

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Дейвис В. Самозахист. Черкаси: Вид. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. 608 с.
2. Калина А.С. Самозахист для жінок. навчальний посібник. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
3. Юрцев Н.С. Правові аспекти самозахисту. методична розробка. Київ: Олімпійська література, 2018. 222 с.
4. Кононов Б.Г. Основи самбо. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2017. 150 с.
5. Білий Н.І. Вільна боротьба. навчально-методичний посібник. Київ: Комбі ЛТД, 2014. 156 с.
6. Хачатурян С.С. Греко-римська боротьба. Київ: Олімпійська література, 2015. 212 с.
7. Кнохо С.В. Карате-до. навчальний посібник. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
8. Назаров С.Е. Залізний кулак. Київ: Олімпійська література, 2018. 222 с.
9. Ноберт Мертенс. Задушливі прийоми. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2017. 150 с.
10. Клочко І.С. Самозахист на вулиці. Київ: Комбі ЛТД, 2014. 156 с.

Додаткова:

1. Крупко С.С. Фізична активність молоді. Київ: Олімпійська література, 2015. 212 с.
2. Брайент Дж.Кретти. - Психологія нападника. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
3. Самарін І.Н. Перша медична допомога. Київ: Олімпійська література, 2018. 222 с.
4. Номедям С.Ю. Самозахист без зброї. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2017. 150 с.