

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор
Котляр Ю.В.

“ ” 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
РУХЛИВІ ТА СПОРТИВНІ ІГРИ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Спеціальність А 7 Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Розробники

Людмила

ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА

Завідувач кафедри розробника

Оксана ПЕТРЕНКО

Завідувач кафедри спеціальності

Надія ДОВГАНЬ

Гарант освітньої програми

Надія ДОВГАНЬ

Декан факультету ФВіС

Ірина БОНДАРЕНКО

Т.в.о. директора ННПО

Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ

Начальник НМВ

Катерина ЗУБ

Євгенія ПОСТИКІНА

м. Миколаїв – 2025

1. Опис освітньої компоненти

Найменування показника	Характеристика дисципліни				
Найменування освітньої компоненти	Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання (Модуль 1. Рухливі ігри з методикою викладання) (1 семестр) (Модуль 2. Волейбол) (2 семестр)				
Галузь знань	А Освіта				
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт				
Спеціалізація (якщо є)					
Освітня програма	Фізична культура і спорт				
Рівень вищої освіти	Першій (бакалаврський)				
Статус дисципліни	Обов'язкова				
Курс навчання	1				
Навчальний рік	2025 – 2026 н.р.				
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма		Заочна форма		
	1 с.	2 с.	1 тр.	2тр.	3тр.
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин		4 кредити / 120 годин		
Структура курсу:	Денна форма		Заочна форма		
– лекції	15	16	6	-	-
– семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові)	15	16		2	8
– годин самостійної роботи здобувачів	30	28	52		52
Контрольна робота	-	-	-	+	+
Мова викладання	Українська				
Форма проміжного контролю (якщо є)	Залік	Залік	-	Залік	Залік

2. **Мета, завдання, компетентності та програмні результати вивчення освітньої компоненти.**

Анотація курсу. Дисципліна «Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання» є комплексною дисципліною. В першому семестрі 2025-2026 навчального року в рамках даної комплексної освітньої компоненти для здобувачів вищої освіти І курсу передбачений Модуль І, який присвячений теоретико-методичному аспекту застосування рухливих ігор в системі фізична культура і спорт, а також є складовою частиною педагогічного процесу, спрямованого на підготовку майбутніх фахівців фізкультурно-спортивної сфери для ефективної реалізації навчального і навчально-тренувального процесів з різними групами населення. Модуль 2 освітньої компоненти передбачає розділ Спортивні ігри – Волейбол для оволодіння здобувачами вищої освіти необхідних теоретичних знань і методико-практичних вмінь і навичок згідно модельним характеристикам волейболу, як виду спортивної діяльності.

2. **Мета та завдання дисципліни:**

Мета освітньої компоненти: полягає у формуванні знань, вмінь, навичок, загальних і фахових компетентностей організації та проведення освітньої, виховної та навчально-тренувальної роботи серед дітей та молоді засобами рухливих та спортивних ігор.

Завдання:

- оволодіння педагогічною технологією організації та методикою проведення рухливих та спортивних ігор;
- ознайомлення здобувачів вищої освіти з загальним станом теорії і практики рухливих ігор, методики виконання наукових досліджень проблем рухової активності дітей різного віку і рівня фізичної підготовленості;
- формування вмінь та навичок організації і проведення рухливих ігор, змагань зі спортивних ігор, фізкультурно-спортивних свят для різних вікових груп тощо;
- формування вмінь удосконалення методики проведення рухливих ігор і спортивних ігор, сприяння розвитку фізичних якостей,
- формування вмінь методично ефективно підібрати арсенал рухливих ігор для ефективного вирішення навчальних і навчально-тренувальних завдань.
- формування вмінь виконання основних техніко-тактичних дій в спортивних іграх.

Методи та форми навчання.

Робоча програма освітньої компоненти передбачає викладання матеріалу у вигляді: бесіди, диспутів, дискусій, пояснювально-ілюстративного методу. Основними формами навчання є лекції, практичні заняття, індивідуально-консультаційна робота під керівництвом викладача та самостійна робота здобувача вищої освіти.

Для досягнення освітніх завдань, загального розвитку особистості, професійної її підготовки доцільно використовувати різні **методи навчання**, а саме: вербальний, наочний, практичні методи; організації пізнавальної діяльності (частково-пошуковий, дослідницький); методи стимулювання та мотивації навчання (пізнавальні та навчальні дискусії, імітаційні); методи контролю і самоконтролю (усний, письмовий, тестування тощо).

Розроблена програма відповідає освітньо-професійній програмі спеціальності А7 Фізична культура і спорт, та орієнтована на **формування наступних компетентностей:**

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності:

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні (фахові) компетентності:

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.

ФК 5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

ФК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

Передбачені наступні **програмні результати навчання.**

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

Технічне й програмне забезпечення /обладнання. Заняття у 2025-2026 навчальному році відбуваються Offline і Online форматах: в аудиторії, спортивній залі. Передбачена синхронна форми виконання заданого матеріалу здобувачам вищої освіти на освітньо-інформаційній платформі Moodle.

3. Програма освітньої компоненти

Модуль 1 «Рухливі ігри»

Денна форма:

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові) (год.)	Самостійна робота (год.)
1 семестр				
1.	Тема 1: Основні поняття про рухливі ігри. Теоретичний аспект освітньої компоненти.	2	2	3
2.	Тема 2: Історичні аспекти розвитку рухливих ігор та їх освітньо-виховне і оздоровче значення. Класифікація рухливих ігор.	2	2	3
3.	Тема 3: Організація та методика проведення рухливих ігор. Запобігання травматизму на заняттях з домінантним використанням рухливих ігор.	2	2	4
4.	Тема 4: Естафета. Вплив рухливих ігор на формування фізичних якостей у дітей різного віку.	2	2	4
5.	Тема 5: Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	2	2	4
6.	Тема 6: Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	2	2	4
7.	Тема 7: Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	2	2	4
8.	Тема 8: Методика проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	1	1	4
Всього за семестр		15	15	30

3.2 Програма освітньої компоненти Модуль 1 «Рухливі ігри»

Заочна форма навчання:

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові) (год.)	Самостійна робота (год.)
I тримістр				
1.	Тема 1: Основні поняття про рухливі ігри. Теоретичний аспект освітньої компоненти.	2	-	6
2.	Тема 2: Історичні аспекти розвитку рухливих ігор та їх освітньо-виховне і оздоровче значення. Класифікація рухливих ігор.	2	-	6
3	Тема 3: Організація та методика проведення рухливих ігор. Запобігання травматизму на заняттях з домінуючим використанням рухливих ігор.	2	-	6
Всього за I тримістр		6	-	18
II тримістр				
1.	Тема 1: Естафета. Вплив рухливих ігор на формування фізичних якостей у дітей різного віку.	-	2	10
Всього за II тримістр		-	2	10
Контрольна робота				
Тематики на само опрацювання				
1.	Тема 1: Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	-	-	6
2.	Тема 2: Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	-	-	6
3.	Тема 3: Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	-	-	6
4.	Тема 4: Методика проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.	-	-	6
Проведення заліку				
Всього		8		52

