столу Арбітра хорту у жовтому шоломі.

Якщо по Положенню про проведення змагання, мандатною комісією учаснику змагання надається відповідний жеребкуванню чи реєстрації номер, то він повинен бути надійно пришитий на спинці хортівки.

Бинтування кистей рук під рукавиці у змаганнях серед кадетів, юніорів, молоді та дорослих не використовується.

6.5. Офіційна суддівська форма: біла сорочка з довгим рукавом та емблемою Міжнародної федерації бойового хортингу на кишені, темно-синій

метелик середнього розміру, брюки темно-синього кольору, шкарпетки чорного кольору. Кожен боковий суддя при прийнятті рішення про оцінку дії спортсмена жестикуляцію руки супроводжує звуковим сигналом особистого суддівського свистка.

7. Регламент проведення змагань «Форма»

7.1. Змагання у віковій групі 6–7 років

7.1.1. Розряди змагань у віковій групі 6–7 років:

1. Особистий розряд серед юнаків – хлопці 6–7 років;
2. Особистий розряд серед юнаків – дівчата 6–7 років;

7.1.2. У віковій групі 6–7 років за регламентом виконуються форми:

- 1 коло — Форма «Перша захисна»;
- 2 коло — Форма «Перша атаквальна»;
- 3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Друга захисна», «Друга атаквальна».

7.2. Змагання у віковій групі 8–9 років

7.2.1. Розряди змагань у віковій групі 8–9 років:

1. Особистий розряд серед юнаків – хлопці 8–9 років;
2. Особистий розряд серед юнаків – дівчата 8–9 років;

7.2.2. У віковій групі 8–9 років за регламентом виконуються форми:

- 1 коло — Форма «Перша захисна»;
- 2 коло — Форма «Перша атаквальна»;
- 3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Друга захисна», «Друга атаквальна».

7.3. Змагання у віковій групі 10–11 років

7.3.1. Розряди змагань у віковій групі 10–11 років:

1. Особистий розряд серед юнаків – хлопці 10–11 років;
2. Особистий розряд серед юнаків – дівчата 10–11 років;

7.3.2. У віковій групі 10–11 років за регламентом виконуються

форми:

- 1 коло — Форма «Перша захисна»;
- 2 коло — Форма «Перша атаквальна»;
- 3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Друга захисна», «Друга атаквальна».

7.4. Змагання у віковій групі 12–13 років

7.4.1. Розряди змагань у віковій групі 12–13 років:

1. Особистий розряд серед юнаків – хлопці 12–13 років;
2. Особистий розряд серед юнаків – дівчата 12–13 років;

7.4.2. У віковій групі 12–13 років за регламентом виконуються форми:

- 1 коло — Форма «Друга захисна»;
- 2 коло — Форма «Друга атаквальна»;
- 3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Третя захисна», «Третя атаквальна».

7.5. Змагання у віковій групі: кадети і кадетки 14–15 років

7.5.1. Розряди змагань у віковій групі кадети і кадетки 14–15 років:

1. Особистий розряд серед кадетів 14–15 років;
2. Особистий розряд серед кадеток 14–15 років;

7.5.2. У віковій групі кадети і кадетки 14–15 років за регламентом виконуються форми:

1 коло — Форма «Друга захисна»;

2 коло — Форма «Друга атакувальна»;

3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Третя захисна», «Третя атакувальна».

7.6. Змагання у віковій групі: юніори і юніорки 16–17 років

7.6.1. Розряди змагань у віковій групі юніори і юніорки 16–17 років:

1. Особистий розряд серед юніорів 16–17 років;

2. Особистий розряд серед юніорок 16–17 років;

7.6.2. У віковій групі юніори і юніорки 16–17 років за регламентом виконуються форми:

1 коло — Форма «Третя захисна»;

2 коло — Форма «Третя атакувальна»;

3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Інструкторська

захисна»,

«Інструкторська атакувальна».

7.7. Змагання серед дорослих у вікових групах: молодь 18-21 рік, чоловіки та жінки 18 років і старше

7.7.1. Розряди змагань у віковій групі серед дорослих чоловіків і жінок 18 років і старше:

1. Особистий розряд серед чоловіків 18 років і старше;

2. Особистий розряд серед жінок 18 років і старше;

7.7.2. У віковій групі чоловіки і жінки 18 років і старше за

регламентом

виконуються форми:

1 коло — Форма «Третя захисна»;

2 коло — Форма «Третя атакувальна»;

3 коло — Форма вільна на вибір серед таких: «Інструкторська

захисна»,

«Інструкторська атакувальна».

8. Нагородження

8.1. Спортсмени, які посіли 1–3 місця, нагороджуються дипломами відповідних ступенів і медалями організаторів змагань. Спортсмени, яких визнали за рішенням колегії суддів змагань кращими по техніці роботи, кращими в показнику волі до перемоги нагороджуються пам'ятними призами.

8.2. Спонсори та інші організації можуть установлювати додаткові призи.

9. Фінансові витрати

Витрати на організацію проведення змагань (нагородження переможців і призерів, харчування суддівської колегії, оренда місця змагань та допоміжних приміщень, штабу змагань та оргтехніки, оренда хорту, оплата канцтоварів, медикаментів, лікарського та обслуговуючого персоналу,

друкування афіш та іншої атрибутики до змагань, розміщення реклами, транспортні та інші видатки по організації змагань) здійснюються за рахунок Закарпатської обласної федерації бойового хортингу, зацікавлених установ, організацій та спонсорів.

Витрати на відрядження учасників, тренерів-представників, суддів (проїзд в обох напрямках, розташування, харчування, збереження заробітної плати, благодійні безповоротні внески за участь у змаганнях) – за рахунок коштів організацій, що відряджають.

10. Підготовка спортивних споруд

Підготовка спортивних споруд покладається на їх власників.

Контроль за підготовкою спортивних споруд та забезпеченням безпеки при проведенні змагань здійснює робоча комісія, яка створюється оргкомітетом змагань та затверджується офіційним делегатом Національної федерації бойового хортингу України.

Власник спортивної споруди не менш, ніж за 4 години до початку змагань зобов'язаний подати до робочої комісії акт про її готовність до проведення змагань. Невиконання вимог, передбачених цим пунктом, що стали причиною виникнення надзвичайних обставин під час проведення змагань, тягне за собою відповідальність.

11. Медичне забезпечення

Для медичного забезпечення змагань залучаються кваліфіковані медичні працівники. На змаганні присутній лікар зі спортивної медицини.

