

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
імені Івана БОБЕРСЬКОГО**

**Кафедра спортивних та рекреаційних ігор**

«ЗАТВЕРДЖЕНО»  
на засіданні кафедри  
спортивних та рекреаційних ігор  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол № \_\_  
Зав. каф \_\_\_\_\_ Ковцун В.І.

**ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ  
з навчальної дисципліни**

**«Теорія і методика спортивних ігор»**

**Модуль 4 (волейбол)**

**рівень вищої освіти «бакалавр»**

**для студентів II курсу факультету післядипломної та заочної освіти  
спеціальності 017 Фізична культура і спорт,  
спеціалізація Фізична реабілітація**

**Тема 1. Історія гри у волейбол**

Описати сучасний стан розвитку волейболу в Україні і світі за матеріалами періодичних видань.

Різновиди волейболу (пляжний волейбол, парковий волейбол), основні відмінності їх правил, розміри майданчика, висота сітки для різних вікових груп, ігрове обладнання.

**Тема 2. Методика навчання способам техніки і тактики гри**

Скласти алгоритм вправ для навчання техніки гри в нападі: передачі м'яча двома руками зверху, подача м'яча, прямий нападаючий удар (за вибором викладача).

Скласти алгоритм вправ для оволодіння технікою гри в захисті: (одиначне та групове блокування, прийом м'яча двома руками (за вибором викладача)).

**Рекомендована література**

**Основна:**

1. Демчишин А. П. Волейбол – гра для всіх / А. П. Демчишин. – Київ : Здоров'я, 1986. – 104 с.
2. Демчишин А. П. Підготовка юних волейболістів / А.П. Демчишин, Р.С. Мозола, Ю.М. Панишко. – Київ : Радянська школа, 1982. – 191 с.
3. Демчишин А. П. Підготовка волейболістів / А. П. Демчишин, Б. С. Пилипчук. – Київ : Здоров'я, 1979. – 104 с.
4. Железняк Ю.Д. Юный волейболист : учеб. пособие для тренеров / Ю. Д. Железняк. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.

5. Костюков В. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор : курс лекцій / Костюков В. М., Вознюк Т. В., Драчук А. І. – Вінниця : ВДПУ, 2004. – 117 с.
6. Поташник А. Судейство соревнований по волейболу / Поташник А., Гезенцевей В. – Москва : Физкультура и спорт, 1973.
7. Поташник А. Волейбол (судейство и организация соревнований) / А. Поташник. – Москва : Советский спорт, 1973.
8. Спортивные игры / под ред. Портных Ю. И. – Москва : Физкультура и спорт, 1975.
9. Железняк Ю. Д. Волейбол : учеб. для ин-тов физ. культуры / Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 238 с.

#### **Допоміжна:**

10. Бойчук Р. Факторна структура координаційної підготовленості студентів-волейболістів / Роман Бойчук, Василь Ковцун // Молода спортивна наука України : зб. тез доп. / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2017. – Вип. 21, т. 2. – С. 50.
11. Гриньків М. Я. Спортивна морфологія (з основами вікової морфології) : навч. посіб. / Гриньків М. Я., Вовканич Л.С., Музика Ф. В. – Львів, 2015. – 304 с.
12. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе / Ю. Д. Железняк. – Москва, 1978. – 224 с.
13. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 269 с.
14. 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.
15. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 48 с.
16. Клещев Ю. Н. Тактическая подготовка волейболистов / Клещев Ю.Н., Тюрин В.А., Фураев Ю.П. – Москва : Физкультура и спорт, 1968. – 120 с.
17. Клещев Ю. Н. Юный волейболист / Клещев Ю. Н., Фурманов А. Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 231с.
18. 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.
19. Ковцун В. І. Оцінка фізичної та технічної підготовленості волейболістів 12–13 років / В. І. Ковцун, Ю. М. Панишко, Н. Г. Матвіїв // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Львів, 2010. – Вип. 46. – С. 24–26.
20. Ковцун В. І. Виникнення і розвиток волейболу в Галичині / В. І. Ковцун, Ю. М. Панишко // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних ігор : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2007. – С. 40–41.
21. Ковцун В. І. Волейбол: основи гри, методика навчання й тренування : метод. поради для оволодіння навичками, вміннями гри волейбол при

проходженні курсу теорії та методики викладання волейболу студентам 2го року навчання / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.

