

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**Кафедра спортивних та рекреаційних ігор**

**Пазичук О. В.**

Лекція № 2

**Сучасні тенденції розвитку спортивних ігор**

з навчальної дисципліни

**"ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ  
ТА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ"**

**галузь знань: 01 Освіта**

**спеціальність: 017 Фізична культура і спорт**

**факультет спорту**

**Рівень освіти: бакалавр 3 курс**

**спеціалізація: регбі-7**

# Сучасні тенденції розвитку спортивних ігор

Зміст.

1.ЗНАЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

2.СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СПОРТИВНИХ ІГОР

3. КЛАСИФІКАЦІЯ СПОРТИВНИХ ІГОР

4. Спортивні ігри в сучасному світі.

## ЗНАЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Гра є невід’ємною потребою всіх біологічних істот. Особливо яскраво здатність і прагнення до гри проявляється у дитинстві. Відомо, що чим вище організована жива істота, тим більше вона грає. Наприклад, ведмеді, дельфіни, собаки із всіх тварин найбільш схильні до гри, і саме вони вважаються найрозумнішими серед живих організмів. Авторпопулярної книгоднієї з спортивних ігор Г.Я. Місуна так висловлюється про роль ігор в житті людства: «Все людство поєднує гра! Все людство грає! Дійсно народившись і озирнувшись ми попадаємо у світ гри. Граючи ми осягаємо світ, дорослішаємо ... і продовжуємо грати. І ми прислухаємося до цих ігор, робимо висновки й опираємося на них у реальному житті. Гра для багатьох стала справою життя». Нідерландський мислитель ХХ сторіччя Йохан Хейзинга у своїй праці «Людина, що грає» проаналізував сутність і значення гри як джерел культури. Гра є чудовою моделлю життєвих ситуацій. Але на відміну від життя, гру завжди можна розпочати знову й зіграти краще, ніж раніше. Можливо саме тому гра є такою привабливою для всіх, і одним із чисельних проявів її форм є спортивні ігри. Серед великого різноманіття засобів фізичного виховання, які використовуються з метою гармонійного розвитку людини, одне з провідних місць займають спортивні ігри. Вони належать до числа самих розповсюджених та улюблених видів фізичних вправ у людей всього світу. Популярність спортивних ігор пояснюється низкою чинників. Абсолютна більшість ігор виключно доступні. Вони не вимагають великих затрат на інвентар, особливих місць для занять, а головне – немає необхідності у

Довготривалій попередній підготовці для того щоб брати участь у грі. Ігри відрізняються особливою привабливістю. Адже для перемоги мало одної фізичної переваги. Переможцем вийде той, хто проявить більш високий інтелект і зуміє знайти шлях до успіху не тільки за рівності сил, а й за умови переваги суперника. Ігрове змагання – це чудове спортивне видовище. Висока напруга, непередбаченість результату і майстерність, яка доставляє насолоду

тим хто слідкує за змаганням на майданчику. Найбільша кількість глядачів, які відвідують стадіон приходиться на змагання в різних видах спортивних ігор. Спортивні ігри служать засобом розвитку фізичних якостей (спритності, сили, швидкості, витривалості та ін..) під час вирішення основних рухових завдань. Спортивні ігри дозволяють також удосконалювати морально-вольові якості, навички та риси характеру (цілеспрямованість, колективізм, рішучість, сміливість, активність, дисципліну, взаємодопомогу, відчуття відповідальності та ін.). Самим важливим аспектом впливу гри варто признати здійснювану через неї соціальну інтеграцію, спортивні ігри виступають як соціальна форма організації спільної діяльності з досягнення загальної мети. Кожний колектив гравців представляє соціальну мікросистему зі своїм розподілом ролей і характером взаємовідношень між учасниками. Спорт у сучасному суспільстві займає важливе місце. І якщо стверджують, що він перетворився у справжній феномен ХХ ст., то в більшій мірі така оцінка відноситься до спортивних ігор, які складають його самий молодий різновид.

Поява сучасних спортивних ігор обумовлена корінними змінами у матеріальних умовах життя, начало яким було покладено промисловою революцією ХІХ ст.. Саме тоді з'явилася необхідність раціонально використовувати вільний час. З цією метою стали використовувати народні ігри, переосмислюючи їх та пристосувавши до нових умов життя. Впровадження єдиних правил дало можливість всім любителям ігор зустрічатися в умовах змагань. В результаті з'явилися вболівальники, які з цікавістю спостерігали за поєдинками. Саме тоді виникли такі популярні сьогодні ігри як футбол, хокей, теніс, регбі. Пізніше сформувалися правила змагань з баскетболу, волейболу, гандболу.

За статистикою ЮНЕСКО, спортивні ігри у наші дні стали самим масовим видом спорту. Розвиток ігор безперервний і відбувається під впливом багатьох чинників. Першим з них є матеріальні умови існування. Зміни умов життя відбиваються на змісті ігор. Другий чинник – накопичення життєвого досвіду. Також розвиток ігор тісно пов'язаний з морально-етичними та економічними відношеннями між людьми. Формування теорії та практики фізичного виховання у свою чергу накладає відбиток на розвиток спортивних ігор. Таким чином за різноманітністю здійснюваного впливу спортивні ігри не мають суперників. Вони стали основною складовою вітчизняної системи фізичної культури.