Лікар змагань входить до складу суддівської колегії на правах заступника головного судді. Всі його рішення в межах компетентності обов'язкові для учасників, суддів, організаторів змагань. Лікар представляє в організаційний комітет або суддівську колегію план медичного забезпечення змагань та звіт з їх закінченням.

12. Заявки

12.1. Попередні заявки на участь у змаганнях надсилати не пізніше ніж за 10 днів до початку змагань, до 01 березня 2020 року на електронну адресу голові оргкомітету змагань **Гречаному Олександрю Миколайовичу**, тел.: **+380632257837, +380502268509, e-mail: dkfwkk@gmail.com**

12.2. В попередніх заявках повинна бути вказана така інформація: прізвище, ім'я, по батькові, дата народження, країна, розділ змагань, вага, спортивне звання.

12.3. Іменна заявка на участь у змаганнях подається до мандатної комісії у день приїзду учасників. До заявки додаються документи, що засвідчують особу і дату народження, а також страховий поліс від нещасних випадків. До участі у змаганні допускаються лише команди та учасники, які

підтвердили свою участь у встановлених для попередніх заявок терміни під час роботи мандатної комісії.

12.4. Заявки приймаються тільки в надрукованому вигляді, підписані керівником національної організації, що відряджає команду для участі у чемпіонаті Закарпатської області. Попередні заявки направляються на електронні адреси. Кількість допущених спортсменів у заявці вказується прописом і засвідчується підписом лікаря з печаткою.

Форму заявки див. у Додатку № 1 до даного Положення.

12.5. Оригінал заявки разом з іншими зазначеними документами офіційний представник команди надає до Мандатної комісії змагань.

12.6. Несвоєчасно подані або неправильно оформлені заявки не приймаються.

ЦЕ ПОЛОЖЕННЯ Є ОФІЦІЙНИМ ВИКЛИКОМ НА ЗМАГАННЯ

Методи тренування студентів – спортсменів бойового хортингу

Методи	Зміст
Рівномірний	Постійна інтенсивність у виконанні вправи впродовж тривалого часу
Перемінний	Постійна зміна інтенсивності виконання вправи
Повторний	Відпрацювання одного елемента різними методичними прийомами, чергуючи їх з відпочинком
Інтервальний	Чергування роботи високої інтенсивності з інтервалами відпочинку. Система відрізків сутички
Ігровий	Підвищення емоційності та високої інтенсивності роботи в іграх, що розвивають спритність і швидкість мислення
Круговий	Послідовне і досить довготривале виконання ряду простих вправ зі снарядами і без них по колу
Змагальний	Безпосереднє суперництво спортсменів у боротьбі за досягнення ними високих результатів

Основні методичні прийоми навчання техніки бойового хортингу

Методичний прийом	Практика
Групове освоєння прийому (без партнера) за загальною командою тренера в строю з однієї шеренги	Навчання новачка на першому етапі. Відпрацювання окремих елементів бойового хортингу
Групове освоєння прийому (з партнером) за загальною командою тренера в строю з двох шеренг	Навчання новачка на другому етапі. Відпрацювання дистанцій, атаквальних і захисних дій
Самостійне освоєння прийому за завданням тренера у парах, що вільно пересуваються по залу, хорту	Основа техніко-тактичної майстерності (ТТМ)
Умовна сутичка з діями супротивників, що обмежені вузьконапраленим завданням	Удосконалення техніко-тактичної майстерності (ТТМ)
Індивідуальне освоєння прийому в роботі з тренером на лапах, рукавицях, з манекеном тощо	Відпрацювання ТТМ, виправлення помилок
Вільна сутичка (сутичка без обмеження дій супротивників)	Вироблення особистої манери і стиля ведення сутички

Засоби навчання і тренування спортсменів бойового хортингу

Основними засобами навчання і тренування спортсменів бойового хортингу є фізичні вправи

Зміст фізичних вправ бойового хортингу

Фізичні вправи	Зміст
Спеціальні бойові вправи	Вдосконалення техніко-тактичної майстерності (ТТМ) у парах. Умовні, вільні, змагальні сутички
Спеціально-підготовчі вправи	Схожість в особливостях нервово-м'язових зусиль, що розвиваються, зі спеціальними ударними, хватними, захисними та іншими діями спортсмена (вправи з обтяженнями)
Загальнорозвивальні бойові вправи	Різнобічні впливи на організм спортсмена, що сприяють виробленню широкого кола рухових навичок. Використання вправ з інших видів підготовки і спорту

Розподіл річного навантаження

Зміст занять	Навчально-тренувальні групи 1–2 рік навчання		Навчально-тренувальні групи 3–4 рік навчання	
	1	2	3	4
Кількість годин на рік	172	172	258	258
Кількість занять на рік	86	86	129	129
Кількість годин на тиждень	4	4	6	6
Кількість занять на тиждень	2	2–3	3	3
Тривалість заняття	2	2	2–3	2–3
Варіант побудування тижневого циклу	2–3	3–3	3–4	3–4

Навчально-тематичний план

№	Блок (тема)	НТГ – 1 (1 рік навч)	НТГ – 2 (2 рік навч)	НТГ – 3 (3 рік навч)	НТГ – 4 (4 рік навч)
I	Ввідний (теоретична підготовка)	6	7	8	9
II	Фізична підготовка	100	90	132	100
III	Технічна підготовка	30	34	50	60
IV	Тактична підготовка	24	26	50	68
V	Психологічна підготовка	6	8	10	12
IV	Виховна робота	6	7	8	9
	Всього;	172	172	258	258

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН-ГРАФІК ОСВОЄННЯ ПРОГРАМИ

Навчально-тренувальна група 1-й рік навчання,
4 години на тиждень / 172 години на рік

Розділ програми	Всього годин	Вересен	Жовтен	Листоп	Грудень	Січень	Лютий	Березен	Квітень	Травен
Теоретична підготовка	6	-	-	-	-	1	1	1	2	1
Фізична підготовка	100	15	15	10	10	10	10	10	10	10
Технічна підготовка	30	3	3	3	3	3	3	5	4	3
Тактична підготовка	24	2	2	2	2	2	4	4	4	4
Психологічна підготовка	6	-	-	-	-	-	1	2	2	1
Виховна робота	6	1	1	1	1	1	1	-	-	-
РАЗОМ:	172	21	21	16	16	17	20	22	22	17