**3.3. Програма освітньої компоненти
денна форма навчання Модуль 2 «Волейбол»:**

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові) (год.)	Самостійн а робота (год.)
2 семестр				
1.	Лекція 1. Вступ до волейболу та історія його розвитку.	2	2	2
2.	Лекція 2. Рухові уміння та навички у волейболі.	2	2	2
3.	Лекція 3. Технічна підготовка у волейболі: стійки, переміщення, передачі.	2	2	4
4.	Лекція 4. Подача у волейболі: техніка та методика навчання.	2	2	4
5.	Лекція 5. Нападаючий удар і блокування Нападаючий удар, як завершальний елемент нападу.	2	2	4
6.	Лекція 6. Методи та засоби навчання техніці волейболу.	2	2	4
7.	Лекція 7. Основи тактичної підготовки у волейболі.	2	2	4
8.	Лекція 8. Організація змагань, суддівство та різновиди волейболу.	1	1	4
Всього за семестр		16	16	28
Проведення заліку				

3.4. Програма освітньої компоненти
Заочна форма навчання Модуль 2 «Волейбол»:

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові) (год.)	Самостійна робота (год.)
III триместр				
1.	Тема 1. Вступ до волейболу та історія його розвитку.	-	-	6
2.	Тема 2. Рухові уміння та навички у волейболі.	-	2	6
3.	Тема 3: Технічна підготовка у волейболі: стійки, переміщення, передачі.	-	2	6
4.	Тема 4: Методи та засоби навчання техніці волейболу.	-	2	6
5.	Тема 5. Організація змагань, суддівство та різновиди волейболу.	-	2	6
Контрольна робота				4
Всього за III триместр		-	8	34
Тематики на самоопрацювання				
1.	Тема 1: Нападаючий удар і блокування	-	-	6
2.	Тема 2: Основи тактичної підготовки у волейболі.	-	-	6
3.	Тема 3: Подача у волейболі: техніка та методика навчання	-	-	6
Проведення заліку				
Всього		8	8	52

Зміст освітньої компоненти

4.1. План лекцій

№	Тема заняття / план	
1 семестр		
1.	Лекція 1. Основні поняття про рухливі ігри. Теоретичний аспект освітньої компоненти. 1. Вступ до освітньої компоненти «Рухливі і спортивні ігри з методикою викладання». 2. Основні поняття про гру. 3. Структурні складові рухливих ігор. 4. Види рухливих ігор.	2
2.	Лекція 2. Історичні аспекти розвитку рухливих ігор та їх освітньо-виховне і оздоровче значення. Класифікація рухливих ігор. 1. Теорії походження ігор. 2. Історичний аспект розвитку українських народних рухливих ігор. 3. Гра, як засіб фізичного виховання і спортивного тренування. 4. Класифікація рухливих ігор. 5. Вимоги до оформлення записів структурних складових гри.	2
3.	Лекція 3. Організація та методика проведення рухливих ігор. Запобігання травматизму на заняттях з домінантним використанням рухливі ігор. 1. Оздоровче, гігієнічне і освітнє значення рухливих ігор. 2. Запобігання травматизму на заняттях з домінантним використанням рухливі ігор. 3. Педагогічні особливості і вимоги до організації та проведення рухливих ігор. 4. Підготовка педагога до проведення рухливих ігор. 5. Організація гравців під час гри. Керівництво процесом гри. Підведення підсумків гри.	2
4.	Лекція 4. Естафета. Вплив рухливих ігор на формування фізичних якостей у дітей різного віку. 1. Загальне поняття про естафету. 2. Види естафет. 3. Загальні методичні основи підготовки і проведення естафет. 4. Вимоги до педагогічного контролю процесу реалізації естафет різного типу і складності. 5. Загальне поняття про фізичні якості і здібності. Вплив рухливих ігор на їх виховання у дітей різного віку.	2
5.	Лекція 5. Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Розвиток фізичних якостей. 1. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей дошкільного віку. 2. Особливості процесу вибору ведучого для проведенні рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Педагогічні вимоги. 3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей дошкільного віку. 4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей дошкільного віку. 5. Приклади рухливих ігор для дітей дошкільного віку.	2

6.	<p>Лекція 6. Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>2.Вибір ведучого для проведенні рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Педагогічні вимоги.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку.</p>	2
7.	<p>Лекція 7. Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей середнього шкільного віку.</p> <p>2. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей середнього шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей середнього шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей середнього шкільного віку.</p>	2
8.	<p>Лекція 8. Методика проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей старшого шкільного віку.</p> <p>2. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей старшого шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей старшого шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей старшого шкільного віку.</p>	1
	Разом (год.)	15

4.2.План лекційних занять (денна форма навчання). Модуль 2. «Волейбол»

№	Тема заняття / план	
2 семестр		
1.	<p>Лекція 1. Вступ до волейболу та історія його розвитку.</p> <p>1. Волейбол як вид спорту та навчальна дисципліна у системі фізичної культури.</p> <p>2.Значення волейболу для фізичного, виховного та соціального розвитку особистості.</p> <p>3. Історія виникнення та становлення волейболу у світі.</p> <p>4. Етапи розвитку волейболу як спортивної гри.</p> <p>5. Роль волейболу в сучасній системі фізичного виховання та спорту.</p>	2

	6. Місце волейболу в освітньому процесі закладів загальної середньої освіти.	
2.	Лекція 2. Рухові уміння та навички у волейболі. 1. Поняття рухових умінь і навичок у спортивній діяльності. 2. Особливості оволодіння руховими навичками на заняттях з волейболу. 3. Механізми формування рухових дій. 4. Етапи навчання рухових дій у волейболі. 5. Вікові та індивідуальні особливості засвоєння технічних елементів. 6. Типові помилки під час формування рухових навичок та шляхи їх корекції.	2
3.	Лекція 3. Технічна підготовка у волейболі: стійки, переміщення, передачі. 1. Поняття та значення технічної підготовки у волейболі. 2. Основні стійки волейболіста. 3. Переміщення на майданчику: види, характеристика, методичні вимоги. 4. Передача м'яча як основний технічний елемент. 5. Передача двома руками зверху: техніка виконання. 6. Передача двома руками знизу: техніка виконання. 7. Значення передач у навчальній та ігровій діяльності..	2
4.	Лекція 4. Подача у волейболі: техніка та методика навчання. 1. Роль подачі у структурі гри. 2. Класифікація подач у волейболі. 3. Нижня подача: техніка та особливості навчання. 4. Верхня пряма подача: техніка виконання. 5. Послідовність навчання техніки подачі. 6. Управління подачею та вибір зони подачі. 7. Цілі ефективною подачі у волейболі.	2
5.	Лекція 5. Нападаючий удар і блокування 1. Нападаючий удар як завершальний елемент нападу. 2. Структура нападаючого удару. 3. Навчання розбігу та стрибку. 4. Ударний рух і фази виконання нападаючого удару. 5. Блокування як засіб захисту. 6. Техніка виконання блокування. 7. Типові помилки при виконанні нападаючого удару та блокування.	2
6.	Лекція 6. Методи та засоби навчання техніці волейболу. 1. Методичні принципи навчання волейболу здобувачів вищої освіти. 2. Засоби навчання стійок і переміщень. 3. Навчання гри з м'ячем одним і двома гравцями. 4. Підготовка до верхньої та нижньої передачі. 5. Підготовка до подачі та нападаючого удару. 6. Роль підвідних і спеціальних вправ у навчанні техніки. 7. Вдосконалення технічних дій у волейболі	2
7.	Лекція 7. Основи тактичної підготовки у волейболі. 1. Поняття тактики у волейболі. 2. Основи тактики нападу. 3. Тактика подач, передач та нападаючих ударів. 4. Основи тактики захисту. 5. Тактика прийому подач. 6. Тактика прийому нападаючих ударів. 7. Тактика блокування.	2