Широковикористовуються в різних закладах освіти, за програмою загальноосвітніх шкіл вони проводяться починаючи з 1 класу. За допомогою спортивних ігор вирішуються основні завдання фізичного виховання – освітні, оздоровчі та виховні. В родинях, в учбових закладах та робочих колективах спортивні ігри цінують за високу емоційну насиченість, змагальний характер, який кожному дає можливість творчого самовираження.

Сьогодні за необхідністю у кожному конкретному випадку може бути рекомендована саме та гра, яка оказує необхідний вплив. Це і майже «безрухові» ігри, які вимагають виключно розумової діяльності (шахи, шашки), і самі інтенсивні, які вимагають високої фізичної і психічної напруги спортивні ігри, в яких необхідно не тільки досконало володіти своїм тілом, предметом гри

та інвентарем, але й спеціальними засобами пересування (хокей на льоду, водне поло, кінне поло тощо).

## 2. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СПОРТИВНИХ ІГОР

Минулий і теперішній стан спортивних ігор є звершеним фактом, тому й очевидним. Їх майбутнє можна лише прогнозувати на основі існуючих тенденцій популярних видів спортивних ігор. Таким чином, можемо з впевненістю сказати, що майбутнє сучасних спортивних ігор пов'язано зі збільшенням швидкості гри, максимальним розвитком атлетичних якостей спортсменів, насамперед швидкісно-силових. Удосконалення техніки ігор в бік збільшення швидкості виконання всіх прийомів буде відбуватися головним чином за рахунок скорочення часу виконання підготовчої фази технічних елементів. Особливого значення набуває індивідуальна майстерність гравців, що змінюватиметься у бік як підвищення ефективності й різноманітності індивідуальної техніки, так і збільшення її варіативності. З іншого боку, відбудеться максимальне відшліфування основних стандартних ігрових прийомів.

Тактика гри змінюватиметься у бік підвищення швидкості реалізації тактичних завдань, що спричинить скорочення кількості багатоходових комбінацій позиційного нападу й підвищення якості індивідуальних тактичних дій і групових взаємодій, які є більш гнучкими й при високій індивідуальній майстерності швидше досягають мети. Триватиме злиття аматорського й професійного напрямку розвитку спортивних ігор за рахунок підвищення професійного відношення до тренувально-змагального процесу.

Зміцнення й постійне вдосконалення матеріальної бази спортивних ігор, збільшення доходів спортивних організацій, об'єднання інтересів теле-медіа компаній, комерційних фірм, урядових органів з інтересами спортивних ігор спричинить можливість здійснення більш масової, якісної й ефективної підготовки гравців високого класу. Інтеграція спортивних шкіл Сходу й Заходу триватиме й надалі й призведе до виникнення нових методик навчання, у яких підвищиться, головним чином, свідомо-психологічний компонент підготовки, заснований на східних методиках розвитку свідомості й західних методик ідеомоторного й аутогенного тренування. Це сприяє зросту ролі психологічної підготовки спортсменів у напрямку володіння емоціями й думками спортсменів, підвищення рівня взаєморозуміння гравців і здатності передбачення дій суперника.

Удосконалення різних методів відновлення працездатності піде по шляху максимального наближення до натурально-природного. Здійснення цих

тенденцій розвитку спортивних ігор відбуватиметься на основі фундаментальних положень теорії й практики фізичної культури і спорту, впровадження нових перспективних підходів в навчально-тренувальний процес спортсменів-ігровиків.

## КЛАСИФІКАЦІЯ СПОРТИВНИХ ІГОР

Спортивними іграми називають види ігрових змагань, основою яких є різні технічні тактичні прийоми влучення у процесі протистояння з противником за допомогою спортивного снаряду (зазвичайним є м'яч, ціль – ворота, кільце, майданчикі т. п. суперників); змісті організації спортивних ігор регламентуються офіційними правилами. Більшість спортивних ігор представляє собою комплекс природних рухів, фізичних вправ (біг, стрибки, метання, удари і т. п.), які виконуються гравцем або взаємодією партнерів в боротьбі з суперником і спрямовані на створення ігрових ситуацій, які під сумку забезпечують перемогу. У багатьох спортивних іграх спортсмени вступають у безпосередню, контактну боротьбу. Широке розповсюдження спортивних ігор обумовлено їх доступністю, відносною простотою змісту й організації, силою емоційного впливу на учасників і глядачів. Розрізняють спортивні гри командні (наприклад, волейбол, гандбол, футбол, всі види хокею), особисті (наприклад, шахи, шашки) та ігри, що існують як особисті так і командні (наприклад, бадмінтон, гольф, настільний теніс, теніс).

Спортивні ігри культивуються серед людей різної статі й віку. Правила проведення спортивних ігор розробляються відповідними міжнародними федераціями; національні спортивні ігри (американський футбол, городки, лакросс, російські шашки й ін.) – національними федераціями, які сприяють розвитку ігор і організують міжнародні й національні змагання. Зі спортивних ігор проводяться чемпіонати світу, континенту, окремих країн. Спортивні ігри входять до програми Олімпійських ігор, регіональних й ін. комплексних змагань (наприклад, Панамериканські ігри, Всесвітні студентські ігри, Спартакіади). В Україні культивується більшість спортивних ігор, які отримали світове визнання. Федерації України зі спортивних ігор є членами відповідних міжнародних федерацій.

