

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту  
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ (спортивні ігри)**

Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)  
Освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»  
Предметна спеціальність А4.11 Середня освіта (Фізична культура)  
Спеціальність А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)  
Галузь знань А Освіта

Затверджено на засіданні  
кафедри спортивно-педагогічних дисциплін  
Протокол № 7 від «30» грудня 2025 р.

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія і методика обраного виду спорту
Викладач	Цап Ірина Геннадіївна
Контактний телефон	+380506029998
E-mail викладача	<a href="mailto:iryana.tsap@cnu.edu.ua">iryana.tsap@cnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредитів ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/</a>
Консультації	Консультації здійснюються згідно розкладу, який затверджується на кафедрі спортивно-педагогічних дисциплін на початку семестру. Асинхронна комунікація здійснюється впродовж усього періоду вивчення дисципліни, в межах робочого часу на <a href="http://www.d-learn.pnu.edu.ua">www.d-learn.pnu.edu.ua</a>

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна призначена для студентів спеціальності 014 Середня освіта «Фізична культура». Програма дисципліни "Теорія і методика обраного виду спорту" є комплексним курсом, який забезпечує студентів фундаментальними теоретичними знаннями та практичними навичками в обраному виді спорту. Курс спрямований на вивчення науково обґрунтованих методик тренувань, розвитку фізичних якостей, тактичної та технічної підготовки спортсменів.

Протягом навчання студенти досліджують основи анатомії, фізіології та біомеханіки, які стосуються їхнього виду спорту. Вивчаються принципи побудови тренувального процесу, планування і періодизації тренувань, а також методи контролю і корекції фізичного стану спортсменів. Особлива увага приділяється питанням технічної підготовки, вивченню і вдосконаленню технічних елементів, а також тактичним схемам і стратегіям.

Курс також охоплює аспекти спортивної психології, мотивації, підготовки до змагань і відновлення після фізичних навантажень. Студенти ознайомлюються з методологічними підходами до навчання і тренування, а також із сучасними тенденціями у розвитку їхнього виду спорту.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» є набуття теоретичних знань та практичних вмінь з питань підготовки студентів різної кваліфікації на прикладі обраного виду спорту, відбору до занять різними видами спорту, вивчені основних аспектів розвитку фізичних якостей, навчання та вдосконалення техніки виду спорту, організації та побудови спортивного тренування та змагальної діяльності, оволодінні методами планування та організації спортивного тренування на прикладі обраного виду спорту.

**Основними завданнями** вивчення дисципліни «ТМОВС» є навчити майбутнього спеціаліста з фізичної культури інтегрувати знання, одержані в суміжних курсах і окремих методиках, знаходити шляхи реалізації між предметних зв'язків цих знань.

## 4. Програмні компетентності та результати навчання

### Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорії, технологій та методів відповідних наук, педагогіки, психології, теорії та методики фізичної культури, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризуються комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері шкільного туризму.

### Загальні компетентності:

ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

### Фахові компетентності:

ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ФК-3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури.

ФК-7. Здатність оволодівати базовими і новими видами спортивно-оздоровчої діяльності

ФК-9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей

ФК-10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ФК-12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

ФК-14. Здатність оцінювати фізичні здібності й функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ФК-19. Здатність до безперервного професійного розвитку.

### Програмні результати навчання

ПРН-1. Знати законодавчу базу щодо завдань, цілей, принципів, засад функціонування повної загальної середньої освіти в Україні; законодавчі акти України в галузі охорони дитинства про захист прав дітей та забезпечення їх повноцінного розвитку; сфери фізичної культури.

ПРН-3. Знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документа для здійснення навчального процесу з фізичної культури.

ПРН-4. Знати правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.

ПРН-5. Знати вікові особливості та закономірності розвитку фізичних(рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-14. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.

ПРН-16. Вміти складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові спортивно-оздоровчі заходи та спортивні змагання.

ПРН-17. Визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення різного роду занять з фізичної культури; здійснення наукової, методичної, організаційної роботи вчителя фізичної культури, інспектора, методиста; вміти аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід.

ПРН-22. Вміти планувати фізичне навантаження відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня їх підготовленості

## 5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	6
практичні	24
самостійна робота	60



**Примітка. Позначено:**

Т – тестовий контроль знань;

УВ – усна відповідь;

ПН – практичні навички;

СР – самостійна робота;

КСР - контроль самостійної роботи.

Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за **100 бальною шкалою**.

**Підсумкова оцінка** за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за практичні навички (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,5, відповідно максимальний бал за **практичні навички** може скласти **50 балів**), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,3, відповідно максимальний бал за **самостійну роботу** може скласти **30 балів**), оцінки за **теоретичні знання** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,2, відповідно максимальний бал може скласти **20 балів**).

**Теоретичні знання** студентів оцінюються шляхом тестування та їх усної відповіді на заняттях. Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **20 балів**.