	8. Взаємодія гравців у нападі та захисті.	
8.	Лекція 8. Організація змагань, суддівство та різновиди волейболу. 1. Організація та проведення змагань з волейболу. 2. Положення про змагання: цілі, завдання, структура. 3. Системи проведення змагань (плей-офф, колова, змішана). 4. Суддівська колегія та її функції. 5. Документація змагань. 6. Офіційні суддівські жести. 7. Рекреаційні види волейболу. 8. Спортивні різновиди волейболу.	2
Всього:		16

4.3. План практичних занять

(денна форма навчання). Модуль 1. «Рухливі ігри».

№	Тема заняття / план	
	1 семестр	
1.	Тема 1. Основні поняття про рухливі ігри. Теоретичний аспект освітньої компоненти. 1. Обговорення питань лекції. 2. Апробація рухливих ігор для проведення з дітьми різного віку в умовах класної аудиторії. Питання на самоопрацювання: 1. Вислови видатних фахівців педагогіки про ігри і рухливі ігри в житті людини. 2. Види рухливих ігор для проведення з дітьми різного віку в умовах класної аудиторії.	2
2.	Тема 2. Історичні аспекти розвитку рухливих ігор та їх освітньо-виховне і оздоровче значення. Класифікація рухливих ігор. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: 1. Підготувати для проведення з групою одну народну рухливу гру. 2. Зафіксувати підготовлену гру в зошит (вміти оформлювати в записі структурні складові рухливої гри.	2
3.	Тема 3. Організація та методика проведення рухливих ігор. Запобігання травматизму на заняттях з домінуючим використанням рухливих ігор. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання. 1. Інструкції з техніки безпеки на заняттях з фізичної культури і під час навчально-тренувальних занять для дітей різного віку. 2. Особливості використання інвентарю та обладнання під час проведення рухливих ігор.	2
4.	Тема 4. Естафета. Вплив рухливих ігор на формування фізичних якостей у дітей різного віку. Обговорення питань лекції.	2

	<p>Питання на самоопрацювання. Підготувати по одній рухливій грі, записати в зошит і вміти провести:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Рухливу гру на домінантне формування швидкості. 2) Рухливу гру на домінантне формування сили. 3) Рухливу гру на домінантне формування витривалості. 4) Рухливу гру на домінантне формування гнучкості. 5) Рухливу гру на домінантне формування спритності. 	
5.	<p>Тема 5. Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Розвиток фізичних якостей. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: Оформити в зошит по одній рухливій грі для дітей дошкільного віку і вміти апробувати в умовах заняття з групою:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Рухливу гру для дітей дошкільного віку низької інтенсивності. 2) Рухливу гру для дітей дошкільного віку середньої інтенсивності. 3) Рухливу гру для дітей дошкільного віку високої інтенсивності. 	2
6.	<p>Тема 6. Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: Оформити в зошит по одній рухливій грі для дітей молодшого шкільного віку і вміти апробувати в умовах заняття з групою:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Рухливу гру для дітей молодшого шкільного віку низької інтенсивності. 2) Рухливу гру для дітей молодшого шкільного віку середньої інтенсивності. 3) Рухливу гру для дітей молодшого шкільного віку високої інтенсивності. 	2
7.	<p>Тема 7. Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання. Оформити в зошит по одній рухливій грі для дітей середнього шкільного віку і вміти апробувати в умовах заняття з групою:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Рухливу гру для дітей середнього шкільного віку низької інтенсивності. 2) Рухливу гру для дітей середнього шкільного віку середньої інтенсивності. 3) Рухливу гру для дітей середнього шкільного віку високої інтенсивності. 	2
8.	<p>Тема 7. Методика проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання. Оформити в зошит по одній рухливій грі для дітей старшого шкільного віку і вміти апробувати в умовах заняття з групою:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Рухливу гру для дітей старшого шкільного віку низької інтенсивності. 	1

	2) Рухливу гру для дітей старшого шкільного віку середньої інтенсивності. 3) Рухливу гру для дітей старшого шкільного віку високої інтенсивності.	
Всього:		15

4.4. План практичних занять (денна форма навчання). Модуль 2. «Волейбол».

№	Тема заняття / план	
	2 семестр	
1.	Практичне заняття 1. Вхідне тестування технічної та тактичної підготовленості здобувачів вищої освіти з волейболу (Оцінка рівня володіння базовими технічними елементами, координації, ігрового мислення)	2
2.	Практичне заняття 2. Стійки та переміщення волейболіста. Орієнтація на майданчику (Формування правильної ігрової позиції, пересування, зупинки, зміна напрямку руху)	2
3.	Практичне заняття 3. Навчання передачі м'яча двома руками зверху (Освоєння техніки виконання, взаємодія у парах, точність і контроль м'яча)	2
4.	Практичне заняття 4. Навчання передачі м'яча двома руками знизу та прийому м'яча. (Формування навичок прийому подачі, взаємодія гравців, стабільність виконання)	2
5.	Практичне заняття 5. Навчання нижньої та верхньої прямої подачі (Освоєння техніки подачі, точність, вибір зони подачі, елементи тактики подачі)	2
6.	Практичне заняття 6. Навчання нападаючого удару. (Розбіг, стрибок, ударний рух, виконання нападаючого удару з місця та в русі)	2
7.	Практичне заняття 7. Навчання блокування та захисних дій. (Освоєння техніки блокування, взаємодія у захисті, прийом нападаючих ударів)	2
8.	Практичне заняття 8. Навчальна гра з елементами тактики та суддівства. (Застосування технічних і тактичних дій у грі, ознайомлення з суддівськими жестами)	2
Всього:		16

Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи для здобувачів денної форми навчання в I семестрі становить 30 годин, а в II семестрі становить 28 годин.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

1. Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу і в результаті підготовки до контрольної роботи і заліку.