Специфіка спортивних ігор у тому, що активна протидія суперника вимагає швидкої зміни реалізації плану ігрових дій гравця або команди. Спортсменам приходится діяти в обстановці дефіциту часу при змінах ігрових ситуацій і необхідності знаходити адекватну відповідь. Ефективність ігрових дій залежить від швидкої оцінки ігрової ситуації і вибору відповідних ігрових прийомів, що передбачає наявність високо розвинутих психофізіологічних функцій (різні параметри уваги, об'єм полю зору, швидкості реакції тощо). Відмінною особливістю всіх спортивних ігор є наявність великого технічного арсеналу (передачі, ведення, кидки, удари), сполучення прийомів і різнобічність тактичних побудов (колективні взаємодії в обороні та нападі).

Спортивні ігри різноманітні і багато чисельні (рис. 1). Між ними існує схожість і відмінність, що дозволяє розподілити їх у відносно загальні групи і тим самим полегшити їх вибір. У кожній грі є дві найбільших ознаки, що

визначають основні риси дії гравців, -взаємодія між учасниками і мета гри, до досягнення якої вони прагнуть.Взаємодія між гравцями може розглядатися, як взаємодія між суперниками і як взаємодія між партнерами в команді. Таким чином можна поділити ігри на дві великі групи: ігри командні та індивідуальні (протиборство двох учасників). Останні складають меншість і частіше додаються такими варіантами, в яких сторони які грають складаються з двох гравців або результат гри визначається за сумою спроб, почергово виконаних декількома учасниками змагань.

Подальша класифікація передбачає розподіл ігор на такі, в яких змагання відбуваються без будь якого контакту і безпосередньої гри з суперником та на такі, в яких існує активне протиборство сторін. Самостійну групу складають ігри з почерговою участю в них суперників, які не виявляють протидії один одному.Для першої групи характерна боротьба за оволодіння м'ячем з наступною спробою направити його в ціль, якою зазвичай є ворота (футбол, хокей, регбі, водне поло, гандбол тощо).

Спортивні ігри командні, особисто-командні з контактом із суперником, без контакту з суперникомз контактом із суперникомбез контакту з суперником з м'ячем, без м'яча, Олімпійські не олімпійські Олімпійські. Баскетбол, Водне поло, Волейбол (класичний і пляжний), Гандбол, Футбол, Хокей на траві, Хокей з шайбою, Кьорлінг, Регбі, Хокей з м'ячем,Пляжний футбол, Футзал, Американський футбол, Бейсбол, Софтбол, Бадмінтон, Настільний теніс, Теніс, Більярд, Гольф, Городки, Шашки, Шахи.Рис. 1.

Характеристика спортивних ігорд для другої групи характерне почергове володіння м'ячем і дії гравців на окр емих ділянках майданчика, які зазвичай розділені сіткою. Команда, яка володіє м'ячем прагне направити м'яч у майданчик суперника (теніс, волейбол, бадмінтон тощо). Дії з почерговою участю наперед визначаються правилами, які передбачають безпосереднє виконання ролей, що відведені для кожної із сторін. Метою гри тут частіше за все буває певна ціль або фігура, яка установлюється намайданчику або самі гравці (бейсбол, гольф, городки, лапта).

Наступна деталізація класифікації ігор відбувається за іншими, менш суттєвими, але все ж таки достатньо характерними ознаками. До них відноситься ігровий інвентар та способи володіння ним.У якості інвентарю найчастіше використовуються м'ячі або інші специфічні предмети (шайби, шари, кільця тощо).гравці взаємодіють з цими предметами безпосередньо руками, ногами, головою або опосередковано за допомогою інших пристроїв (ключки, біти, ракетки тощо).Крім того можуть бути використані додаткові засоби пересування (ковзани, ролики та ін.).

За відношенням до програми Олімпійських ігор всі спортивні ігри прийнято розподіляти на олімпійські та не олімпійські види спорту.У більшості ігор з м'ячем хід спортивної гри має фазовий характер.Розрізняють три фази:- фаза володіння м'ячем;-фаза відбору м'яча;-нейтральна фаза, коли жодна з команд не володіє м'ячем. Фази гри у свою чергу поділяються на ігрові ситуації. Деякі з цих ситуацій постійно повторюються відповідно з правилами гри. Такі ситуації називають стандартними положеннями(удар від воріт, кутовий, подача м'яча тощо).

Інші ігрові ситуації також часто повторюються під час гри, але точного регламентування правилами вони не мають. Ці ситуації називають типовими. До них відносять одноборство двох гравців, різні дії груп гравців проти рівного чи нерівного числа суперників на певній ділянці майданчика (двоє проти одною чи троє проти двох і т. ін.) У тій чи в іншій ігровій ситуації учасники використовують спеціальні дії – ігрові прийоми. В залежності від обставин учасники використовують індивідуальні чи колективні дії. Індивідуальні ігрові дії – це комплекс рухових дій, які використовуються у грі для вирішення певної ситуації.

