

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту  
Міністерство освіти і науки України  
Український державний університет науки і технологій  
Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної  
культури і спорту»  
Міністерство освіти і науки України

Кваліфікаційна наукова  
праця на правах рукопису

**ВОЛОЩУК КАТЕРИНА ВІКТОРІВНА**

УДК 796.011.2:796.325:796.077.5(043.5)

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ  
МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ У ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

017 Фізична культура і спорт

01 Освіта / Педагогіка

Подається на здобуття ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело



Катерина ВОЛОЩУК

Науковий керівник Мітова Олена Олександрівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

Дніпро – 2025

## АНОТАЦІЯ

*Волощук К.В.* Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту. - Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт. – Український державний університет науки і технологій, Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту», Дніпро, 2025.

Дисертаційну роботу присвячено науковому обґрунтуванню структури та змісту теоретичної підготовки як засобу підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту.

Волейбол – один з найпоширеніших і доступних видів спорту, який є відмінним засобом залучення молоді до систематичних занять фізичною культурою і спортом, до активного відпочинку. Останніми роками спостерігається активізація наукових досліджень, що проводились на волейболістах. При цьому для багатьох спортивних ігор, й для волейболу зокрема, не вирішеною залишається низка питань, пов'язаних з побудовою та змістом навчально-тренувального процесу з урахуванням сучасних тенденцій та пандеміологічної ситуації у світі, й воєнного стану в Україні.

Спеціалізовані заклади вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю та факультети фізичного виховання та спорту України надають освітні послуги майбутнім тренерам з волейболу та вчителям фізичної культури. У той же час аналіз наукової та методичної літератури свідчить про недостатню розробленість питання викладання дисципліни «Теорії та методики спортивних ігор (розділу волейбол)» з диференційованим підходом залежно від спортивної спеціалізації та урахуванням мотивів здобувачів ЗВО фізкультурно-спортивного профілю, що й обумовлює актуальність обраного напрямку досліджень. У зв'язку з такою ситуацією необхідним є визначення шляхів, пошук таких форм і підходів у дисципліні, що викладається, які б сприяли

підвищенню мотивації та ефективності опанування знаннями, вміннями та навичками здобувачів різних спеціалізацій на заняттях волейболом.

Вищезазначене свідчить, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, використання зарубіжного й вітчизняного досвіду з метою обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки, яка би не тільки сприяла підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу при різних онлайн та офлайн формах навчання, а й відіграла велику роль у формуванні мотивації здобувачів до занять волейболом, та до майбутньої професії. Тому даний напрям досліджень є актуальним.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для підвищення мотивації здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту в умовах дистанційного навчання.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасний стан та підходи щодо забезпечення теоретичної підготовки у волейболі, як засобу підвищення мотивації студентів закладів фізичної культури та спорту до опанування майбутньою професією, на основі науково-методичної літератури.

2. На основі анкетування, визначити думку волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізкультурного профілю щодо форм та засобів теоретичної підготовки волейболістів при дистанційній формі навчання.

3. Здійснити експертну оцінку щодо ранжирування розділів та тем теоретичної підготовки з волейболу при дистанційній формі навчання.

4. Розробити алгоритм контролю та оцінювання теоретичної підготовленості з волейболу здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту.

5. Науково обґрунтувати та експериментально перевірити структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу та її вплив на підвищення мотивації до занять спортом у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі організації навчального процесу.

У процесі виконання дисертаційної роботи були використані такі методи: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і мережі інтернет;

анкетування; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; оцінка рівня мотивації до занять спортом; тестування теоретичних знань; методи математичної статистики.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вперше:

- науково обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту з розподілом програмного матеріалу за чотирма рівнями: фундаментальні знання, спеціалізовані знання, поточні знання, допоміжні знання, що сприяє підвищенню мотивації здобувачів до занять спортом та до майбутньої професії;

- обґрунтовано зміст теоретичної підготовки з волейболу з урахуванням сучасних тенденцій розвитку виду спорту та дистанційних умов навчання у ЗВО фізкультурного профілю, розроблено форми, засоби та методи теоретичної підготовки з використанням інноваційних комп'ютерних технологій та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) методів навчання: методи аналізу конкретних ситуацій; дискусійні методи; методи активізації сприйняття; пошукові та дослідницькі; г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична; д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

- розроблено алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу, який містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки студентами в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю.