22. Ковцун В. І. Волейбол : основи техніки і тактики гри в волейбол : метод. матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.
23. Ковцун В. І. Волейбол як важливий засіб виховання гармонійної особистості / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів II Міжрегіон. наук.-практ. конф. – Л., 2002. – С. 37 – 40.
24. Ковцун В. І. Особливості морфологічних показників і їх взаємозв'язок з рівнем фізичної і технічної підготовленості юних волейболістів 13-18 років / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Актуальні питання розвитку спортивних і рухливих ігор: сучасний стан та перспективи : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2002. – Вип. 3. – С. 88 – 95.
25. Спортивні ігри в запитаннях та відповідях : метод. розробка / А. І. Мельникович, В. М. Артюх, В. І. Ковцун, В. А. Демчишин. – Самбір, 2002. – 43 с.
26. Ковцун В. І. Влучність та спеціальна витривалість при подачі м'яча / В. І. Ковцун // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. IV Міжнарод. наук. конгр. – Київ, 2000. – С. 59.
27. Куцериб Т. Анатомія людини з основами морфології : навч. посіб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гриньків, Федір Музика. – Львів: ЛДУФК, 2019. – 86 с.
28. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія " та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.
29. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
30. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної культури та спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.
31. Музика Ф. Вплив специфіки тренувального процесу на морфофункціональні показники спортсменів різних спеціалізацій / Федір Музика // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. наук. матеріалів. – Львів, 2001. – С. 53–56.
32. Музика Ф. В. Особливості морфо-функціональних показників у спортсменів різних спеціалізацій / Ф. В. Музика // Медичні проблеми фізичної культури та спорту: досвід, сучасні напрямки та перспективи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Дніпропетровськ, 1999. – С. 39.
33. Музика Ф. В. Адренергічні та холінергічні механізми регуляції ефективності дихання секреторних клітин / Ф. В. Музика // Фізіологічний журнал. – 1994. – Т. 40, № 2. – С. 46–56.
34. Музика Ф. В. Вплив короткотривалого фізичного навантаження на енергетичний обмін у мітохондріях м'язів / Ф. В. Музика, Є. О. Яремко

// Фізична культура та спорт – важливий фактор виховання особистості та зміцнення здоров'я населення : тези звітної наук.-практ. конф. викладачів ін-ту за 1994 рік. – Львів, 1995. – С. 31–32.

35. Питын М. П. Контрольные упражнения по определению силовой подготовленности баскетболистов-инвалидов на колясках и способы их выполнения / М. П. Питын, В. И. Ковцун // Физическая культура и спорт в 21 веке : сб. науч. тр. – Волжский, 2006. – С. 287–290.
36. Пітин М. П. Силова підготовка баскетболістів на візках : [метод. посіб.] / М. П. Пітин, В. І. Ковцун, В. М. Мішин. – Львів, 2007. – 148 с.
37. Пітин М. Рівень взаємозв'язку виконання окремих техніко-тактичних елементів змагальної діяльності баскетболу на візках гравцями різних функціональних класів / Мар'ян Пітин, Василь Ковцун // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2006. – Вип. 10, т. 2. – С. 332–338.
38. Пітин М. Функціональний стан рухової сфери нервової системи неповносправних баскетболістів / М. Пітин, В. Ковцун // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2005. – С. 205–208.
39. Пляжний волейбол. – Ів.-Франківськ, 2000. – 90 с.
40. Роль швидкісно-силових здібностей у формуванні технічної підготовки волейболістів 10–14 років / Олександр Швай, Валерій Поляковський, Леонід Гнітецький, Євген Приступа // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – № 1. – С. 73 – 76.
41. Фурманов М. П. Волейбол / М. П. Фурманов. – Киев : Радянська школа, 1993. – 196 с.
42. Хапко В. Е. Волейбол – юным / В. Е. Хапко. – Киев : Здоровье, 1987. – 117 с.
43. Хапко В. Е. Волейбол / Хапко В. Е., Белоус В. И. – Киев : Радянська школа, 1988. – 112 с.
44. Хапко В. Е. Совершенствование мастерства волейболистов / Хапко В. Е., Маслов В. Н. – Киев : Здоровье, 1990. – 124 с.
45. Effect of physical development parameters and conditioning abilities on the level of motor coordination in female volleyball players in the phase of specialized basic training / Roman Boichuk, Sergii Iermakov, Vasyl Kovtsun, Viktoria Pasichnyk, Valeryi Melnyk, Mykola Lazarenko, Mariya Troyanovska, Vitalii Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18, suppl. is. 4. – P. 1950–1957.
46. Офіційні волейбольні правила 2017-2020 Затверджені 35-м Конгресом ФІВБ 2016. – К. – 2016. – 83 с.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

47. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
48. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

49. Волейбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 32 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/282>
50. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. - (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>
51. Офіційний інтернет-сайт міжнародної федерації волейболу (FIVB) [Режим доступу] (<http://www.fivb.com>).
52. Офіційний інтернет-сайт європейської конференції волейболу (CEV) [Режим доступу] (<http://www.cev.ua>)
53. Офіційний сайт Федерації волейболу України [Режим доступу] [www.fvu.in.ua/](http://www.fvu.in.ua/)
54. <https://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/>