У відповідності з фазовим характером гри розрізняють індивідуальні ігрові дії в нападі та захисті. У більшості спортивних ігор у процесі гри діють не окремі учасники, а колективи (команда). Тому ігрові завдання вирішують частіше за все при взаємодії всіх учасників змагань. Таким чином, колективні ігрові дії представляють свідому взаємодію двох чи більше гравців, яка основана на адекватному розумінні завдань в певній ігровій ситуації. Наявність у грі типових ситуацій зумовлює можливість попередньої підготовки і спеціального вивчення способів їх ефективного вирішення. Продумані та попередньо розучені взаємодії називають комбінаціями. Досягнення переваги у грі, у першу чергу, залежать від планомірного, організованого використання індивідуальних і колективних дій гравців. З цією метою поряд з комбінаціями використовують певні форми організації взаємодій гравців команди у захисті та нападі – системи гри. Система гри – це основний спосіб ведення протиборства, при якому функції і взаємодії розподіляються між учасниками протягом всієї гри чи в окремі її моменти.

Спортивні ігри належать до категорії ситуативних видів спорту, які характеризуються найбільшою варіативністю змагальної діяльності. Дії гравців відрізняються різноманітністю. Кожен з них визначається двома взаємопов'язаними аспектами: зовнішнім і внутрішнім. Під зовнішнім розуміють вирішення рухового завдання з певною руховою структурою, законами біомеханіки, особливостями конкретної ситуації. Інший аспект складають психічні процеси, які пов'язані з вибором вірного вирішення певної ігрової ситуації. Це тактичний аспект ігрової діяльності. Обидва аспекти називають технікою і тактикою ігрових дій. Тактика спортивного протиборства більш ширшому розумінні – це форми і методи ведення спортивного поєдинку з урахуванням його зовнішніх і внутрішніх умов. В більш вузькому сенсі тактика – це вибір раціонального вирішення, а техніка – форма його рухової реалізації, яка здійснюється з урахуванням спортивно-педагогічних, біомеханічних і фізіологічних закономірностей. Способи досягнення змагальної мети протягом тривалого часу складають стратегію спортивної боротьби.

#### 4. Спортивні ігри в сучасному світі.

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту більшості видів спорту межує з людськими можливостями. Природно, що за таку роботу спортсмени мають право одержувати від суспільства відповідну матеріальну або моральну компенсацію, оскільки спорт, як показано вище, є суспільно вагомим видом діяльності. Насправді так і відбувається на всіх етапах розвитку спорту. Історичні матеріали свідчать про те, що переможці, наприклад старогрецьких Олімпійських ігор, одержували, окрім інших матеріальних винагород

Не менш суттєві матеріальні винагороди одержують і переможці сучасних олімпіад. Отже, можна говорити про те, що компенсація за спортивну діяльність справді існувала на всіх етапах розвитку не лише сучасного, але й античного спорту. Вона, безсумнівно, є суспільною оцінкою спортивної діяльності атлета. Зараз оплата праці спортсменів має декілька форм: оплата за контрактом; у вигляді державних або інших стипендій; грошових призів за перемогу на змаганнях; у формі гонорарів, виплачуваних комерційними фірмами (наприклад за рекламу) безпосередньо й опосередковано через різні фонди або громадські організації. Це ніщо інше, як різні форми суспільної оцінки праці спортсменів, пов'язаної з підготовкою й участю в змаганнях. Характерна риса сучасного спорту вищих досягнень – його значна комерціалізація. Це об'єктивний процес, оскільки продуктом спорту є видовище, яке має певну суспільну цінність

**Комерціалізація спорту** – це об'єктивний процес зрощення капіталу й спорту. Потужним фінансовим компаніям економічно вигідно вкладати гроші в спорт вищих досягнень, оскільки він має високу суспільну значущість. Потреба в отриманні високих доходів характеризує сьогодні й основні напрями діяльності федерацій, оргкомітетів різних змагань, МОК. Отже, комерціалізація спорту вищих досягнень – об'єктивний процес, який сприяє зростанню результатів, які показують спортсмени в ході змагань, а отже, і професіоналізації їхньої спортивної діяльності. В окремих випадках комерціалізація зумовлює зміну регламенту проведення найважливіших змагань, а через це побічно впливає на саму систему підготовки атлетів. Дійсно, останнім часом простежено розширення й **об'єднання низки міжнародних змагань, які мають високий рейтинг**, а отже, і призовий фонд, у єдину серію змагань. Завдяки цьому з'явилася така система змагань, як серія «Гран-прі» в легкій атлетиці, етапи Кубка світу з лижного спорту, біатлону, а в деяких видах спорту змінився регламент традиційних змагань (наприклад Європейські кубки з футболу). Суть таких реорганізацій у створенні нової інтриги в змаганнях, що сприяє підвищенню їх видовищності, а отже, приваблює глядачів, спонсорів, телебачення й под. Наслідок такої організації змагань – те, що в спорті вищих досягнень **виділяється достатньо велика група елітних спортсменів** (в ігрових видах – команд), для яких відкриваються широкі перспективи фінансування як від міжнародних спортивних, так і комерційних організацій

Остання обставина пов'язана ще й із тим, що провідні спортсмени, виступаючи на міжнародних змаганнях навіть під національним прапором,