*Набули подальшого розвитку знання щодо значущості, структури та змісту теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні.*

*Доповнено та розширено:*

- засоби та методи теоретичної підготовки з волейболу, а також форми та методи контролю рівня теоретичної підготовленості волейболістів;

- дані щодо організації дистанційного навчання здобувачів у закладах вищої освіти;

- дані щодо рівня мотивації здобувачів до занять спортом.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про низку проблемних питань реалізації теоретичної підготовки: необґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу з розподілом програмного матеріалу на онлайн та офлайн форми навчально-тренувального процесу, де зміст теоретичної підготовки структуровано з урахуванням завдань конкретного етапу багаторічної підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, формування мотивації дітей, спортсменів, студентів до занять спортом; зміст навчального матеріалу теоретичної підготовки з волейболу потребує побудови відповідно до сучасних тенденцій волейболу, використання інформаційних комп'ютерних технологій, вікових особливостей, що створить максимально сприятливі умови для розкриття пізнавальних здібностей; формування мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності; у нормативних документах та методичних рекомендаціях для тренерів недостатньо розкрито використання інтегрованого підходу щодо опанування теоретичними знаннями юними спортсменами у поєднанні з руховою діяльністю в навчально-тренувальному процесі з волейболу, з використанням зошитів або щоденників для виконання самостійних завдань при онлайн та офлайн режимах навчально-тренувального процесу; недостатньо розроблено методичних рекомендацій для тренерів та здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю щодо організації теоретичної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки та протягом вивчення варіативного модулю «Волейбол» у ЗЗСО.

Виявлено рівень володіння основними прийомами техніки волейболу у здобувачів ЗВО залежно від їх спортивної спеціалізації. Визначено, що здобувачі вищої освіти майже всіх спеціалізацій, окрім легкоатлетів та

волейболістів, мали задовільні та незадовільні оцінки при здачі контрольних нормативів. Визначено, що характерними помилками при виконанні тестів були: у тесті «передачі двома руками зверху» неузгоджена робота рук та ніг, широке та вузьке розведення рук; у тесті «передачі двома руками знизу» недостатньо витягнуті та нещільно складені руки, неправильне положення рук.

У ході педагогічного спостереження проведено детальний аналіз характерних помилок у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту залежно від їх спортивної спеціалізації при виконанні передач м'яча двома руками зверху та знизу. Виявлено, що у більшості випадків здобувачі при виконанні технічних прийомів волейболу екстраполюють навички, що набуті в їх провідному виді спорту (спеціалізації).

У результаті проведеного анкетування встановлено, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання провідного досвіду із застосування комп'ютерних технологій, як, безпосередньо під час навчального та тренувального процесу, так і під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту. Порівняння ставлення волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО, які взяли участь в анкетуванні, з приводу визнання пріоритетності засобів теоретичної підготовки, дозволило встановити суттєві відмінності у поглядах респондентів, що в більшому ступені пов'язано з різним рівнем спортивної кваліфікації та низьким рівнем попередньої спортивної підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО. Нами виявлено, що респонденти оцінюють свій рівень самооцінки теоретичної підготовленості у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту був таким: високий - 20 (28,6%); середній - 36 (51,4%); нижче середнього – 11 (15,7%); низький – 3 (4,3%).

Нами розроблено та експериментально обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту. Теоретична підготовка була розроблена з дотриманням основних принципів: дидактичних і специфічних, особливістю теоретичної підготовки була розробка алгоритму подачі теоретичного

матеріалу в дистанційній формі навчального процесу. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що сучасний стан теоретичної підготовки з волейболу потребує вдосконалення у відповідності до сучасних тенденцій сьогодення (дистанційна або комбінована форма навчання, воєнний стан тощо).