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Блок. Теоретична підготовка

Зміст курсу занять	НТГ 1 рік навчання	НТГ 2 рік навчання	НТГ 3 рік навчання	НТГ 4 рік навчання
Техніка безпеки, пожежна безпека, правила поведінки	1	1	1	1
Витоки та історія розвитку бойового хортингу	1	1	1	1
Основи гігієни, спортивний режим, значення фізичної підготовки	1	1	1	1
Правила змагань з бойового хортингу. Термінологія	1	1	1	2
Спортивний інвентар. Захисне екіпірування. Правила експлуатації	1	2	2	2
Основи долікарської медичної допомоги. Спортивний травматизм	1	1	2	2
Всього:	6	7	8	9

2. Блок. Фізична підготовка

Зміст занять	НТГ 1 рік навчання	НТГ 2 рік навчання	НТГ 3 рік навчання	НТГ 4 рік навчання
Загальна фізична підготовка				
Вправи для розвитку сили				
вправи з власною вагою	15	6	6	3
вправи з партнером	12	6	6	3
вправи з обтяженням	-	-	6	3
Вправи для розвитку швидкості				
розвиток загальної швидкості	12	10	10	10
розвиток спеціальних швидкісних якостей	10	10	15	10
Вправи для розвитку витривалості	12	10	12	8
Вправи для розвитку гнучкості	15	10	12	8
Вправи для розвитку спритності	10	10	12	8
Спеціальна фізична підготовка				
Вправи з використанням інвентаря бойового хортингу (мішок, груша, настінна подушка, лапи, ракетки, манекени)	5	20	33	35
Вправи з використанням інвентаря (скакалка, набивний м'яч, тенісний м'яч тощо)	9	18	20	12
Всього:	100	90	132	100

3. Блок. Технічна підготовка

Зміст занять з бойового хортингу	НТГ 1 рік навчання	НТГ 2 рік навчання	НТГ 3 рік навчання	НТГ 4 рік навчання
Стійки	1	1	1	1
Пересування	1	1	1	1
Дистанції в бойовому хортингу	1	1	1	1
Удари руками				
Прямий ближньою рукою	1	1	1	1
Прямий дальньою рукою	1	1	1	1
Боковий ближньою рукою	1	1	1	1
Боковий дальньою рукою	1	1	1	1
Знизу ближньою рукою	1	1	1	1
Знизу дальньою рукою	1	1	1	1
Удари ліктем	1	1	1	1
Удари ногами				
Прямий ближньою ногою	1	1	1	1
Прямий дальньою ногою	1	1	1	1
Боковий ближньою ногою	1	1	1	1
Боковий дальньою ногою	1	1	1	1
Удар ногою вбік	1	1	1	1
Удар ногою зверху	1	1	1	1
Удар ногою назад	1	1	1	1
Круговий ближньою ногою	1	1	1	1
Круговий дальньою ногою	1	1	1	1
Удар п'ятою з розворотом	1	1	1	1
Удар коліном	1	1	1	1
Кидки (згідно арсеналу техніки бойового хортингу)				
Підсічки	1	1	1	1
Підніжки (передня, задня, бокова)	1	1	1	1
Зачепа	1	1	1	1
Кидки через стегно, спину	1	1	1	1
Підхвати, підсади	1	1	1	1
Перевороти	1	1	1	1
Прийоми партеру				
Утримання	1	1	1	1
Больові прийоми на руку	1	1	1	1
Больові прийоми на ногу	1	1	1	1
Задушливі прийоми	1	1	2	2
Комбінаційні дії				
Захист від ударів руками і ногами	1	1	1	1
Контрприйоми проти кидків	1	1	1	1
Ударно-борцівські комбінації у стійці і партері, в атаці та захисті	1	1	1	1
Всього:	30	34	50	60

4. Блок. Тактична підготовка

Зміст занять	НТГ 1 рік навчан ня	НТГ 2 рік навчан ня	НТГ 3 рік навчан ня	НТГ 4 рік навчан ня
Форми ведення сутички (розвідки, наступ, оборона)	4	4	10	15
Сутичка на дальній дистанції	4	4	5	5
Сутичка на середній дистанції	4	4	5	5
Сутичка на ближній дистанції, у клінчу	4	4	5	5
Тактика пересування і сутичка в стійці	2	2	2	2
Облудні дії, маневри, фінти	4	3	3	9
Тактика сутички у партері	2	3	8	18
Сутичка проти «темповика»	-	-	2	4
Сутичка проти «силовика»	-	-	2	4
Сутичка проти «ігровика»	-	-	2	5
Сутичка проти «універсала»	-	-	2	5
Сутичка проти «лівші»	-	2	4	6
Всього:	24	26	50	68

5. Блок. Психологічна підготовка

Зміст курсу занять	НТГ 1 рік навчан ня	НТГ 2 рік навчан ня	НТГ 3 рік навчан ня	НТГ 4 рік навчан ня
Загальна психологічна підготовка	2	2	2	2
Формування у спортсменів необхідних властивостей особистості, вольових якостей	2	2	2	2
Підготовка спортсменів до тривалих фізичних навантажень	1	2	2	2
Підготовка спортсменів бойового хортингу до продуктивної роботи в екстремальних умовах спортивних змагань				
Аутогенне тренування	1	2	2	2
Вивчення сильних і слабих сторін супротивника	-	-	1	2
Створення психологічної підготовленості до сутички	-	-	1	2
Всього:	6	8	10	12

6. Блок. Виховна робота

Зміст занять	НТГ 1 рік навчан ня	НТГ 2 рік навчан ня	НТГ 3 рік навчан ня	НТГ 4 рік навчан ня
Державна символіка, прапор і Гімн України	1	1	1	1
Історія клубу, секції. Студенти закладу освіти, які загинули, виконуючи воїнський обов'язок	1	1	1	1
Розповіді з життя видатних спортсменів бойового хортингу	1	1	1	1
Бесіди на тему «Шкідливі звички»	1	1	1	1
Участь у заходах, що пропагують здоровий спосіб життя	1	1	1	1
Участь в обладнанні спортзалу, прибиранні території	1	1	1	1
Колективна робота, створення збірної команди, традиції, шефство	-	1	3	3
Участь у загальнозначущих заходах	-	-	2	3
Індивідуальна робота	За необхідністю			
Всього:	6	7	8	9