**4.5. План лекційних і практичних занять і тематик на само опрацювання
(заочна форма навчання). Модуль 1. «Рухливі ігри».**

№	Тема заняття / план	
I триместр (лекційні заняття)		А/С
1.	Лекція 1. Основні поняття про рухливі ігри. Теоретичний аспект освітньої компоненти. 1. Вступ до освітньої компоненти «Рухливі і спортивні ігри з методикою викладання». 2. Основні поняття про гру. 3. Структурні складові рухливих ігор. 4. Види рухливих ігор.	2/ 6
2.	Лекція 2. Історичні аспекти розвитку рухливих ігор та їх освітньо-виховне і оздоровче значення. Класифікація рухливих ігор. 1. Теорії походження ігор. 2. Історичний аспект розвитку українських народних рухливих ігор. 3. Гра, як засіб фізичного виховання і спортивного тренування. 4. Класифікація рухливих ігор. 5. Вимоги до оформлення записів структурних складових гри.	2/6
3.	Лекція 3. Організація та методика проведення рухливих ігор. Запобігання травматизму на заняттях з домінантним використанням рухливі ігор. 1. Оздоровче, гігієнічне і освітнє значення рухливих ігор. 2. Запобігання травматизму на заняттях з домінантним використанням рухливі ігор. 3. Педагогічні особливості і вимоги до організації та проведення рухливих ігор. 4. Підготовка педагога до проведення рухливих ігор. 5. Організація гравців під час гри. Керівництво процесом гри. Підведення підсумків гри.	2/6
II триместр (практичне заняття)		
1.	Тема 1. Естафета. Вплив рухливих ігор на формування фізичних якостей у дітей різного віку. 1. Загальне поняття про естафету. 2. Види естафет. 3. Загальні методичні основи підготовки і проведення естафет. 4. Вимоги до педагогічного контролю процесу реалізації естафет різного типу і складності. 5. Загальне поняття про фізичні якості і здібності. Вплив рухливих ігор на їх виховання у дітей різного віку. Заняття. Узагальнення теоретичних знань з ОК «Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання» (модуль «Рухливі ігри»). 1. Обговорення тематичних питань лекцій 1, 2,3. 2. Обговорення питань на само опрацювання. 3. Перегляд відео нарисів. 4. Обговорення питань контролю з ОК.	2/10
Контрольна робота		
Тематики на само опрацювання		С
1.	Тема 1. Методика проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Розвиток фізичних якостей. 1. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей дошкільного віку.	6

	<p>2. Особливості процесу вибору ведучого для проведенні рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Педагогічні вимоги.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей дошкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей дошкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей дошкільного віку.</p>	
2.	<p>Тема 2. Методика проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>2.Вибір ведучого для проведенні рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Педагогічні вимоги.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей молодшого шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку.</p>	6
3.	<p>Тема 3. Методика проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей середнього шкільного віку.</p> <p>2. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей середнього шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей середнього шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей середнього шкільного віку.</p>	6
4.	<p>Тема 5. Методика проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку. Розвиток фізичних якостей.</p> <p>1.Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей старшого шкільного віку.</p> <p>2. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку.</p> <p>3. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей старшого шкільного віку.</p> <p>4. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей старшого шкільного віку.</p> <p>5. Приклади рухливих ігор для дітей старшого шкільного віку.</p>	4

Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи в I семестрі для здобувачів заочної форми навчання становить 52 години.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

1. Самостійне опрацювання додаткових інформаційних джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу і в результаті підготовки до контрольної роботи і заліку.

4.6. План лекційних і практичних занять і тематик на самоопрацювання

(заочна форма навчання). Модуль 2. «Волейбол»

№	Тема заняття / план	А/С
ІІІ триместр (практичні заняття)		
1.	Тема 1. Вступ до волейболу та історія його розвитку Волейбол як вид спорту та навчальна дисципліна у системі фізичної культури. Значення волейболу для фізичного, виховного та соціального розвитку особистості. Історія виникнення та становлення волейболу у світі. Етапи розвитку волейболу як спортивної гри. Роль волейболу в сучасній системі фізичного виховання та спорту. Місце волейболу в освітньому процесі закладів загальної середньої освіти.	-/ 6
2.	Тема 2. Рухові уміння та навички у волейболі Поняття рухових умінь і навичок у спортивній діяльності. Особливості оволодіння руховими навичками на заняттях з волейболу. Механізми формування рухових дій. Етапи навчання рухових дій у волейболі. Вікові та індивідуальні особливості засвоєння технічних елементів. Типові помилки під час формування рухових навичок та шляхи їх корекції.	2/6
3.	Тема 3. Технічна підготовка у волейболі: стійки, переміщення, передачі Поняття та значення технічної підготовки у волейболі. Основні стійки волейболіста. Переміщення на майданчику: види, характеристика, методичні вимоги. Передача м'яча як основний технічний елемент. Передача двома руками зверху: техніка виконання. Передача двома руками знизу: техніка виконання. Значення передач у навчальній та ігровій діяльності.	2/6
4.	Тема 4. Методи та засоби навчання техніці волейболу. Методичні принципи навчання волейболу студентів-початківців. Засоби навчання стійок і переміщень. Навчання гри з м'ячем одним і двома гравцями. Підготовка до верхньої та нижньої передачі. Підготовка до подачі та нападаючого удару. Роль підвідних і спеціальних вправ у навчанні техніки. Вдосконалення технічних дій у волейболі	2/6
5.	Тема 5. Організація змагань, суддівство та різновиди волейболу. Організація та проведення змагань з волейболу. Положення про змагання: цілі, завдання, структура. Системи проведення змагань (плей-офф, колова, змішана). Суддівська колегія та її функції. Документація змагань. Офіційні суддівські жести. Рекреаційні види волейболу. Спортивні різновиди волейболу.	2/6
Контрольна робота		4

Тематики на самопрацювання		
1.	Тема 1. Нападаючий удар і блокування Нападаючий удар як завершальний елемент нападу. Структура нападаючого удару. Навчання розбігу та стрибку. Ударний рух і фази виконання нападаючого удару. Блокування як засіб захисту. Техніка виконання блокування. Типові помилки при виконанні нападаючого удару та блокування.	6
2.	Тема 2. Основи тактичної підготовки у волейболі. Поняття тактики у волейболі. Основи тактики нападу. Тактика подач, передач та нападаючих ударів. Основи тактики захисту. Тактика прийому подач. Тактика прийому нападаючих ударів. Тактика блокування. Взаємодія гравців у нападі та захисті.	6
3.	Тема 3. Подача у волейболі: техніка та методика навчання. Роль подачі у структурі гри. Класифікація подач у волейболі. Нижня подача: техніка та особливості навчання. Верхня пряма подача: техніка виконання. Послідовність навчання техніки подачі. Управління подачею та вибір зони подачі. Цілі ефективною подачі у волейболі.	6
Всього:		60

Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи в III триместрі для здобувачів заочної форми навчання становить 52 години.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

- Самостійне опрацювання додаткових інформаційних джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
- Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу і в результаті підготовки до контрольної роботи і заліку.

5. Залікові питання

Модуль 1 «Рухливі ігри». Перелік залікових питань

Зразок “0” варіанту білету на залік

Освітня компонента “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання”.
Освітньо-кваліфікаційний рівень - перший (бакалаврський)
Освітньо-професійна програма - Фізична культура і спорт
Спеціальність - А7 Фізична культура і спорт

ЗАЛКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. Загальне поняття про рухливі ігри і ігровий метод.
2. Методичні особливості підготовки, організації і проведення рухливих ігор середньої інтенсивності для дітей молодшого шкільного віку.