Під час науково-теоретичного обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки нами було враховано: існуючі в загальній теорії підготовки спортсменів закономірності, загально-дидактичні та специфічні принципи, функції праці попередників, загальну концепцію теоретичної підготовки в спорті; аналіз навчальних програм з волейболу для ДЮСШ та з фізичної культури для ЗЗСО, результати анкетування здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту щодо теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі волейболістів, експертне оцінювання щодо значущості розділів теоретичної підготовки та ранжирування тем в кожному розділі, аналіз навчально-методичні комплекси (НМК) з освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (розділ волейбол)», методи, засоби та форми теоретичної підготовки в спорті та фізичному вихованні, загальнонаукові методи, засоби та форми дистанційного навчання; базу даних у соціальних мережах YouTube, Instagram, Facebook, TikTok,

Нами запропоновано таку програму, яка б навчала здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю розуміти причинно-наслідкові взаємозв'язки формування гри волейбол, як виду спорту та його значущість у фізичному вихованні різних верств населення. Окрім того, великий акцент робився не тільки на опанування студентами теоретичними знаннями, а й на їх подальше вміння викладати теоретичний матеріал під час реалізації майбутньої професії вчителя фізичної культури або тренера з волейболу при онлайн та офлайн формах навчально-тренувального процесу.

Структура теоретичної підготовки була представлена у вигляді піраміди, складалася з 4 взаємопов'язаних рівнів. Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні

теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу».

«Фундаментальні теоретичні знання з волейболу» передбачають такі основні теми: «Історія виникнення волейболу»; «Історія світового волейболу»; «Історія українського волейболу»; «Правила гри»; «Інвентар та обладнання»; «Екіпірування волейболістів», «Термінологія волейболу». Другий рівень піраміди у структурі теоретичної підготовки називається «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу». Цей рівень більше включає теми, спрямовані на поглиблене вивчення таких тем: «Системи підготовки волейболістів», «Види підготовки волейболістів», «Ігрові амплуа», «Команда», «Гравець», «Системи розіграшів», «Обладнання, інвентар та тренажерні пристрої». Третій рівень піраміди теоретичної підготовки – «Поточні теоретичні знання з волейболу», на наш погляд, є найбільш суттєвим та мотиваційної спрямованості. До нього включено такі теми: «Перегляд офіційних матчів», «Перегляд інтерв'ю тренерів», «Перегляд інтерв'ю гравців», «Аналіз статистичного протоколу гри», «Аналіз складу топових команд», «Аналіз топових турнірів світу та Європи», «Аналіз виступів команд суперліги України», «Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол». Четвертий рівень піраміди у структурі теоретичної підготовки - «Допоміжні теоретичні знання з волейболу» включав такі теми: «Гігієна», «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу», «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу», «Харчування волейболістів», «Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу». Ці теми в більшому ступені спрямовані на запобігання травматизму, збалансованому харчуванню до та після навантаження тощо. На основі експертного оцінювання, у якому взяло участь 7 експертів – 3 ЗТУ з волейболу, 1 доктор наук та 3 доцентів було визначено значущість запропонованих розділів знань та тем у кожному розділі.

Всього за програмою курсу «Теорія та методика волейболу» у загальному навчальному компоненті «Спортивні ігри» проводилось 10 занять. Для кожного заняття нами було розроблено зміст, який відрізнявся саме поєднанням усіх 4 рівнів знань на одному занятті. Таким чином при дистанційному навчанні

можливо тримати та переключати концентрацію уваги здобувачів і проводити заняття на більш піднесеному емоційному фоні.

Зміст теоретичної підготовки складався з форм, засобів та методів для онлайн навчально-тренувального процесу та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) форм організації занять з теоретичної підготовки: групові та самостійні; г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, тактична; д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

Після впровадження розробленої структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу протягом 10 занять раз на тиждень з жовтня по грудень протягом 2,5 місяців нами було здійснено контроль теоретичної підготовленості у контрольній та експериментальній групах.

Для контролю нами було розроблено 4 види тестування: тестування фундаментальних знань включало (32 питання); тестування спеціалізованих знань включало (14 питання); тестування поточних знань включало (21 питання); тестування допоміжних знань включало (12 питань). Дане тестування було розроблено у Google-forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання. До кожного питання було запропоновано по три варіанти відповіді, як з волейболу, так і з інших видів спортивних ігор, що входять до навчального компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» для залучення респондентів під час їх пошуку правильної відповіді. Окрім того, алгоритм контролю теоретичних знань включав оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку.