**ЖУРНАЛ ОБЛІКУ РОБОТИ
НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОЇ ГРУПИ
2 РОКУ НАВЧАННЯ**

№ п/п	Прізвище, Ім'я	Облік відвідувача									
		3.02	5.02	7.02	10.02	12.02	14.02	17.02	19.02	21.02	24.02
1	Абраменко Сергій	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2	Бондар Дмитро	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	Данілевич Віктор	+	+	+	+	+	+	+	н	+	+
4	Житар Іван	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5	Зленко Семен	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6	Коротюк Михайло	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
7	Ліберт Сергій	+	+	+	+	н	+	+	+	+	+
8	Мироненко Володимир	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
9	Ноженко Дмитро	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
10	Опенько Василь	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
11	Степаненко Дмитро	+	+	+	+	+	+	н	+	+	+
12	Франчук Сергій	+	+	+	+	+	+	+	+	н	+

**ПЛАН
НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ НА ТИЖДЕНЬ**

ДЕНЬ ТИЖНЯ	ЗАНЯТТЯ	ПЕРЕВАЖНА СПРЯМОВАНІСТЬ	ТРИВАЛЬСТЬ, хв	НАВАНТАЖЕННЯ
Понеділок	1-ше	Розвиток швидкості	110-120	Середнє
Вівторок	-	Активний відпочинок	-	-
Середа	2-ге	Навчання та вдосконалення техніки ударів руками і ногами	110-120	Велике
Четвер	-	-	-	-
П'ятниця	3-тє	Теоретичне заняття, загальна і спеціальна фізична підготовка	110-120	Мале
Субота	-	Активний відпочинок	-	-
Неділя	-	Активний відпочинок	-	-

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Директор Ірпінської ДЮСШ

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН
спортивно-масових заходів відділення спортивного орієнтування
Ірпінської ДЮСШ на 2019-2020 рік

№	Термін проведення	Місце проведення	Назва заходу
1	02.01-11.01	с. Сянки Львівської обл.	Навчально-тренувальний збір з орієнтування на лижах
2	19.02-23.02	м.Київ	Командний чемпіонат України з орієнтування на лижах серед юнаків, юніорів та дорослих
3	20.03-30.03	м. Цюрупинськ Херсонської обл.	Навчально-тренувальний збір, всеукраїнські змагання «Кубок Олешія» чемпіонат України серед ДЮСШ
4	05.04	м. Вишгород	Відкритий чемпіонат Київської обл. на довгих дистанціях
5	11.04-12.04	Конча-Заспа	Belichi-Cup, відкритий чемпіонат Київської області
6	18.04-19.04	м. Київ	Відкритий чемпіонат Київської обл. з нічного орієнтування
7	19.04	м. Київ	Всеукраїнські змагання на дистанціях спринту, присвячені пам'яті А.М.Литвинчука
8	23.04-26.04	м. Київ	Чемпіонат України серед юнаків та юніорів
9	07.05-12.05	м. Суми	Командний чемпіонат України
10	02.06-10.06	м. Переяслав- Хмельницький	Оздоровчо-тренувальний збір учнів відділення спортивного орієнтування КОДЮСШ
11	12.06-14.06	Сумська обл.	Кубок України, всеукраїнські змагання «Скіф»
12	15.06-29.06	м. Клуж-Напока (Румунія)	Навчально-тренувальний збір та чемпіонат Європи серед юнаків
13	26.06-03.07	Полтавська обл.	Командний чемпіонат України серед юнаків
14	28.06-12.07	м. Рауланд (Норвегія)	Навчально-тренувальний збір та чемпіонат світу серед юніорів
15	03.07-06.07	Черкаська обл.	Всеукраїнські змагання на приз газети «Сільські Вісті»
16	17.08-25.08	Чернівецька обл	Навчально-тренувальний збір по підготовці до чемпіонату України з багатоборства
17	25.09-29.09	Чернівецька обл	Чемпіонат України з багатоборства
18	02.10-04.10	Херсонська обл.	Всеукраїнські змагання «Кубок Олешія»
19	03.10-04.10	м. Київ	Всеукраїнські змагання «КіевOpen»
20	16.10-18.10	м. Київ	Всеукраїнські змагання «Кубок Оніщука»
21	24.10-25.10	м. Київ	Всеукраїнські змагання «Голосіївська осінь»
22	25.12-27.12	м. Кролевець Сумської обл.	Чемпіонат України з орієнтування на лижах сезону 2015-2016 року

КОШТОРИС СПОРТИВНОГО ЗМАГАННЯ З БОЙОВОГО ХОРТИНГУ

Кошторис змагань може бути складений у довільній формі, проте обов'язковим є перелік запланованих та фактичних статей витрат коштів, характер та розміри задіяних матеріальних ресурсів (як правило в грошовому еквіваленті) та безпосередньо витрачені фінансові ресурси. Розміри та характер витрат не повинні перевищувати передбачені категорії та ліміти залежно від масштабу та характеру змагань. Перевищення витрат може бути компенсовано лише за рахунок власних коштів спортивних організацій чи залучення сторонніх (спонсорських чи меценатських) коштів. Попередній кошторис складається з метою фінансового планування змагань. Остаточний кошторис надається в бухгалтерію головної організації як документ фінансової звітності.

Кошторис витрат на проведення змагань

№ п/п	СТАТТЯ ВИТРАТ	ЦІНА	КІЛЬКІСТЬ	СУМА
1	Кубок	500,00 грн	1	500,00 грн
2	Кубок	300,00 грн	1	300,00 грн
3	Кубок	250,00 грн	1	250,00 грн
4	Медалі	50,00 грн	50	2500,00 грн
5	Дипломи	10,00 грн	10	500,00 грн
6	Суддівство	100,00 грн	8	800,00 грн
ЗАГАЛЬНА СУМА				4850,00 грн

«Затверджую»

Керівник від бази практики

В. З. Тарасов

Оцінка _____

Дата _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

занять з бойового хортингу № 1 на 10 лютого 2020 р.
для навчально-тренувальної групи 2-го року навчання
Ірпінської дитячо-юнацької спортивної школи

Дата: 10.02.2020 р.

Місце проведення: спортивний зал.

Спортивний інвентар: похила гімнастична лава, гімнастичні мати, м'ячі, кеглі, обручі.

Час уроку: 45 хвилин.

Тема уроку: Страховки: перекиди вперед і назад, способи безпечного падіння назад.

Мета уроку: зміцнення здоров'я, сприяння гармонійному фізичному і розумовому розвитку, всебічній фізичній підготовленості учнів.