Затверджено на засіданні
Кафедри Олімпійського та професійного спорту
Протокол № __ від “__” _____ 2025 р.

Екзаменатор	доц. Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА
Завідувачка кафедри	проф. Надія ДОВГАНЬ

Перелік залікових питань I семестру Денна/заочна форми навчання

1. Вступ до освітньої компоненти «Рухливі і спортивні ігри з методикою викладання».
2. Основні поняття про гру.
3. Структурні складові рухливих ігор.
4. Види рухливих ігор.
5. Теорії походження ігор.
6. Історичний аспект розвитку українських народних рухливих ігор.
7. Гра, як засіб фізичного виховання і спортивного тренування.
8. Класифікація рухливих ігор.
9. Вимоги до оформлення записів структурних складових гри.
10. Оздоровче, гігієнічне і освітнє значення рухливих ігор.
11. Запобігання травматизму на заняттях з домінуючим використанням рухливих ігор.
12. Педагогічні особливості і вимоги до організації та проведення рухливих ігор.
13. Підготовка педагога до проведення рухливих ігор.
14. Організація гравців під час гри. Керівництво процесом гри. Підведення підсумків гри.
15. Загальне поняття про естафету.
16. Види естафет.
17. Загальні методичні основи підготовки і проведення естафет.
18. Вимоги до педагогічного контролю процесу реалізації естафет різного типу і складності.
19. Загальне поняття про фізичні якості і здібності. Вплив рухливих ігор на їх виховання у дітей різного віку.
20. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей дошкільного віку.
21. Особливості процесу вибору ведучого для проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку. Педагогічні вимоги.
22. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей дошкільного віку.
23. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей дошкільного віку.
24. Приклади рухливих ігор для дітей дошкільного віку.
25. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.

26. Вибір ведучого для проведення рухливих ігор з дітьми молодшого шкільного віку. Педагогічні вимоги.
27. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей молодшого шкільного віку.
28. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей молодшого шкільного віку.
29. Приклади рухливих ігор для дітей молодшого шкільного віку.
30. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей середнього шкільного віку.
31. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми середнього шкільного віку.
32. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей середнього шкільного віку.
33. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей середнього шкільного віку.
34. Приклади рухливих ігор для дітей середнього шкільного віку.
35. Анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей старшого шкільного віку.
36. Особливості організації і проведення рухливих ігор з дітьми старшого шкільного віку.
37. Дозування навантаження в рухливих іграх для дітей старшого шкільного віку.
38. Вплив рухливих ігор на виховання фізичних якостей і здібностей у дітей старшого шкільного віку.
39. Приклади рухливих ігор для дітей старшого шкільного віку.
40. Розкрити зміст та методику викладання естафет з елементами баскетболу.
41. Розкрити зміст та методику викладання естафет з елементами волейболу.
42. Розкрити зміст та методику викладання сюжетних ігор.
43. Охарактеризувати та класифікувати естафети.
44. Розкрити зміст та методику викладання ігор на увагу.
45. Проаналізуйте виникнення та розвиток рухливих ігор.
46. Охарактеризуйте класифікацію рухливих ігор.
47. Визначте структуру рухливих ігор для дітей різного шкільного віку.
48. Охарактеризуйте педагогічні здібності викладача при проведенні рухливих ігор.
49. Зазначте фізіологічну характеристику дітей молодшого та середнього шкільного віку.
50. Охарактеризуйте фізичні якості, що розвиваються під час рухливих ігор і естафет.
51. Охарактеризувати методику проведення рухливих ігор на перервах, у позаурочний час.
52. Охарактеризувати лінійні, зустрічні і колові естафети та пояснити методику їх проведення.
53. Визначте рівень втоми учнів за зовнішніми ознаками, та охарактеризуйте прийоми, які використовуються вчителем для регулювання фізичного навантаження.
54. Проаналізуйте рухливі ігри та естафети з елементами спорту (футбол) для дітей старшого шкільного віку.
55. Розкрити зміст та методику викладання українських національних ігор.
56. Дайте порівняльну характеристику рухливих та спортивних ігор.
57. Які завдання та спрямованість ігор та естафет у підготовчій частині заняття?
58. Які завдання та спрямованість ігор та естафет в основній частині заняття?
59. Які завдання та спрямованість ігор та естафет у завершальній частині заняття?
60. Розкрити зміст та методику викладання ігор на заняттях з плавання.

5.2. Зразок білету на залік Варіант 0, Модуль 2 «Волейбол». Перелік залікових питань

Зразок “0” варіанту білету на залік

Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра Олімпійського та професійного спорту

Освітня компонента “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання”.
Освітньо-кваліфікаційний рівень - перший (бакалаврський)
Освітньо-професійна програма - Фізична культура і спорт
Спеціальність - А7 Фізична культура і спорт

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. Техніка виконання індивідуального блокування.
2. Типові помилки при виконанні нападаючого удару та блокування.

Затверджено на засіданні
Кафедри Олімпійського та професійного спорту
Протокол № __ від “__” _____ 2025 р.

Екзаменатор

Завідувачка кафедри

**Перелік залікових питань II семестру. Модуль 2. «Волейбол»
денна/заочна форми навчання**

1. Волейбол як вид спорту та його місце у системі фізичної культури і спорту.
2. Значення волейболу у фізичному, виховному та соціальному розвитку особистості.
3. Історія виникнення волейболу та основні етапи його становлення.
4. Роль волейболу в сучасній системі фізичного виховання студентської молоді.
5. Специфічні особливості гри у волейбол порівняно з іншими спортивними іграми.
6. Поняття рухових умінь і рухових навичок у спортивній діяльності.
7. Особливості формування рухових навичок на заняттях з волейболу.
8. Механізми формування рухових дій у процесі навчання волейболу.
9. Етапи оволодіння руховими діями при навчанні технічних прийомів.
10. Значення початкової технічної підготовки у формуванні майстерності волейболіста.
11. Індивідуальні та вікові особливості засвоєння технічних елементів волейболу.
12. Типові помилки при формуванні рухових навичок та способи їх виправлення.
13. Поняття техніки гри у волейболі та її значення.
14. Основні періоди технічної підготовки волейболістів.
15. Свійки волейболіста: види та методичні вимоги до їх виконання.
16. Переміщення на майданчику: характеристика та роль у грі.
17. Передача м'яча як базовий технічний елемент волейболу.
18. Техніка виконання передачі двома руками зверху.
19. Техніка виконання передачі двома руками знизу.
20. Методичні вимоги до навчання передач м'яча.
21. Роль подачі у структурі гри у волейбол.
22. Класифікація подач у волейболі.
23. Техніка виконання нижньої подачі.
24. Техніка виконання верхньої прямої подачі.
25. Послідовність навчання техніки подачі.
26. Управління подачею та вибір зони подачі.
27. Цілі ефективною подачі у волейболі.
28. Нападаючий удар як основний засіб завершення атаки.