побічно представляють потужні корпорації (через рекламу спортивного одягу, інвентарю та ін.), які мають і відстоюють свої комерційні інтереси в спорті. Усе сказане вище свідчить про існування загальної тенденції, яка полягає в розширенні календаря міжнародних змагань. При цьому збільшилася кількість не взагалі змагань, а найважливіших, у тому числі й комерційних, у яких спортсмени «зобов'язані» (без цього не можна одержати високий рейтинг) брати участь протягом змагального сезону. У деяких видах спорту ці заходи охоплюють значну частину року, до 8–10 місяців. Це означає, що атлети повинні показувати максимально можливі спортивні результати впродовж усього сезону. Отже, **зміна стратегії в організації змагальної діяльності**, що намітилась останніми роками в спорті вищих досягнень, зумовлює зміни стратегії в плануванні річного тренувального циклу. Це вимагає розробки нової науково обґрунтованої системи побудови річного тренувального циклу підготовки спортсменів, з урахуванням реалій соціальних процесів, які розгортаються в суспільстві.

**Четверта тенденція** в розвитку сучасного спорту вищих досягнень пов'язана з використанням в під-готовці спортсменів різних «валеологічно неприйнятних способів підвищення їх працездатності». Високий рівень спортивних результатів, що існує в спорті вищих досягнень, висока мотивація, зумовлена матеріальними та моральними стимулами, створили передумови для використання в процесі підготовки спортсменів різних фармакологічних засобів – допінгів. Допінг – серйозна проблема сучасного спорту вищих досягнень. Перші симптоми цієї «хвороби спорту» стали очевидними ще в 1908 р. на Олімпійських іграх у Греції, коли переможця в марафонському бігу П.Дорандо викрито в застосуванні допінгу. Із часом ця «хвороба» прогресувала, залучаючи до сфери свого впливу все нові й нові «жертви». Чинна система допінг-контролю, організована

Так, аналізуючи вплив спорту на здоров'я людини, акцентує увагу на суперечливості поглядів на спорт вищих досягнень. З одного боку, спорт вищих досягнень визнають ефективним засобом розвитку фізичної культури спортсмена, а з іншого, – погоджуються, що ця діяльність не сприяє збереженню його здоров'я. Що в спорті вищих досягнень кількість травм постійно збільшується й на сучасному етапі цей процес досяг загрозливих розмірів.

Аналіз стану здоров'я спортсменів і тренерів, проведений О.Коган , переконує, що розповсюдженість серед спортсменів-професіоналів хронічних неінфекційних захворювань становить 82,4%, а серед тренерів – 111,2 %. У структурі захворювань на першому місці – захворювання кістково-м'язової системи та системи кровообігу. Як стверджує дослідниця, лише 35% усіх обстежених спортсменів і 15% тренерів можна віднести до групи здорових.

Проведений вище аналіз спеціальної літератури не дає вичерпної інформації щодо проблеми «спорт і здоров'я спортсмена», але він підтверджує в цілому недостатнє висвітлення в науково-методичній літературі питання саме про позитивний вплив занять спортом на здоров'я спортсменів. Відомості,

наведені науковцями, імовірно, відображають лише «вершину айсберга», точніше – лінію, яка розкриває проблему здоров'я спортсменів у системі багаторічної підготовки (спорт вищих досягнень і систему підготовки його резерву). Поза увагою фахівців залишається «тіло» цього айсберга, тобто основна кількість спортсменів, які не досягають високих результатів, але для яких заняття тим чи іншим видом спорту стало способом та школою життя. Саме про цю категорію спортсменів можна говорити, що спорт приносить їм не лише задоволення, але й забезпечує необхідний обсяг рухової активності, що є основою фізичного здоров'я людини.

Змагальна діяльність людей – це те ядро, навколо якого формується й розвивається весь спектр складних соціально-економічних відносин, що породжують у суспільстві своєрідний феномен спорту та визначають його суспільну значущість як видовища. Змагальна діяльність людей виступає в ролі системоутворювального механізму, що спричинює в процесі розвитку виду спорту безперервне зростання загального рівня спортивних результатів. Установлено, що безперервне зростання спортивних результатів приводить до необхідності постійного пошуку нових підходів до побудови тренувального процесу, зміни та перегляду чинних методик підготовки атлетів. Об'єктивний наслідок такого процесу – формування в суспільстві цілого спектру соціально зумовлених потреб. Такі потреби формують умови для інтенсивного розвитку науки про спорт, що охоплює історію його виникнення та рушійні сили, які визначають історичний розвиток спорту, його місце й роль у суспільстві; спортивно-масові рухи, що виникають на його основі; ідеали, норми та принципи тренувальної й змагальної діяльності тощо.

<http://library.vspu.net/bitstream/handle/123456789/2366/D2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> -  
page=224

<http://library.vspu.net/bitstream/handle/123456789/2366/D2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> -  
page=225

<http://library.vspu.net/bitstream/handle/123456789/2366/D2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> -  
page=226

<http://library.vspu.net/bitstream/handle/123456789/2366/D2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> -  
page=227

<http://library.vspu.net/bitstream/handle/123456789/2366/D2.pdf?sequence=2&isAllowed=y> -  
page=228

## Рекомендована література

### Основна:

1. Аненкова В. В. Регбі: правила соровнований / В. В. Аненкова. – Москва : Фізкультура и спорт; 1981.
2. Арзютов Г. Н. Многолетняя подготовка спортсменов. – Киев, 1999.
3. Ахметов Р. Ф. Вдосконалення методів педагогічного контролю за рівнем швидкісно-силових якостей студентів-спортсменів / Р. Ф. Ахметов // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі вищої і середньої освіти. – 2010. – С. 53–4.

4. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх / М. С. Бриль. – Москва : Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
5. Варакин Б. А. Предсоревновательная подготовка квалифицированных регбистов : автор. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки” / Варакин Борис Александрович ; ВНИИФК. – М., 1983. – 24 с.
6. Гарсиа А. Регби. Техника. Тактика. Тренировочный процесс / А. Гарсиа, Ж. Фурукс. – Париж : РоберЛафон, 1984. – 218 с.
7. Мартиросян А. А. Методические основы подготовки команд по регби-7 в ВУЗах Украины / Мартиросян А. А., Подоляка О. Б. // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : сб. науч. тр. – Харьков: ХГАДИ, 2005. – С. 114–115.
8. Пасько В. В. Совершенствование учебно-тренировочного процесса на основе учета параметров специальной физической подготовки регбистов / В. В. Пасько // Физическое воспитание студентов. – 2014. - № 3. – С. 49–56.
9. Пулэн Р. Регби. Игра и тренировки / Р. Пулэн ; пер. с англ. – Москва, 1978.
10. Спортивные игры / под ред. Ю. М. Портных. – Москва : Физкультура и спорт, 1975.
11. Физкультура и спорт: малая энциклопедия / пер. с нем. – Москва, 1982.
12. Правила спортивных игр и состязаний: иллюстр. энциклопед. спр. / пер. с англ. – Минск, 1998.
13. Хилл Р. Р. Регби : пособие для учителей, тренеров и игроков. – Веллингтон : Новая Зеландия, 1977. – 165 с.
14. Холодов Ж. К. Основы подготовки регбистов / Ж. К. Холодов, Б. А. Варакин, В. К. Петренчук. – Москва : Физкультура и спорт, 1984. – 189 с.

#### **Допоміжна:**

1. Адаптаційні зміни морфологічних показників організму спортсменів з різною спрямованістю тренувального процесу / Тетяна Куцериб, Любомир Вовканич, Мирослава Гриньків, Софія Маєвська, Федір Музика // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2016. – Вип. 20, т. 3/4. – С. 36–42.
2. Баскетбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 70 с.
3. Васильчук А. Л. Перспективи електрогоніометрії при удосконаленні спортивної моторики / А. Л. Васильчук, Є. Н. Приступа // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : [тези доп.] III Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 1992. – С. 134–136.
4. Данилевич М. В. Вплив занять спортивними іграми на рівень фізичного здоров'я хлопчиків 11–12 років / М. В. Данилевич, І. Б. Грибовська // Буковинський науковий спортивний вісник. – Чернівці, 2005. – Вип. 2. – С. 13 – 16.
5. Данилевич М. В. Показники фізичної підготовленості хлопчиків середнього шкільного віку / М. В. Данилевич // Фізична культура як фактор зміцнення здоров'я дітей і молоді в сучасних умовах : тези доп. – Одеса, 1994. – С. 31–32.

6. Данилевич М. В. Аналіз факторів, що впливають на фізкультурну активність учнів середнього шкільного віку / М. В. Данилевич, І. Б. Грибовська // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : тези доп. ІV Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 40 – 41.

7. Демчишин А. П. Рухова активність – нагальна потреба дитячого організму / А. П. Демчишин, В. І. Ковцун, Г. Г. Калька // Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів ІІІ Міжрегіон. (І міської) наук.-практ. конф. – Львів, 2004. – С. 23–24.

8. Келлер В. С. Совершенствование системы повышения спортивного мастерства студентов вузов / В. С. Келлер, Р. С. Мозола, Е. Н. Приступа // Тез. докл. Всесоюз. науч.-метод. конф. сельскохозяйственных вузов по проблеме совершенствования системы повышения спортивного мастерства студентов вузов. – Дубляны, 1988. – С. 9.

9. Келлер В. С. Устройство для коррекции динамических и кинематических характеристик взаимодействия игрока с мячом / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа, Н. В. Говор // Техника и спорт – V : тез. докл. Всесоюз. науч.-техн. конф. – Москва, 1989.

10. Келлер В. С. Характеристики соревновательной деятельности и методика повышения результативности баскетболистов при розыгрыше стандартных положений / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа // Научно-педагогические проблемы физической культуры и спорта в свете основных направлений перестройки высшего и среднего специального образования в республике : тез. докл. респуб. науч.-практ. конф. – Ивано-Франковск, 1988. – С. 100–101.

11. Келлер В. С. Устройство для коррекции динамических и кинематических характеристик взаимодействия игрока с мячом / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа, Н. В. Говор // Техника и спорт – V : тез. докл. Всесоюз. науч.-техн. конф. – М., 1989.

12. Келлер В. С. Факторы результативности соревновательной деятельности при розыгрыше стандартных положений / В. С. Келлер, Е. Н. Приступа // Проблемы повышения мастерства спортсменов : тез. докл. науч.-практ. конф. – Чебоксары, 1989. – С. 71.