*Тестовий контроль* рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).

Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.

На кожному занятті студент може отримати оцінку за **усну відповідь (УВ)**, участь у дискусії, розв'язування ситуаційних задач тощо. Максимально можлива кількість балів під час кожного заняття – 100.

Під час **практичних занять** студенти виконують практичні роботи з метою оволодіння практичними навичками (ПН). За кожним тематичним модулем передбачено виставлення оцінки за практичні навички. Оцінка виставляється за результатами виконання практичних видів робіт. Виконання всіх видів практичних робіт і здача супровідної документації є обов'язковою для усіх студентів. Максимально можлива кількість балів, яку може отримати студент за **практичні навички** становить **50 балів**.

Оцінка **самостійної роботи** студентів здійснюється шляхом тестування КСР та виконання індивідуальних завдань. Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **30 балів**.

**Індивідуальне завдання (ІЗ)** є обов'язковим для виконання кожним студентом. Реалізується виконання індивідуального завдання шляхом підготовки та оприлюднення презентації-доповіді згідно обраної тематики.

Тематика для індивідуальних завдань є розроблена у відповідності до актуальних питань галузі та згідно програмного матеріалу курсу.

Можливе формулювання індивідуальної теми за межами пропонованої тематики з урахуванням бажання студентів, їх існуючих вмінь, навиків та уподобань, імовірного майбутнього працевлаштування, а також спортивної спеціалізації. Відбувається це за результатами індивідуальної співбесіди.

Максимально можлива кількість балів за індивідуальне завдання -100.

Індивідуальні завдання оприлюднюються у вигляді доповіді - презентації на відповідному практичному занятті згідно встановлених дат і термінів. Якщо індивідуальне завдання не було представлено вчасно без поважної причини, отримати максимальну кількість балів неможливо.

**Контроль самостійної роботи (КСР)** відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу за розкладом.

Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми.

З темами, які виносяться на контроль самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У методичних рекомендаціях до контролю самостійної роботи вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності.

Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі

дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час тестового контролю самостійної роботи – 100.

**Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:**

**90-100 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

**80-89 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

**70-79 балів** - Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою, допускаючи незначні помилки.

**60-69 балів** - Студент володіє навчальним матеріалом поверхово; ознайомлений з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді плутає поняття, непереконливо відповідає, додаткові питання викликають невпевненість; планує та виконує частину завдань з допомогою викладача.

**50-69 балів** – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

**Менше 50 балів** – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
80 – 89	<b>B</b>	добре	
70 – 79	<b>C</b>		
60 – 69	<b>D</b>	задовільно	
50 – 59	<b>E</b>		
26 – 49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 7. Політика навчальної дисципліни

<p>Академічна доброчесність</p>	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Наказ 255 від 31.03.2025 про внесення змін до складу Комісії з питань етики і академічної доброчесності</a></li> <li>➤ <a href="#">Наказ 1099 від 31.12.24р. Про зміну в складі Комісії з етики та академічної доброчесності</a></li> <li>➤ <a href="#">Наказ №529 від 27.09.2022 р. “Про внесення змін і доповнень до діючих положень університету”</a></li> <li>➤ <a href="#">Наказ №530 від 27.09.2022 р. “Про введення в дію нової редакції Кодексу честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника”</a></li> <li>➤ <a href="#">Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➤ <a href="#">Наказ 1093 про створення комісії</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</a></li> <li>➤ <a href="#">Корисні посилання</a></li> <li>➤ <a href="#">Національне агентство із забезпечення якості вищої освіти: <a href="https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/">https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Ініціатива академічної доброчесності та якості освіти <a href="https://academiq.org.ua/">https://academiq.org.ua/</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Закон України “Про запобігання корупції”- <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18">https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Закон України «Про внесення змін до Закону України “Про запобігання корупції” щодо викривачів корупції» – <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX">https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Викривачі корупції (відповіді на поширені запитання на сайті Національного агентства з питань запобігання корупції) – <a href="https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyyavlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/">https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyyavlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Вебінари “Академічна доброчесність” –<a href="https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/">https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/</a></a></li> <li>➤ <a href="#">Інформаційні бюлетені “Академічна доброчесність Infobulletin” в межах проекту сприяння академічній доброчесності в Україні (Strengthening Academic Integrity in Ukraine Project – SAIUP) – <a href="https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/">https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/</a></a></li> </ul> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/">https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</a></p>
<p>Пропуски занять (відпрацювання)</p>	<p>Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається <a href="#">Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.):</a></p> <p>Пропуски семінарських, практичних, лабораторних занять відпрацьовуються в обов’язковому порядку. Студент зобов’язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб бути допущеним до здачі екзамену.</p> <p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «<a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a>» (наказ ректора</p>

	Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до « <a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника”</a> » (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)» – стор. 4-5. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Невідповідна поведінка під час заняття	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» « <a href="#">Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти</a> » – ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується « <a href="#">Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника</a> » (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>

## 8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), антропометр, каліпер, медична вага, сантиметрова стрічка, крокомір, тонометр, динамометри (кистьовий, становий).
-----------------------------------	--

### Рекомендована література

#### Основна

1. Ванюк О.І. Методичні вказівки до практичних занять з дисципліни Розвиток координаційних здібностей волейболістів. Методичні вказівки. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2014. – 34 с.
2. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. 280 с.
3. Волейбол : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спец Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Сокольвак О.Г.
4. Гурієва А. М. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні : навчальний посібник / А. М. Гурієва, О. Є. Черненко, Е. Ю. Дорошенко. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 78 с.
5. Корчагін П.О., Янкова Т.Г. Методичні вказівки з дисципліни Фізичне виховання до виконання занять з волейболу Методичні вказівки. – Горлівка: ДВНЗ «ДонНТУ» АДІ, 2012. – 47с.
6. Метод. рекомендації Особливості організації та проведення змагань з волейболу за спрощеними правилами у вищих навчальних закладах / Уклад. Д. М. Мішук К.: НТУУ«КПІ»,

2021. 29 с.

7. Морозовський О.Л. Методичні вказівки з навчальної дисципліни Фізичне виховання Біомеханічні основи техніки волейболу Методичні вказівки. – Харків: ХНУМГ ім. А. Н. Бекетова, 2016. - 34с.
8. Офіційні волейбольні правила 2017 – 2020 рр. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: [http://advu.com.ua/sites/default/files/oficiyni\\_pravyla\\_vol\\_eybolu.pdf](http://advu.com.ua/sites/default/files/oficiyni_pravyla_vol_eybolu.pdf)
9. Прозар М.В., Козак Є.П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III -IV рівнів акредитації]. Кам'янець Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 234 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/1522>. С. 10 – 27.
10. Рибницький О.В., Мілаєв О.І. Організація та методика проведення зайняти з волейболу серед студентів ВНЗ Методичні вказівки. - Мелітополь: Вид-во ТДАТУ, 2016. - 42 с.
11. Стратій Н.В., Грищенко О.І., Істомін А.Г., Веретельникова Ю.А., Посипайко А.О., Куций Д.В. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів Навчальний посібник. - ХНМУ, 2012 р. - 104 с.
12. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. – Львів, «Фест-Прінт». 2018. – 179 с.
13. Цицаркін О.В., Кисіль В.М. Методичні рекомендації з дисципліни Фізичне виховання розділ Історія розвитку волейболу. Основні технічні елементи та правила гри Методичні вказівки. – Рівне: НУВГП, 2014. – 43 с.
14. Якушева Ю., Буртова О., Сівер А. Методичні основи моделювання змагальної діяльності волейбольних команд високої кваліфікації. Фізична культура, спорт і здоров'я нації. 2014. Вип. 18, том 2. С. 251 – 257.

#### *Додаткова*

1. Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Сокольвак О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. С. 163–168.
2. Пасічник В., Мельник В. Рекреаційні ігри: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2018. 106 с. ISBN 978-617-7336-24-1
3. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с.
4. Лапочук Н.О., Удачина Л.А. Організація та суддівство змагань з видів спорту: Навчально - методичний посібник Маріуполь, 2014. 51с.
5. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Черненко С. О. – Краматорськ : ДДМА, 2021. – Частина 1. – 215 с.
6. Теорія і методика рухливих ігор і забав у запитаннях та відповідях : навчально- методичний посібник / Т. М. Чернишенко Вінниця : Твори, 2018. – 160 с.
7. Пришляк, В., Некрасов, Г., Цап, І. (2024). Роль інновацій у розвитку сучасних спортивних ігор та їх вплив на фізичну активність і спортивні досягнення. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (8(181)), 209-213. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8\(181\).38](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8(181).38)
8. С. Ю. Вербіцький, М. П. Пітин,, Р. В. Римик,, О. М. Лещак,, І. Г. Цап. Характеристика програми технічної підготовки волейболістів - початківців із застосуванням інтерактивних методів навчання. Науковий журнал «Фізичне виховання та спорт».- Запоріжжя, № 1 (2023): Фізичне виховання та спорт, Розділ II. Олімпійський та професійний спорт, 57-66с.
9. Лещенко, Г. А., Цап, І. Г., Березюк, Д. І. (2025). Рухливі ігри в системі підготовки спортсменів на початковому етапі спортивного вдосконалення. Педагогічна Академія: наукові записки, (23). <https://doi.org/10.5281/zenodo.17331920>
10. Цап І.Г. Термінологічний словник зі спортивних ігор: / І.Г. Цап, М.І. Цап. – Івано-Франківськ: НАІР, 2013. – 72 с.