29. Структура та фази виконання нападаючого удару.
30. Навчання розбігу та стрибку при виконанні нападаючого удару.
31. Особливості навчання ударному руху.
32. Техніка виконання нападаючого удару з розбігу в стрибку.
33. Блокування як засіб захисту у волейболі.
34. Техніка виконання індивідуального блокування.
35. Типові помилки при виконанні нападаючого удару та блокування.
36. Методичні принципи навчання волейболу студентів-початківців.
37. Роль підвідних і спеціальних вправ у навчанні техніки волейболу.
38. Засоби навчання стійок та переміщень.
39. Навчання гри з м'ячем одним гравцем.
40. Навчання гри з м'ячем двома гравцями.
41. Підготовка до верхньої та нижньої передачі.
42. Підготовка до подачі та нападаючого удару.
43. Вдосконалення технічних дій у процесі тренувань.
44. Поняття тактики гри у волейболі та її значення.
45. Завдання тактичної підготовки волейболістів.
46. Основи тактики нападу.
47. Тактика подач у волейболі.
48. Тактика передач у нападі.
49. Тактика нападаючих ударів.
50. Основи тактики захисту.
51. Тактика прийому подач.
52. Тактика прийому нападаючих ударів.
53. Тактика блокування та страхування.
54. Взаємодія гравців у нападі та захисті.
55. Мета і завдання змагань з волейболу.
56. Положення про змагання та його основні розділи.
57. Системи проведення змагань у волейболі (плей-офф, колова, змішана).
58. Суддівська колегія та її функції.
59. Документація змагань і порядок подачі протестів.
60. Рекреаційні та спортивні різновиди волейболу, їх характеристика.

6.Розподіл балів

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання” в I семестрі (Модуль I «Рухливі ігри з методикою викладання», денна форма навчання)

Види роботи	Бали
Практична робота	8 x 5 балів = 40 балів
Практичне завдання	1 x 15 балів
Контрольна робота	1 x 15 балів
Всього: мах 70 балів	
Залік: мах 30 балів	
Мах 100 балів	

Критерії оцінювання видів робіт

Критерії оцінювання практичних робіт-завдань

15 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

10 балів – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності незначних помилок

5 балів – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Критерії оцінювання практичних робіт

5 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

4 бали – практична робота виконана у повному обсязі без помилок.

3 бали – практична робота виконана у повному обсязі, але містить ряд помилок.

2 бали – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності значних помилок

1 бал – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Критерії оцінювання контрольної роботи

Підсумкова контрольна робота оцінюється в 15 балів:

- повне виконання завдання без помилок – 14-15 балів;

- повне виконання завдання з незначними помилками – 10-13 балів;

- часткове виконання завдання (не менше 60%) – 5-9 балів;

- часткове виконання завдання з помилками – 3-4 бали;

- виконання незначного обсягу роботи з помилками -1-2 бали;

- не виконання контрольної роботи – 0 балів.

Залік

За повну розгорнуту відповідь на заліку за одне питання студент отримує 15 балів:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; е розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за залік становить 30 балів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75 - 81	C		
67-74	D		

задовільно

60-66	E		
35-59	FX	незадовільно	не зараховано
1-34	F		

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D. - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно E. - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX. - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно F. - Здобувач не володіє необхідними знаннями, вміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні вміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

6.2. Розподіл балів (для здобувачів заочної форми навчання)

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання” в I семестрі (Модуль I «Рухливі ігри з методикою викладання» для здобувачів заочної форми навчання

Види роботи	Бали
Опрацьовані лекційні тематики (наявність в зошиті)	3 x 5 балів = 15 балів
Практична робота	1 x 10 балів = 10 балів
Опрацьовані тематики на само опрацювання (наявність в зошиті)	4 x 5 балів = 20 балів
Контрольна робота	1 x 25 балів
Всього: мах 70 балів	
Залік: мах 30 балів	
Мах 100 балів	

Критерії оцінювання видів робіт

Критерії оцінювання практичних робіт

5 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

4 бали – практична робота виконана у повному обсязі без помилок.

3 бали – практична робота виконана у повному обсязі, але містить ряд помилок.

2 бали – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності значних помилок

1 бал – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Контрольна робота

Приклад Варіанту контрольної роботи для здобувачів заочної форми навчання

Варіант 0

1. Охарактеризувати вплив рухливих ігор на психологічний розвиток дітей молодшого шкільного віку.

2. У Вас в наявності наступний інвентар: волейбольний м'яч. Сформувати рухливу гру для дітей старшого шкільного віку і записати її дотримуючись вимог оформлення запису рухливих ігор.

3. Описати одну естафету, яка сприяє формуванню швидкісних здібностей і спритності гравців. Записати її дотримуючись вимог оформлення запису рухливих ігор.

Критерії оцінювання контрольної роботи

Підсумкова контрольна робота оцінюється в 25 балів:

- повне виконання завдання без помилок – 23-25 балів;
- повне виконання завдання з незначними помилками – 20-22 бали;
- часткове виконання завдання (не менше 60%) – 15-19 балів;
- часткове виконання завдання з помилками (50 %) – 10 -14 балів;
- виконання незначного обсягу роботи (менше 50 %) -5-9 балів;
- виконання незначного обсягу роботи з помилками (менше 50 %) -1-8 балів;
- не виконання контрольної роботи – 0 балів.

Контрольна робота має містити титульний аркуш, перелік завдань контрольної роботи, оформлений матеріал контрольної роботи (можна включати таблиці, рисунки, схеми), список використаних джерел, якими скористався здобувач вищої освіти при написанні контрольної роботи. Контрольна робота виконується в електронному форматі. Обсяг контрольної роботи від 3 до 5 сторінок (шрифт Times New Roman, 14 pt, 1,5 міжстроковий інтервал). Оформлений файл контрольної роботи здобувачі завантажують на інформаційно-освітню сторінку Moodle. Варіанти контрольної роботи надаються безпосередньо в кабінети здобувачів вищої освіти на платформі Moodle.

Залік

За повну розгорнуту відповідь на заліку за одне питання студент отримує 15 балів:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за залік становить 30 балів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75 - 81	C		
67-74	D		
60-66	E	задовільно	не зараховано
35-59	FX	незадовільно	
1-34	F		

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D. - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно E. - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними уміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX. - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно F. - Здобувач не володіє необхідними знаннями, уміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні уміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

6.3. Розподіл балів для здобувачів денної форми навчання

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання” в II семестрі (Модуль II «Волейбол» для здобувачів вищої освіти денної форми навчання

Види роботи	Бали
Практична робота	8 x 5 балів = 40 балів
Практичне завдання	1 x 15 балів
Контрольна робота	1 x 15 балів
Всього: мах 70 балів	
Залік: мах 30 балів	
Мах 100 балів	

Критерії оцінювання видів робіт

Критерії оцінювання практичних робіт-завдань

15 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

10 балів – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності незначних помилок

5 балів – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Критерії оцінювання практичних робіт

5 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

4 бали – практична робота виконана у повному обсязі без помилок.

3 бали – практична робота виконана у повному обсязі, але містить ряд помилок.