Завдання уроку:

• освітні:

1) вдосконалення техніки виконання перекидів вперед і назад;

2) навчання дітей прийомів безпечного падіння на спину, вміння застосовувати здобуту навичку у повсякденному житті;

• виховні – виховання сміливості, рішучості, наполегливості в подоланні труднощів;

• оздоровчі – розвиток спритності та координаційних здібностей.

Тип уроку: комбінований (комплексний).

Способи проведення: фронтальний, індивідуальний, потоковий, ігровий.

Інвентар: хортингістський хорт або борцівський килим.

№	Зміст	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
I	<u>Ввідна частина</u> 1. Шикування, доповідь чергового, перевірка готовності до уроку.	1 хв 1 хв	Черговий здає вчителю рапорт про готовність класу до уроку, перевірка наявності учнів
II	2. Короткий інструктаж з техніки безпеки, доведення теми та плану заняття.	3 хв	
	<u>Підготовча частина</u> 3. ЗРВ у ходьбі і бігу: ▪ ходьба на носках, на п'ятах;	3 хв	Стежити за поставою під час виконання бігових вправ

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ біг із захльостуванням гомілки; ▪ біг з високим підніманням стегна; ▪ біг з приставними кроками; <p>4. ЗРВ на місці:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ нахили і повороти голови; ▪ ривки і махи руками; ▪ нахили тулуба вліво, вправо, вперед, назад; ▪ обертання тулуба; ▪ піднімання ніг і махи ногами. <p>5. Спеціальні вправи на хорті:</p>		<p>Вправи виконуються в колоні по одному, дотримуватися дистанції 1 м; стежити за правильною поставою</p> <p>Для виконання вправ клас, за командою: «Наліво по три – МАРШ!»</p> <p>Вибудовується в розімкнутому строю, на дистанцію й інтервал між учнями 4-5 кроків, у напівоберті до вчителя.</p> <p>Для цього подається команда: «У напівоберт на лі – ВО! (пра - ВО!)»</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ вправи на гнучкість і розтяжку; ▪ передній і задній міст 	4 хв	
III	<p><u>Основна частина</u></p> <p>6. Акробатичні елементи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ перекид вперед; ▪ перекид назад; ▪ «колесо»; ▪ гімнастичний міст; ▪ стійка на лопатках (дівчата); ▪ стійка на голові і руках (хлопці). <p>7. Вивчення падіння назад:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ розповідь, показ, опробування; ▪ відпрацювання (тренування) 	25 хв 10 хв 15 хв	<p>Вправи виконуються в колону по два, дистанція 2 перекиди, стежити за виконанням угруповання</p> <p>Падіння назад з присіду виконується кожним учнем індивідуально.</p> <p>Для відпрацювання падіння назад через партнера клас розбивається на дві групи: хлопчиків і дівчаток. Вправа виконується потоковим способом (у два потоки).</p> <p>Стежити за положенням голови і рук при перекаті на спину і дотриманням угруповання</p>
III	<p><u>Завершальна частина</u></p> <p>8. Гра «Двобій півнів»</p>	10 хв 5 хв	<p>Клас ділиться на дві команди, які шикуються за ростом один напроти одного. З кожної команди</p>

	<p>9. Вправа на відновлення дихання, підбиття підсумків гри</p> <p>10. Підбиття підсумків заняття, виставлення оцінок, домашнє завдання</p>	<p>3 хв</p> <p>2 хв</p>	<p>виходить по одному учаснику за порядком, починаючи з найвищих. Стрибаючи на одній нозі і тримаючи руки за спиною, суперники намагаються примусити один одного спертися на другу ногу. Той, хто впав, зійшов з хорта або торкнувся його другою ногою, вважається переможеним. Гра триває доти, поки всі гравці не пройдуть випробування</p> <p>Шиккування в одну шеренгу</p>
--	---	-------------------------	--

План-конспект уроку

склала студент-практикант _____ Єрьоменко М. О.

«Затверджую»

Керівник від бази практики

В. З. Тарасов

Оцінка _____

Дата _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

занять з бойового хортингу № 2 на 12 лютого 2020 р.
для навчально-тренувальної групи 2-го року навчання
Ірпінської дитячо-юнацької спортивної школи

Дата: 12.02.2020 р.

Місце проведення: спортивний зал.

Спортивний інвентар: м'ячі волейбольні, набивні м'ячі

Час уроку: 45 хвилин.

Тема уроку: "Вивчення техніки гри "Волейбол"

Мета уроку:

1. Освітня:

- удосконалювати техніку виконання передач двома руками зверху та знизу.
- використовувати набуті технічні і тактичні вміння під час гри в волейбол.
- сприяти розвитку сили, гнучкості, координації рухів, спритності.

2. Оздоровча:

- сприяти розвитку морально-вольових якостей, сміливості, сили волі.
- взаємодопомоги, товариськості, колективних дій.

3. Виховна:

сприяти вихованню активності, уважності, дисциплінованості, інтересу до занять фізичними вправами.

Завдання уроку:

- закріпити передачі м'яча двома руками зверху.
- навчати вибору місця під час прийому м'яча.

Частина уроку	№	Зміст уроку	Дозування	Організаційно-методичні вказівки
Підготовча частина 15 хв.	1	Організований перехід до місця заняття.	30 с	Перехід в колоні по одному
	2	Шикування. Привітання. Повідомлення завдань уроку.	1.5–2хв	Звернути увагу на форму та взуття. Нагадати правила техніки безпеки.

3	Стройові вправи. Повороти на місці.	30 с	Чіткість виконання
4	<i>Стройові вправи на місці:</i> повороти праворуч, ліворуч, кругом	30–40с.	Організувати діяльність учнів.
5	<i>Ходьба:</i> звичайна в обхід по спортзалу.	30–40с.	Дотримання дистанції
6	<i>Біг:</i> - звичайний; - приставним кроком лівим боком; - приставним кроком правим боком; - із закиданням гомілок; - із високим підніманням колін; - звичайний;	1.5–2хв	Дистанція два кроки
7	<i>ЗРВ в русі:</i> В.П. руки перед грудьми, 1-2 відведення зігнутих рук назад 3-4 – прямих; В.П. руки в сторони, 1-4 великі кола руками вперед 5-8 – назад; В.П. руки в сторони, кисть в кулак 1-4 кругові рухи передпліччями вперед 5-8 – назад; В.П. руки перед собою в замок 1-2 колові рухи кистями вперед 3-4 – назад; В.П. руки вперед, нахили на кожний рахунок; В.П. руки перед собою в замок, ходьба з випадами на кожний крок з поворотом в протилежний бік; Вправи на відновлення дихання.	3–4хв. 5–8 р. 5–8 р. 5–8 р. 5–8 р. 5–8 р.	Слідкувати за виконанням вправ з максимальною амплітудою.