Аналіз результатів свідчить, що здобувачі експериментальної групи краще орієнтувалися у відповідях, з більшим відсотком надавали правильні відповіді, особливо у спеціалізованих та поточних знаннях, яких недостатньо

застосовувалось у контрольній групі, в якій кожне заняття було присвячене лише окремій темі з методики навчання технічному прийому.

Також після впровадження запропонованої структури та змісту нами було проведено анкету щодо визначення мотивації до занять спортом за Адаптованим опитувальником SMS-28 (Шкала спортивної мотивації) (Л.Пелетї зі співавт., 1995 рік, адаптація – Чопко Х.Б.,2023р. ). Результати мотивації представлено на слайді. Аналіз мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю свідчить про те, що у студентів експериментальної групи внутрішня мотивація, що орієнтована на знання значно вище, ніж у студентів контрольної групи. Такі ж суттєві відмінності спостерігаються у мотивації, що орієнтована на досягнення. У той же час у контрольній групі виявлено більше студентів, у яких амотивація (тобто зворотня мотивація) проявлена на високому рівні. Що підтверджує, що дистанційна форма навчання при вивченні спортивних ігор не завжди задовільняє потреби студентів до опанування спеціалізованими знаннями, вміннями та навичками при онлайн умовах, у порівнянні з офлайн заняттями та тренуваннями.

Результати проведеного педагогічного експерименту свідчать про більший приріст показників теоретичної підготовленості студентів експериментальної групи та підвищення їх мотивації до занять спортом і майбутньої професії у порівнянні з контрольною, що свідчить про ефективність запропонованої структури та змісту теоретичної підготовки в умовах дистанційного навчання.

**Ключові слова:** волейбол, підготовка, змагальна діяльність, історія, правила, гра, ампула, здобувачі, мотивація, структура, зміст, дистанційна форма навчання.

## SUMMARY

*Voloshchuk K.V.* Theoretical training as a means of increasing motivation for playing volleyball among applicants to higher education institutions of physical education and sports. - Qualification scientific work on the rights of a manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in the specialty 017 Physical Education and Sports. – Ukrainian State University of Science and Technology, Educational and Scientific Institute "Prydniprovsk State Academy of Physical Education and Sport", Dnipro, 2025.

The dissertation is devoted to the scientific substantiation of the structure and content of theoretical training as a means of increasing motivation for playing volleyball among applicants to physical education and sports institutions.

In recent years, there has been an increase in scientific research conducted on volleyball players. At the same time, for many sports games, and for volleyball in particular, a number of issues related to the construction and content of the educational and training process, taking into account current trends and the pandemic situation in the world, and martial law in Ukraine, remain unresolved.

Specialized higher education institutions of physical education and sports and faculties of physical education and sports of Ukraine provide educational services to future volleyball coaches and physical education teachers. At the same time, an analysis of scientific and methodological literature indicates an insufficient development of the issue of teaching the discipline "Theory and Methods of Sports Games (Volleyball Section)" with a differentiated approach depending on the sports specialization and taking into account the motives of applicants to higher education institutions of physical education and sports, which determines the relevance of the chosen direction of research.

The above mentioned indicates that the search for innovative approaches, the use of foreign and domestic experience in order to substantiate the structure and content of theoretical training is of particular importance. It would not only contribute to increasing the efficiency of the educational and training process in various online and offline forms of training, but also play a major role in shaping the motivation of applicants to volleyball and to their future profession. Therefore, this area of research is relevant.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and experimentally verify the structure and content of theoretical training in volleyball in order to

increase the motivation of applicants to physical education and sports in distance learning.

Research objectives:

1. To analyze the current state and approaches to providing theoretical training in volleyball as a means of increasing motivation of students of physical education and sports institutions to master their future profession, based on scientific and methodological literature.

2. On the basis of the questionnaire, determine the opinion of amateur volleyball players and applicants of physical culture higher education institutions regarding the forms and means of theoretical training of volleyball players in the distance learning form.

3. Conduct an expert assessment of the ranking of sections and topics of theoretical training in volleyball in the distance learning form.