2 бали – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності значних помилок

1 бал – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Контрольна робота

Приклад Варіанту контрольної роботи для здобувачів денної форми навчання

Варіант 0

Мета: перевірка рівня теоретичних знань, розуміння методики навчання та основ тактики волейболу.

Структура контрольної роботи

Частина А. Тестові завдання

(обрати одну правильну відповідь)

- Волейбол у системі фізичної культури належить до:
 - а) індивідуальних видів спорту
 - б) циклічних видів спорту
 - в) командних спортивних ігор

- о г) силових видів спорту
- 2. Основною метою технічної підготовки волейболіста є:
 - о а) розвиток витривалості
 - о б) формування правильних рухових дій
 - о в) підвищення швидкості бігу
 - о г) розвиток гнучкості
- 3. Передача м'яча двома руками знизу найчастіше використовується для:
 - о а) подачі
 - о б) прийому подачі
 - о в) блокування
 - о г) нападаючого удару
- 4. Нападаючий удар виконується переважно:
 - о а) без стрибка
 - о б) з місця
 - о в) у стрибку
 - о г) у положенні сидячи
- 5. До тактики захисту належить:
 - о а) подача
 - о б) передача
 - о в) блокування
 - о г) розбіг

Частина Б. Теоретичні питання (коротка відповідь)

6. Дайте визначення поняття «рухова навичка».
7. Назвіть основні етапи навчання рухових дій у волейболі.
8. Охарактеризуйте основні види стійок волейболіста.
9. Яке значення має подача в сучасному волейболі?
10. У чому полягає роль блокування в захисті команди?

Частина В. Аналітичне завдання

11. Опишіть методику навчання передачі м'яча двома руками зверху для студентів-початківців.
12. Проаналізуйте типові помилки при виконанні нападаючого удару та запропонуйте шляхи їх усунення.

Частина Г. Практико-орієнтоване завдання

13. Складіть фрагмент практичного заняття (10–15 хв) з навчання нижньої подачі у волейболі для студентів I курсу.

Критерії оцінювання контрольної роботи

- Підсумкова контрольна робота оцінюється в 15 балів:
- повне виконання завдання без помилок – 14-15 балів;
 - повне виконання завдання з незначними помилками – 10-13 балів;
 - часткове виконання завдання (не менше 60%) – 5-9 балів;
 - часткове виконання завдання з помилками – 3-4 бали;
 - виконання незначного обсягу роботи з помилками -1-2 бали;
 - не виконання контрольної роботи – 0 балів.

Залік

- За повну розгорнуту відповідь на заліку за одне питання студент отримує 15 балів:*
- 11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;
- 7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;
- 4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; е розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;
 Максимальна кількість балів за залік становить 30 балів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75 - 81	C		
67-74	D		
60-66	E	задовільно	не зараховано
35-59	FX	незадовільно	
1-34	F		

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D. - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно E. - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX. - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно F. - Здобувач не володіє необхідними знаннями, вміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні вміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

6.4. Розподіл балів (для здобувачів заочної форми навчання)

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Рухливі та спортивні ігри з методикою викладання” в II семестрі (Модуль II «Волейбол» для здобувачів заочної форми навчання

Види роботи	Бали
Практичні роботи	4 x 5 балів = 20 балів
Опрацьовані тематики на само опрацювання (наявність в зошиті)	4 x 5 балів = 20 балів
Контрольна робота	1 x 30 балів
Всього: мах 70 балів	
Залік: мах 30 балів	
Мах 100 балів	

Критерії оцінювання видів робіт

Критерії оцінювання практичних робіт

5 балів – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

4 бали – практична робота виконана у повному обсязі без помилок.

3 бали – практична робота виконана у повному обсязі, але містить ряд помилок.

2 бали – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності значних помилок

1 бал – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Контрольна робота

Приклад Варіанту контрольної роботи для здобувачів заочної форми навчання

Варіант 0

- Волейбол, як вид спорту та засіб фізичного виховання.**
Розкрити значення волейболу в системі фізичної культури, його виховну, оздоровчу та соціальну роль, а також місце у фізичному вихованні студентської молоді.
- Особливості формування рухових умінь і навичок у процесі навчання техніки волейболу.**
Охарактеризувати поняття рухових умінь і навичок, механізми їх формування, етапи навчання технічних прийомів та типові помилки під час засвоєння рухових дій.
- Методика навчання одного з технічних елементів волейболу (на вибір):**
 - передача м'яча двома руками зверху;
 - передача м'яча двома руками знизу;
 - нижня або верхня пряма подача;
 - нападаючий удар.У відповіді необхідно висвітлити: мету навчання, послідовність опанування техніки, підвідні та основні вправи, методичні вказівки та типові помилки.

Критерії оцінювання контрольної роботи

Підсумкова контрольна робота оцінюється в 30 балів:

- повне виконання завдання без помилок – 25-30 балів;
- повне виконання завдання з незначними помилками – 20-24 бали;
- часткове виконання завдання (не менше 60%) – 15-19 балів;
- часткове виконання завдання з помилками (50 %) – 10 -14 балів;
- виконання незначного обсягу роботи (менше 50 %) -5-9 балів;
- виконання незначного обсягу роботи з помилками (менше 50 %) -1-8 балів;
- не виконання контрольної роботи – 0 балів.

Контрольна робота має містити титульний аркуш, перелік завдань контрольної роботи, оформлений матеріал контрольної роботи (можна включати таблиці, рисунки, схеми), список використаних джерел, якими скористався здобувач вищої освіти при написанні контрольної роботи. Контрольна робота виконується в електронному форматі. Обсяг контрольної роботи від 3 до 5 сторінок (шрифт Times New Roman, 14 pt, 1,5 міжстроковий інтервал). Оформлений файл контрольної роботи здобувачі завантажують на інформаційно-освітню сторінку Moodle. Варіанти контрольної роботи надаються безпосередньо в кабінети здобувачів вищої освіти на платформі Moodle.

Залік

За повну розгорнуту відповідь на заліку за одне питання студент отримує 15 балів:

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; е розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за залік становить 30 балів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75 - 81	C		
67-74	D		
60-66	E	задовільно	не зараховано
35-59	FX	незадовільно	
1-34	F		

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначенні в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно Д. - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно Е. - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно ФХ. - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно Ф. - Здобувач не володіє необхідними знаннями, вміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні вміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

7. Література

Основна література

1. Бобровник ВІ, Совенко СП, Колот АВ. Волейбол. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮСШОР та закладів спортивного профілю. Київ: Логос; 2021. 192 с.

2. Гедзюк ДО, Вовченко П, Чорна МЄ. Основи методики викладання спортивних ігор (волейбол). Житомир: ЖДУ ім. І. Франка; 2022. 54 с.

3. Демидова ІВ, Лелека ВМ, Решетілова НВ. Волейбол: техніка, тактика, методика навчання. Миколаїв: ЧНУ ім. Петра Могили; 2023. 120 с.

4. Кругляк О. Я., Кругляк Н. П. Від гри – до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: метод. посіб. Тернопіль : Підручники і посібники, 2000. 80 с.