13. Ковцун В. І. Основи фізичної та спеціальної фізичної підготовки юних волейболістів / В. І. Ковцун, Ю. І. Курилюк, Ю. М. Панишко // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Львів, 2011. – Вип. 56. – С. 22 – 26.

14. Ковцун В. І. Показники техніко-тактичної діяльності в процесі змагальної діяльності / В. І. Ковцун, Ю. В. Марусин, В. Т. Козарецький // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : матеріали наук.-практ. конф. – Львів, 2006. – С. 28–33.

15. Ковцун В. І. Оцінка термінового тренувального ефекту деяких вправ у юних волейболістів 15–18 років / В. І. Ковцун, В. В. Ковцун, В. Т. Козарецький // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2004. – Вип. 8, т. 1. – С. 175 – 179.

16. Ковцун В. І. Влучність та спеціальна витривалість при подачі м'яча / В. І. Ковцун // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. ІV Міжнарод. наук. конгр. – Київ, 2000. – С. 59.

17. Ковцун В. І. Показники спеціальної витривалості юних волейболістів різних вікових груп / В. І. Ковцун // Педагогіка, психологія та медико-біологічні

проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХХІІІ, 2000. – № 16. – С. 17– 19.

18. Колабашкин А. Взгляд на регби будущего / А. Колабашкин // Спортивные игры. – 1986. № 8. – С. 4.

19. Коритко З. І. До питання про механізми адаптації серцево-судинної системи до циклічних навантажень / З. І. Коритко // Досягнення біології та медицини. – 2010. – № 2. – С. 70 – 74.

20. Коритко З. Загальна фізіологія : навч. посіб. / Зоряна Коритко, Євген Голубій. – Львів : ПП Сорока, 2002. – 141 с.

21. Коритко З. Медико-біологічні основи фізичного виховання / Зоряна Коритко. – Львів, 2002. – 51 с.

22. Коритко З. І. Нові погляди на механізми розвитку стадій загальноадаптаційного синдрому за умов дії граничних фізичних навантажень / З. І. Коритко // Світ медицини і біології. – 2013. – № 4(41). – С. 107 – 112.

23. Корытко З. И. Оптимизация функциональных возможностей и работоспособности в условиях физических нагрузок путем использования электронной копии фибринолизина / З. И. Корытко // Медицинский университет. – 2011. – № 4/5. – С. 10 – 14.

24. Коритко З. І. Особливості регуляторних механізмів серця у формуванні перехідних адаптаційно-компенсаторних станів за умов граничних фізичних навантажень / З. І. Коритко // Експериментальна та клінічна фізіологія і біохімія. – 2011. – № 3. – С. 66 – 72.

25. Коритко З. І. Реалізація адаптаційних можливостей кровообігу за умов граничних фізичних навантажень під впливом гепарину / З. І. Коритко // Вісник проблем біології і медицини. – 2011. – Вип. 2, т. 3. – С. 209 – 213.

26. Корытко З. И. Роль тромбин-плазминовой системы в структурно-функциональном состоянии миокарда в условиях физических перегрузок : автореф. дис. ... канд. биол. наук : [спец.] 14.00.17 "Нормальная физиология" / Корытко Зоряна Игоревна ; Львов. мед. ин-т. – Львов, 1990. – 16 с.

27. Коритко З. І. Фізіологічна характеристика станів організму : лекція з дисципліни "Фізіологія фізичного виховання і спорту" / Коритко З. І. - Львів, 2019. – 19 с.

28. Коритко З. І. Фізіологічні механізми формування рухових навиків і рухових якостей : лекція з навчальної дисципліни "Фізіологія фізичного виховання і спорту" / Коритко З. І. – Львів, 2019. – 9 с.

29. Коритко З. І. Вплив гострого фізичного перевантаження на стан систем гемостазу та імуногенезу / З. І. Коритко // Експериментальна та клінічна фізіологія. – 1995. – С. 182–185.

30. Куцериб Т. М. Основи вікової морфології : лекція / уклад. Куцериб Т. М. – Львів, 2019. – 18 с.

31. Куцериб Т. М. Предмет, завдання і методи вікової морфології. Вікова періодизація : лекція / уклад. Куцериб Т. М., Гриньків М. Я. – Львів, 2019. – 13 с.

32. Мельник В. До проблеми формування складу команд у ігрових видах спорту (на прикладі гандболу) / Мельник В., Лібович Н. // Фізична культура і спорт: досвід та перспективи : матеріали Міжнар. наук.–практ. конф. (6–7 квітня 2017 р.). – Чернівці, 2017. – С. 28–30.

33. Мухін В. М. Вплив спортивної спеціалізації на імунологічну реактивність спортсменів / Мухін В. М., Стьопіна А. Я., Коритко З. І. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : тези доп. II Регіон. наук.-практ. конф. – Л., 1991. – Ч. 1. – С. 71–72.

34. Мухин В. Н. Исследование функционального состояния системы свертывания и фибринолиза – один из критериев медико-биологического контроля за тренировочным процессом / В. Н. Мухин, Л. В. Чернова, З. И. Корытко // Роль физической культуры в здоровом способе жизни : тез.-реком. I Регион. науч.-практ. конф. – Львов, 1990. – С. 63–64.