4. Develop an algorithm for monitoring and evaluating the theoretical preparedness in volleyball of applicants of physical education and sports higher education institutions.

5. Scientifically substantiate and experimentally verify the structure and content of theoretical training in volleyball and its impact on increasing motivation to do sports for applicants of physical education and sports higher education institutions in the distance learning form of educational process.

In the process of carrying out the dissertation, the following methods were used: analysis and generalization of data from scientific and methodological literature and the Internet; questionnaires; pedagogical observation; pedagogical testing; pedagogical experiment; assessment of the level of motivation for sports; testing of theoretical knowledge; methods of mathematical statistics.

The scientific novelty of the results obtained is in the fact that for the first time:

- the structure and content of theoretical training in volleyball for future coaches and teachers of physical culture in a distance form of organizing the educational process in higher education institutions of physical culture and sports are scientifically substantiated. It assumes the distribution of program material by four levels: fundamental knowledge, specialized knowledge, current knowledge, auxiliary

knowledge, which contributes to increasing the motivation of applicants for sports and their future profession;

- the content of theoretical training in volleyball was substantiated, taking into account modern trends in the development of the sport and distance learning conditions in physical culture higher education institutions. Forms, means and methods of theoretical training using innovative computer technologies were developed and had the following characteristics: a) an interconnected transition from one topic of theoretical training to another; b) a set of means: videos, presentations, video and audio lectures, animations, cartoons, diagrams, computer applications, blogs in social networks, etc.; c) interconnection of theoretical training with other types of training: psychological, physical, technical, integral, tactical; d) an algorithm for controlling theoretical preparedness.

- an algorithm for controlling theoretical preparedness in volleyball was developed. It included four types of testing according to the levels of theoretical knowledge (fundamental, specialized, current, auxiliary), which allows for a step-by-step assessment of the degree of assimilation of the content of theoretical training by students in conditions of distance learning in physical culture higher education institutions.

Knowledge regarding the significance, structure and content of theoretical training in sports and physical education *has been further developed.*

*The following have been supplemented and expanded:* means and methods of theoretical training in volleyball, as well as forms and methods of monitoring the level of theoretical preparedness of volleyball players; data on the organization of distance learning for applicants in higher education institutions; data on the level of motivation of applicants to do sports.

The analysis of scientific and methodological literature indicates a number of problematic issues in the implementation of theoretical training: the structure and content of theoretical training in volleyball with the division of program material into online and offline forms of the educational and training process is not substantiated.

The content of theoretical training is structured taking into account the tasks of a specific stage of multi-year training, which contributes to increasing the

effectiveness of teaching the basics of game technique, developing physical qualities, and forming the motivation of children, athletes, and students to play sports. The content of the educational material for theoretical training in volleyball needs to be built in accordance with modern volleyball trends, the use of information and computer technologies, age characteristics, which will create the most favorable conditions for the development of cognitive abilities; the formation of motivation for sports, taking into account the interests of the individual himself in terms of self-expression and the development of his potential in team activities, etc.

The level of proficiency in basic volleyball techniques among applicants of higher education institutions depending on their sports specialization was revealed. It was determined that applicants for higher education of almost all specializations, except for track and field athletes and volleyball players, had satisfactory and unsatisfactory grades when passing the control standards. It was determined that the characteristic errors when performing the tests were: in the test "passing with two hands from above" uncoordinated work of hands and feet, wide and narrow spreading of hands; in the test "passing with two hands from below" insufficiently extended and loosely folded hands, incorrect position of hands. During the pedagogical observation, a detailed analysis of characteristic errors was conducted among applicants for higher education of physical culture and sports institutions depending on their sports specialization when performing ball passes with two hands from above and below. It was found that in most cases, applicants, when performing volleyball techniques, extrapolate the skills acquired in their leading sport (specialization).