	<p>Рухлива гра «Мисливці та качки»</p>	<p>5–8 хв.</p>	<p>На ігровому майданчику чертиться коло діаметром 5- 8 м. (залежно від віку гравців і їх числа). Всі гравці діляться на дві команди: «качки» і «мисливці». «Качки» розташовуються всередині кола, а «мисливці» за колом. «Мисливці» отримують м'яч. По сигналу або по команді вчителя «мисливці» починають м'ячем вибивати «качок». «Качки», в яких потрапив м'яч, вибувають за межі кола. Гра продовжується до тих пір, поки не будуть вибиті всі «качки» з кола. Під час кидка м'яча «мисливцям» не можна переступати лінію кола. Коли будуть вибиті всі «качки», команди міняються місцями. Перемагає та</p>
--	--	----------------	--

				команда яка швидше виб'є всіх «качок» з кола.
Основна частина 25 хв.	1	Розподілення по місцях занять.	2 хв	
	2	<i>I база.</i> Передача двома руками зверху (з обов'язковою фіксацією набивного м'яча.)	15 разів.	Метод колового тренування. Біля стіни.Слідкувати за правильним положенням пальців рук.
	3	<i>II база.</i> Передача м'яча двома руками зверху	15 разів.	Метод колового тренування. Біля стіни.Слідкувати за правильним положенням пальців рук.
	4	<i>III база.</i> Прийом м'яча двома руками знизу. Учні розташовуються біля стіни приймаючи низьку стійку самостійно кидаючи м'яч в стіну намагаються виконати серію прийомів без втрати м'яча.	20 разів.	Метод колового тренування. Біля стіни.Слідкувати за правильним положенням пальців рук.
	5	<i>IV база.</i> Прийом м'яча двома руками знизу. Учні розподіляються парами один навпроти одного. По черзі виконують прийом м'яча двома руками знизу після накидання партнером.	15 разів.	Метод колового тренування. Біля стіни.Слідкувати за правильним положенням пальців рук.
	6	Навчальна двостороння гра в волейбол.	4–5 хв.	Якщо команда заробляє очко використавши правильно всі свої три дотики до мя'ча зараховується два очка.
Заклю- чна	1	Ходьба, вправи на відновлення дихання.	1 хв	В обхід по залу, повільний темп.

частина 3 хв.	2	Підведення підсумків уроку.	1 хв 30 с	Учні аналізують та оцінюють свої уміння застосовувати вивчені елементи у навчальній грі. Виставлення оцінок за роботу на уроці.
	3	Організований вихід зі спортивного залу.	30 с	

План-конспект уроку

склала студент-практикант _____ Єрьоменко М. О.

«Затверджую»

Керівник від бази практики

В. З. Тарасов

Оцінка _____

Дата _____

ПЛАН-КОНСПЕКТ

занять з бойового хортингу № 3 на 14 лютого 2020 р.
для навчально-тренувальної групи 2-го року навчання
Ірпінської дитячо-юнацької спортивної школи

Дата: 14.02.2020 р.

Місце проведення: спортивний зал Ірпінської ЗОШ № 3..

Завдання уроку:

1. Вивчення прийому хортингу в стійці – кидок через стегно; прийомів у партері – утримання збоку, больовий прийом – вузол руки та важіль руки від утриманн збоку.
2. Розвиток сили та координації.
3. Виховання дисциплінованості, самостійності, інтересу до занять хортингом.

Тип уроку: навчально-тренувальний.

Метод проведення: фронтальний, груповий, ігровий.

Місце проведення: зал хортингу.

Інвентар: хорт.

Час проведення: 45 хвилин.

Частина уроку	Зміст	Дозування	ОМВ (організаційно-методичні вказівки)
I	Підготовча частина 1. Шикування, повідомлення завдань. 2. ОРУ в ходьбі та бігу: <ul style="list-style-type: none">▪ ходьба на носках, на п'ятах;▪ біг із захльостуванням гомілки;▪ біг з високим підніманням стегна;▪ біг з приставними кроками;▪ біг з хресним кроком;	1 хв 4 хв 5 хв	Черговий здає вчителю рапорт про готовність класу до уроку. Стежити за поставою під час виконання бігових вправ. Вправи виконуються в колоні по одному, дотримуватися дистанції 1 м; стежити за правильною