35. Мартиросян А. А. Швидкісно-силова підготовка кваліфікаційних регбістів у підготовчому періоді: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт” / Мартиросян Артур Артурович ; Харків. держ. акад. фіз. культури. – Харків, 2006. – 19 с.

36. Мітова О. О. Проблеми контролю в сучасних командних спортивних іграх / Мітова О. О. // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 3. – С. 89–96.

37. Музика Ф. В. Морфо-функціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Музика Ф. В. // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. пр. – Львів, 2000. – С. 25–26.

38. Музика Ф. В. Морфофункціональні показники стану м'язової системи у спортсменів різних кваліфікацій / Музика Ф. В., Малицький А. В., Гриньків М.Я. // Карповські читання : матеріали III Всеукр. морф. наук, конф.– Дніпропетровськ, 2006. – С. 49–50.

39. Музика Ф. В. Динамічна анатомія : лекція з дисципліни "Анатомія людини" / Музика Ф. В. – Львів, 2019. – 12 с.

40. Музика Ф. В. М'язова система : лекція / Музика Ф. В. – Львів, 2019. – 10 с.

41. Особливості соматотипу представників ігрових видів спорту / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2014. – № 4(18). – С. 37–44.

42. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 312 с

43. Пазичук О. Вплив харчових нутрієнтів на організм спортсмена / Ольга Пазичук, Федір Музика // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали IX Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Л., 2014. – С. 186 – 188.

44. Пасічник В. М. Дослідження фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку / Пасічник В. М. // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матеріали XII Всеукр. наук.-практ. конф. молодих учених з міжнар. участю. – Суми, 2012. – Т. 1. – С. 174–179.

45. Пасічник В. Проблема оцінювання фізичної підготовленості дітей дошкільного віку / Пасічник В., Пітин М. // Фізична культура і спорт: досвід та перспективи : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (6–7 квітня 2017 р.). – Чернівці, 2017. – С. 82–84.

46. Приступа Е. Н. Розыгрыш стандартных положений / Е. Н. Приступа // Старт. – 1989. – № 5. – С. 19.

47. Приступа Е. Н. Методические рекомендации по моделированию соревновательных влияний при розыгрыше стандартных положений в тренировке высококвалифицированных баскетболистов / Е. Н. Приступа. – Киев : [б. и.], 1990. – 27 с.

48. Приступа Е. Н. Моделирование соревновательных воздействий в учебно-тренировочном процессе квалифицированных баскетболистов / Е. Н. Приступа, А. Б. Мацак, Ю. М. Черкасов // Научно-методическое обеспечение системы подготовки высококвалифицированных спортсменов и спортивных резервов : материалы Всесоюз. науч.-практ. конф. – Москва, 1990. – С. 227–228.

49. Приступа Е. Н. Модельные характеристики и методика повышения результативности соревновательной деятельности единоборствующих баскетболистов при розыгрыше стандартных положений : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 „Теория и методика физ. воспитания и спорт. тренировки” / Приступа Евгений Никодимович ; КГИФК. – Киев, 1989. – 21 с.

50. Приступа Є. Розвиток моторики і фізичної підготовленості людини / Є. Приступа, Н. Завидівська // Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. [та ін.] ; за наук. ред. Євгена Приступи. – Дрогобич : Коло, 2010. – Ч. 2, розд. 1. – С. 131 – 153.

51. Регбі : анот. бібліогр. покажч. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 6 с.

52. Рівень фізичної та технічної підготовленості волейболістів / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин, Н. П. Лібович [та ін.] // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези II Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДІФК, 1997. – С. 44 – 45.

53. Руденко Р. Є. Засоби відновлення фізичної працездатності у процесі тренувань та змагань // Слобожанський науково-спортивний вісник : [зб. наук. ст.]. – Харків, 2008. – № 4. – С. 124–127.

54. Руденко Р. Спортивний масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Вид. 2-ге, допов. – Львів : Ліга-прес, 2009. – 160 с.

55. Соколов А. Регби: техника, тактика, обучение и тренировка / А. Соколов, А. Бутягин. – Москва : Физкультура и туризм, 1935. – 76 с.

56. Спортивні ігри в запитаннях та відповідях : метод. розробка / А. І. Мельникович, В. М. Артюх, В. І. Ковцун, В. А. Демчишин. – Самбір, 2002. – 43 с.

57. Частота травми голови та обличчя залежно від виду спорту, механізм та профілактика / Є. Н. Приступа [та ін.] // Клінічна хірургія. – 2017. – № 10(906). – С. 70–73.

58. Korytko Z. I. Limit physical activity and stress: correction mechanism / Z. I. Korytko // Медичні науки. – 2017. – Т. 49, № 1. – С. 27.

59. [Tactical attacking actions of competitive handball players with different qualifications](#) / Valeryi Melnyk, Viktoria Pasichnyk, Volodymyr Levkiv, Vasyl Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport. – 2016. – Vol. 16, is. 1. – P. 77–83.

### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Про фізичну культуру і спорт : Закон України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
4. Вплив занять баскетболом на фізичний розвиток баскетболісток [Електронний ресурс] / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Любомир Вовканич, Федір Музика // Спортивна наука України. – 2018. – № 2(84). – С. 9–13. – Режим доступу : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/737/712>