As a result of the survey, it was found that the search for innovative approaches, as well as the use of leading experience in the application of computer technologies, both directly during the educational and training process and during the training of specialists in the field of physical culture and sports, is of particular importance. A comparison of the attitudes of amateur volleyball players and students of higher education institutions who participated in the survey regarding the recognition of the priority of theoretical training methods allowed us to establish the significant differences in the views of the respondents, which is largely due to the different level of sports qualifications and the low level of previous sports training in

sports schools and secondary schools. We found that respondents assessed their level of self-assessment of theoretical preparedness in amateur volleyball players and students of higher education institutions of physical culture and sports as follows: high - 20 (28.6%); average - 36 (51.4%); below average - 11 (15.7%); low - 3 (4.3%). We have developed and experimentally substantiated the structure and content of theoretical training in volleyball for future coaches and teachers of physical culture in the distance form of organizing the educational process in the higher educational institution of physical culture and sports. Theoretical training was developed in compliance with the basic principles: didactic and specific, a feature of theoretical training was the development of an algorithm for presenting theoretical material in the distance form of the educational process. Analysis of scientific and methodological literature shows that the current state of theoretical training in volleyball requires improvement in accordance with modern trends of the present (distance or combined form of education, martial law, etc.).

During the scientific and theoretical substantiation of the structure and content of theoretical training, we took into account: the patterns existing in the general theory of athletes' training, general didactic and specific principles, the functions of the work of predecessors, the general concept of theoretical training in sports; analysis of volleyball curricula for youth sports schools and physical education for secondary schools, the results of the survey of students of higher education institutions of physical education and sports regarding theoretical training in the educational and training process of volleyball players, expert assessment of the significance of theoretical training sections and ranking of topics in each section, analysis of educational and methodological complexes (EMC) for the educational component "Theory and methods of sports games (volleyball section)", methods, means and forms of theoretical training in sports and physical education, general scientific methods, means and forms of distance learning; database on social networks YouTube, Instagram, Facebook, TikTok.

We have offered the program that would teach higher education students in the physical education field to understand the cause-and-effect relationships in the formation of volleyball as a sport and its significance in the physical education of

different segments of the population. In addition, great emphasis was placed not only on students mastering theoretical knowledge, but also on their further ability to teach theoretical material during the implementation of the future profession of a physical education teacher or volleyball coach in online and offline forms of the educational and training process.

The structure of theoretical training was presented in the form of a pyramid, consisting of 4 interconnected levels. The basis of the pyramid will be “Fundamental theoretical knowledge of volleyball”, the next level is “Specialized theoretical knowledge of volleyball”, then, the third level is “Current theoretical knowledge of volleyball” and the fourth level is “Auxiliary theoretical knowledge of volleyball”.

“Fundamental theoretical knowledge of volleyball” includes the following main topics: “History of volleyball”; “History of world volleyball”; “History of Ukrainian volleyball”; “Rules of the game”; “Inventory and equipment”; “Equipment of volleyball players”, “Volleyball terminology”. The second level of the pyramid in the structure of theoretical training is called “Specialized theoretical knowledge of volleyball”. This level includes more topics aimed at in-depth study of such topics: “Volleyball player training systems”, “Types of volleyball player training”, “Game roles”, “Team”, “Player”, “Rally systems”, “Equipment, inventory and training devices”. The third level of the theoretical training pyramid – “Current theoretical knowledge of volleyball”, in our opinion, is the most essential and motivational. It includes the following topics: “Viewing official matches”, “Viewing interviews with coaches”, “Viewing interviews with players”, “Analysis of the statistical protocol of the game”, “Analysis of the composition of top teams”, “Analysis of top world and European tournaments”, “Analysis of the performances of Ukrainian Super League teams”, “Viewing films and TV series about volleyball”. The fourth level of the pyramid in the structure of theoretical training is “Auxiliary theoretical knowledge of volleyball”. It includes the following topics: “Hygiene”, “Features of the drinking regime during volleyball classes”, “Prevention of injuries in volleyball classes”, “Nutrition of volleyball players”, “Safety techniques during volleyball lessons/training”. These topics are more aimed at preventing injuries, balanced nutrition before and after exercise, etc. Based on an expert evaluation, in which 7

experts participated (they were 3 MCU volleyball experts, 1 doctor of science, and 3 associate professors) the significance of the proposed knowledge sections and topics in each section was determined.