5. Лемешко ВЙ, Приставський ТГ, Дух ТІ. Волейбол у системі фізичного виховання та спорту. Львів: ЛДУФК; 2021. 248 с.

6. Момот ОО, Шостак ЄЮ, Новік СМ. Теорія і методика викладання волейболу. Полтава: Сімон; 2022. 132 с.

7. Приступа Є. Українські народні ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика / Євген Приступа, Олег Слімаковський, Володимир Левків. Львів: ЛДУФК, 2012. 432с.

8. Рухливі ігри та естафети з методикою викладання : навч.-метод. посіб. / уклад.: С. П. Дудіцька, А. М. Медвідь, А. П. Царик; Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. Чернівці: ЧНУ: Рута, 2020. 227 с. URL: <http://library.megu.edu.ua:8180/jspui/handle/123456789/3053>

9. Терещенко В.І. Методологічні основи спеціальної фізичної та технічної підготовки студентів з волейболу. Ірпінь: Університет ДФС України; 2022. 398 с.

10. Шевченко О.В. Рухливі ігри і забави: навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання/ [доп. і преробл.] Кропивницький: ФОП Піскова М.А., 2022. 150 с. URL:

<file:///C:/Users/%D0%B1%D0%BE%D0%BF/Downloads/%D0%A0%D1%83%D1%85%D0%>

[BB%D0%B8%D0%B2%D1%96%20%D1%96%D0%B3%D1%80%D0%B8%20%D1%96%20%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D0%B2%D0%B8.pdf](https://journals.uran.ua/sports_games/article/view/322304/312767)

11. Хлус Н., Петрикей О. Історія розвитку українських народних рухливих ігор: теоретичний аспект. Спортивні ігри, 2(36), 2025. С. 71–78. URL: https://journals.uran.ua/sports_games/article/view/322304/312767

12. Хіменес Х.Р., Харченко-Баранецька Л.Л., Еделев О.С. Організаційна ефективність сучасних систем змагань в ігрових видах спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Випуск 8. 2021. С.117-123.

13. Харченко-Баранецька Л.Л., Кострікова К.С. Формування олімпійських цінностей у молодших школярів в рамках навчально-виховного процесу у закладах загальної середньої освіти України. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2023. Випуск 3К (162). С.421-426.

14. Теорія і методика викладання рухливих ігор та забав з основами анімації: Методичні рекомендації до проведення лекційних, практичних занять, організації самостійної роботи, підготовки до підсумкової атестації. Укладачі: Голенкова Ю. В., Рядинська І.А., Голенкова А.С. Харків, 2024. 55 с. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/769ca626-20a8-4ffd-b6df-b4cc7b063f60/content>

Додаткова література:

1. Волков ЛВ. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. 2-ге вид. Київ: Освіта України; 2021. 464 с.

2. Грибан ГП, Ткаченко ПП, Барановський ВО. Оптимізація процесу технічної підготовки волейболістів. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. 2022; 4:29–33

3. Ігнатенко С. О. Методичні рекомендації проведення практичних занять та організації самостійної роботи з навчальної дисципліни: «Рухливі ігри і методика викладання»: методичні рекомендації. Одеса : Університет Ушинського, 2022. 26 с.

4. Кандиба П. Основи рухливих ігор на місцевості. Методичні рекомендації до самостійної роботи з дисципліни «Фізичне виховання» для здобувачів освітнього ступеня «бакалавр» усіх знань та форм навчання [Електронний ресурс] / [Упоряд. : Кандиба П.О., Матусевич А.М.] ; М-во освіти і науки України, Черкас. держ. технол. унт. Черкаси: ЧДТУ, 2019. 54 с. URL: <https://er.chdtu.edu.ua/bitstream/ChSTU/3057/4/2917-18-34-7-467.pdf>

5. Кругляк О. Рухливі ігри та естафети в школі. Посібник для вчителя. Тернопіль: Підручники і посібники, 2004. 80 с.

6. Petrenko O.V., Antonov S.V., Аналіз структури атакуючих дій пляжних волейболісток з урахуванням віку та ігрового амплуа. Олімпійський та професійний спорт. 2025;2:118–128. doi:10.32782/olimp spu/2025.2.18

7. Петренко, О & Pityn, Maryan & Антонов, С. (2022). АНАЛІЗ ПРОБЛЕМ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ПЛЯЖНОМУ ВОЛЕЙБОЛІ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ. Visnyk of Zaporizhzhya National University Physical education and Sports. 141-149. 10.26661/2663-5925-2021-4-19.

8. Радченко О.В. Рухливі та спортивні ігри з методикою навчання. Конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної, та заочної форм навчання / уклад. О.В.Радченко, Луцьк : Луцький НТУ, 2020. 116 с.

9. Рухливі ігри та естафети з методикою викладання : навч.-метод. посіб. / уклад.: С. П. Дудіцька, А. М. Медвідь, А. П. Царик; Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. Чернівці: ЧНУ: Рута, 2020. 227 с.

10. Рухливі ігри, в підготовці спортсменів-стрільців на етапі початкової підготовки // I International Scientific and Practical Conference SCIENTIFIC COMMUNITY: INTERDISCIPLINARY RESEARCH held on September 26-28, 2020 in Hamburg, German. № 3 (30). 2020. P.231-235.

11. Харченко-Баранецька Л. Ігровий метод на заняттях зі спортивного плавання із студентською молоддю // XXVIII ВСЕУКРАЇНСЬКА ЩОРІЧНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ «МОГИЛЯНСЬКІ ЧИТАННЯ – 2025: ДОСВІД ТА ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА В УКРАЇНІ: ГЛОБАЛЬНИЙ, НАЦІОНАЛЬНИЙ ТА РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТИ». Миколаїв. 2025.

12. Ahmadi A, Davoudi A. Technical and tactical performance analysis in volleyball. **Journal of Human Sport and Exercise**. 2021;16(2):345–356.

13. Papadimitriou K, Pashali E. Teaching volleyball skills in higher education. **European Journal of Physical Education and Sport Science**. 2022;7(3):45–58.

14. Marcelino R, Sampaio J. Match analysis in volleyball: performance indicators. **International Journal of Performance Analysis in Sport**. 2021;21(5):789–803.

15. FIVB. **Volleyball Coaching Manual**. Lausanne: Fédération Internationale de Volleyball; 2022. 210 p.

16. Sheppard JM, Gabbett T. Physical preparation for volleyball players. **Sports Medicine**. 2023;53(1):123–138.

17. Zdražnik M, Šibila M. Tactical efficiency in volleyball. **Kinesiology**. 2021;53(2):221–230.

Internet-джерела

1. Міжнародна федерація волейболу. <https://www.fivb.com/>
2. Національна федерація волейболу України. <https://www.fvu.in.ua/>
3. <https://naurok.com.ua/posibnik-ruhliivi-igri-yak-zasib-fizichnogo-vihovannya-molodshih-shkolyariv-164086.html>
4. <https://vseosvita.ua/library/embed/000bb0-4c72.docx.html>