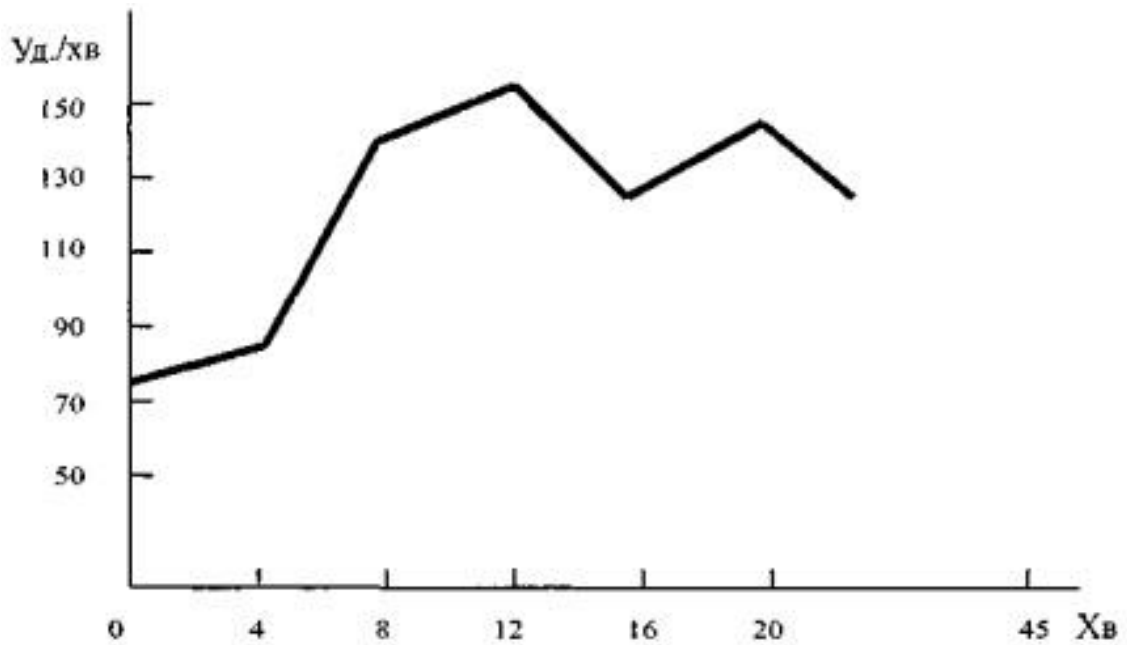
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ в ходьбі: нахили і повороти голови; ▪ в ходьбі: ривки руками; ▪ в ходьбі: нахили тулуба вліво, вправо, вперед, назад; ▪ ходьба в повному присяді. <p>3. ОРУ на хорті:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ з положення сидячи: нахили вперед, назад, в сторони; ▪ з положення лежачи на спині: нахили в сторони; ▪ з положення стоячи на колінах сід на сідниці; ▪ передній і задній міст. <p>4. Акробатичні елементи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ перекид вперед; ▪ перекид назад; ▪ перекид назад з виходом у стійку; ▪ перекид вперед у висоту з розбігу; ▪ переворот боком; ▪ поєднання вправи переворот боком і перекид вперед у довжину з місця; ▪ гра "квач перевертами" 	<p>5 хв</p> <p>2 хв</p>	<p>поставою.</p> <p>Вправа виконується до торкання грудьми хорта.</p> <p>Вправи виконуються ногами в центр хорта.</p> <p>Вправи виконуються в колону по 2, дистанція 3-4 метри, стежити за своєчасним виконанням угруповання</p>
<p>II</p>	<p>Основна частина</p> <p>1. Кидок через стегно зі стійки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ розповідь, показ, опробування; ▪ вивчення частинами; ▪ повторення раніше вивчених кидків. <p>2. Утримання збоку в</p>	<p>25 хв</p> <p>8 хв</p> <p>4 хв</p> <p>6 хв</p>	<p>Учні розбиваються парами.</p> <p>Стежити за повним розгортанням тулуба і підбивати верхньою частиною стегон назад, вгору.</p> <p>Положення ніг – одна</p>

	<p>положенні лежачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ розповідь, показ, опробування. <p>3. Больові прийоми – вузол і важіль руки від утримання збоку:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ розповідь, показ, опробування; ▪ вивчення частинами. <p>4. Вправи для розвитку сили:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ віджимання в упорі лежачи; ▪ з положення лежачи на спині піднімання тулуба; ▪ з положення лежачи на спині з упором на ліктях "кут". 	<p>7 хв 2п*15 р 2п*10 р 30 с</p>	<p>нога витягнута вздовж тулуба, друга стоїть на ступні.</p> <p>Стежити, щоб під час виконання прийому сигнал про те, що больові дії досягли мети, подавався своєчасно</p>
Ш	<p>Завершальна частина</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ вправа на розслаблення; ▪ підбиття підсумків заняття; ▪ домашнє завдання 	<p>3 хв</p>	<p>Лежачи на спині розслабитися. Шиккування в одну шеренгу. Віджимання в упорі лежачи</p>

План-конспект уроку

склала студент-практикант _____ **Єрмоєнко М. О.**

ГРАФІК-АНАЛІЗ
ПУЛЬСОВИХ ДАНИХ НА ТРЕНУВАЛЬНОМУ ЗАНЯТТІ
(графічне зображення)



Графік виміру пульсу (пульсова крива)

ЗВІТ
про проходження виробничої практики
здобувача вищої освіти 2 курсу, групи ФКБЗ-18-1с
спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Єрмоєнко Марини Олександрівни
в Ірпінській дитячо-юнацькій спортивній школі
з 27.01.2020 до 06.03.2020 року

У процесі проходження виробничої практики на базі Ірпінської дитячо-юнацької спортивної школи виконувалась організаційна, навчально-спортивна і методична робота, виховна і науково-дослідна робота, адміністративно-господарська і фінансова діяльність, а також проведення змагань.

Загальна кількість годин, які були витрачені на дану діяльність склала – 90, з них на виконання навчально-тренувального навантаження – проведення занять – 20 годин.

Ірпінська ДЮСШ знаходиться за адресою: 08200, Київська обл., місто Ірпінь, вул. Троїцька, буд. 40.

В колективі ДЮСШ працюють досвідчені фахівці з видів спорту.

Види діяльності:

85.51 Освіта у сфері спорту та відпочинку

68.20 Надання в оренду й експлуатацію власного чи орендованого нерухомого майна

93.11 Функціонування спортивних споруд

93.12 Діяльність спортивних клубів

93.19 Інша діяльність у сфері спорту.

Документи, які має Ірпінська ДЮСШ

Для загальної діяльності:

1. Статут спортивної школи, довідку про державну реєстрацію.
2. Ліцензію на здійснення платних послуг (за умови надання послуг).
3. Паспорт спортивної споруди (за наявності власних споруд), наявність договору на використання інших спортивних споруд.

4. Свідоцтво про категорію спортивної школи та атестації.
5. Копії матеріалів державної атестації спортивної школи.
6. Накази та розпорядження з основної діяльності спортивної школи.
7. Штатний розпис.
8. Кошторис або план використання коштів.
9. Накази з особового складу.
10. Особові справи працівників.
11. Посадові інструкції працівників спортивної школи.
12. Книгу обліку трудових книжок працівників.
13. Журнали обліку вхідної та вихідної кореспонденції.
14. Колективний договір між адміністрацією і профспілковим комітетом (у разі наявності).
15. Інструкції з техніки безпеки, журнал обліку нещасних випадків.
16. Журнал реєстрації інструктажів з техніки безпеки та охорони праці.
17. Табелі обліку робочого часу працівників спортивної школи.
18. Протоколи загальних зборів (конференцій) колективу спортивної школи та ради спортивної школи(у разі наявності).

Для організації навчально-тренувальної і спортивної роботи:

1. Річний план роботи, який включає аналіз роботи за минулий рік та розділи організаційної, виховної, навчально-тренувальної, спортивної, методичної, фінансово-господарської роботи, підвищення кваліфікації, роботи із загальноосвітніми навчальними закладами, медичного забезпечення, роботи з батьками, внутрішнього шкільного контролю.
2. Календарний план змагань та навчально-тренувальних зборів.
3. Тарифікаційний список тренерів-викладачів.
4. План комплектування.
5. Особисті картки спортсменів, особисті картки тренерів-викладачів
6. Заяви вихованців.
7. Списки навчальних груп.
8. Книгу обліку і видачі свідоцтв про закінчення спортивної школи.
9. Протоколи засідань тренерської ради.

10. Розклад занять.

11. Навчальні програми з видів спорту, затверджені Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту.

12. Річні статистичні звіти за встановленою формою.

13. Індивідуальні плани підготовки вихованців на етапах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень; навчально-тренувальні плани для груп початкової підготовки та попередньої базової підготовки.

14. Протоколи здачі вимог вихованцями спортивної школи.

15. Книгу обліку виступу на змаганнях (протоколи змагань, виписки з протоколів).

16. Книгу обліку розрядників та присвоєння спортивних звань.

17. Журнали обліку роботи кожної навчальної групи.

18. Журнал реєстрації інструктажів з техніки безпеки під час навчально-тренувальної та змагальної роботи з вихованцями.

Примітка: У разі виробничої необхідності дитячо-юнацька спортивна школа використовує додаткові документи, необхідні для забезпечення діяльності школи на належному рівні, а також створює власні документи для використання в практичній роботі.

Річні статистичні звіти ведуться відповідно до встановленої форми № 5-ФК, № 5-ФК (зведена).

У ДЮСШ займаються хлопці і дівчата віком від 5 років.

Заняття проводяться у спортивних залах і на майданчиках, які обладнані за сучасними вимогами.

Матеріальна база знаходиться у відмінному стані і доглянута працівниками ДЮСШ.

Впродовж виробничої практики мені була надана необхідна інформаційна і навчально-методична допомога для проведення занять та якісного складання даного звіту.

04 березня 2020 року.

ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу: Постанова КМУ від 5.11.2008 р № 993. Київ: Парламентське видавництво, 2019. 10 с.
2. Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл: Наказ Міністерства молоді та спорту України від 17.01.2015 р № 67. Київ: 2019. 11 с.
3. Про затвердження Положення про порядок організації і проведення офіційних спортивних змагань і навчально-тренувальних зборів та порядок матеріального забезпечення їх учасників: Наказ Міністерство молоді та спорту України від 09.02.2018 р № 617. Київ, 2019. 11 с.
4. Арефьев В. Г. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики [текст] методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання 4-те вид. перероб. і доп. / В. Г. Арефьев, Н. Д. Михайлова. – Київ: Центр учбової літератури, 2015. – 120 с.
5. Воловик Н. І. Тренерська практика: методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та спорту вищих педагогічних навчальних закладів. /Н. І. Воловик, В. А. Березовський – К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. – 42 с.
6. Гаценко В. П. Тренерська практика в вищому навчальному закладі / Гаценко В. П., Слаутіна Н. В.; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького, Навч.-наук. інт фіз. культури, спорту і здоров'я, Каф. теорії і методики фіз. виховання. – Черкаси : [Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького], 2010. – 44 с.
7. Єрмоєнко Е. А. Формування здорового способу життя студентської молоді та дорослих на заняттях хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 115–123.
8. Єрмоєнко Едуард. Формування цінностей здорового життя дітей, учнівської та студентської молоді у процесі занять хортингом / Едуард Єрмоєнко // Матеріали Першої Всеукраїнської науково-практичної

конференції «Хортинг – національний вид спорту України: досвід і перспективи» / [ред. кол.: Пашко П. В. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – С. 5–12.

9. Єрмоєнко Е. А. Формування цінностей здорового життя учнівської молоді засобами хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2019. – 608 с. (Гриф Міністерства освіти і науки України «Схвалено для використання в загальноосвітніх навчальних закладах», лист ДНУ «ІМЗО» МОН України № 2.1/12-Г-10 від 19.01.2017 р.).

10. Єрмоєнко Е. А. Характеристика програми навчання з хортингу для дітей та молоді / Е. А. Єрмоєнко // Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал : матеріали звіт. наук.-практ. конф. Ін-ту проблем виховання НАПН України за 2012 рік / [За ред. О. В. Сухомлинської, І. Д. Бега, Г. П. Пустовіта, О. В. Мельника ; літ. ред. І. П. Білоцерківець]. – Івано-Франківськ: НАІР, 2013. – Вип. 3. – С. 391–394.

11. Єрмоєнко Е. А. Хортинг. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2010. – 108 с.

12. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

13. Товт В. А. Наскрізна навчальна програма практик студентів факультету фізичного виховання і спорту: методичний посібник / Товт В. А., Мелега К. П., Бондарчук Н. Я., Дуло О. А., Гузак О. Ю., Щерба М. Ю. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2011. – 44 с.

Додаткова:

14. Демінський О. Ц. Оптимізація навчально-тренувального процесу: Навч.метод. посіб. – Херсон: Айлант, 2002. – 296с.

15. Деркач А. А., Исаев А. А. Педагогическое мастерство тренера / Предисл. Н. В. Кузьминой, А. Ц. Пуни, А. В. Тарасова. – М.: «Физкультура и спорт», 1987. – 375 с.

16. Келлер В. С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов / В. С. Келлер, В. Н. Платонов. – Львов: Украинская спортивная ассоциация, 1993. – 70 с.
17. Куценко Г. І. Книга про здоровий спосіб життя / Г. І. Куценко, Ю. В. Новіков, – К., 2006. – 143 с.
18. Огнистий А. В. Зошит для практичних занять з методики фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку. – Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 24 с.
19. Огнистий А. В. Теоретико-методичні основи фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку (опорні конспекти лекцій). – Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 60 с.
20. Папуша В. Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. – Тернопіль: Збруч. – 2000 – 248 с.
21. Педагогічна практика з фізичного виховання (методичні рекомендації для студентів факультету підготовки вчителів початкових класів) за ред. А. В. Огнистого. – Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 20 с.
22. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоменко. – К. : Паливода А. В., 2015. – 544 с.
23. Платонов В. Н., Фізична підготовка спортсмена / В. Н. Платонов М. М. Булатова. - К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
24. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олімпійська література, 2004. – 808 с.
25. Програми для загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура» 1–11 класи. – К: «Перун», 1998. – 63 с.
26. Свасьєв А. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навч. посіб. для студ. фак. фізичн. вихован. вищ. навч. закл. / А.В.Свасьєв, М.В.Маліков. – Запоріжжя: ЗДУ, 2004. – 195 с.
27. Сухомлинський В. О. Вибрані твори: УБТ. – К.: Рад. школа, 1977. – Т. 4. – С. 12.