In total, 10 lessons were held under the course program “Volleyball Theory and Methodology” in the general educational component “Sports Games”. For each lesson, we developed content that was distinguished by the combination of all 4 levels of knowledge in one lesson. Thus, during distance learning, it is possible to maintain and redirect the concentration of applicants’ attention and conduct lessons on a more elevated emotional background.

The content of theoretical training consisted of forms, means and methods for the online educational and training process and had the following characteristics: a) an interconnected transition from one topic of theoretical training to another; b) complexes of means: videos, presentations, video and audio lectures, animations, cartoons, diagrams, computer applications, blogs in social networks, etc.; c) forms of organization of theoretical training lessons: group and independent; d) the relationship of theoretical training with other types of training: psychological, physical, technical, tactical; e) an algorithm for controlling theoretical preparedness.

After implementing the developed structure and content of theoretical training in volleyball for 10 lessons once a week from October to December for 2.5 months, we carried out a control of theoretical preparedness in the control and experimental groups.

For control, we developed 4 types of testing: testing of fundamental knowledge included (32 questions); testing of specialized knowledge included (14 questions); testing of current knowledge included (21 questions); testing of auxiliary knowledge included (12 questions). This testing was developed in Google-forms, which is operational in the conditions of distance learning. Three variants of an answer were offered for each question, both from volleyball and from other types of sports games included in the educational component "Theory and methods of sports games" to confuse respondents while they were searching for the correct answer. In addition, the algorithm for controlling theoretical knowledge included an assessment of both the percentage of correct answers and the percentage of students who provided

correct answers, an assessment of an independent task on the methodology of teaching playing techniques, and an overall assessment.

The analysis of the results shows that the applicants of the experimental group were better oriented in their answers, with a higher percentage of correct answers, especially in specialized and current knowledge, which was not sufficiently used in the control group, in which each lesson was devoted only to a separate topic from the methodology of teaching technical reception.

Also, after implementing the offered structure and content, we conducted the questionnaire to determine the motivation for sports according to the Adapted Questionnaire SMS-28 (Sports Motivation Scale) (L. Pelety et al., 1995, adaptation - Chopko Kh.B., 2023). The results of motivation are presented on the slide. The analysis of the motivation of applicants of higher education institutions of physical education shows that the students of the experimental group have internal motivation, which is oriented towards knowledge, significantly higher than that of the students of the control group. The same significant differences are observed in motivation, which is oriented towards achievements. At the same time, in the control group, more students were found to have a high level of amotivation (i.e., reverse motivation). This confirms that the distance learning form of learning sports games does not always satisfy students' needs for mastering specialized knowledge, skills and abilities in online conditions, compared to offline classes and training.

The results of the pedagogical experiment indicate a greater increase in the indicators of theoretical preparedness of students in the experimental group and an increase in their motivation to do sports and their future profession compared to the control group, which indicates the effectiveness of the offered structure and content of theoretical training in distance learning.

**Keywords:** volleyball, preparation, competitive activities, history, rules, game, role, applicants, motivation, structure, content, distance learning..

## Список публікацій здобувача за темою дисертації

### *Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації*

1. Волощук К.В., Мітова О.О., Раковська І.А. Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту. *Спортивні ігри*. 2024, №1(31), 4–15. <https://doi.org/10.15391/si.2024-4.11> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
2. К. Волощук, О. Мітова. І. Раковська. Рівень опанування технічними прийомами волейболу у здобувачів з во фізичної культури і спорту. *Спортивна наука та здоров'я людини*. №2(12)2024. С. 54-65. <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2024.24> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
3. Волощук К., Мітова О. Аналіз результатів анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту щодо теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі волейболістів. *Спортивні ігри* ISSN (online) 2523-4161 No. 4(34), 2024. С. 89-98. <https://doi.org/10.15391/si.2024-4.11> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
4. Мітова О. Волощук К. Структура та зміст теоретичної підготовки з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, Випуск 11 (184) 2024. С. 136-142. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).26) Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*
5. Voloshchuk K., Nekrasov H., Samsutina N., Samoilenko V., Anastasova O. Methods of maintaining motivation for volleyball in the student

environment during the war: ACADEMIA Higher Education Policy Network No.35-36 (2024). Видання, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q4). <https://pasithee.library.upatras.gr/academia/article/view/5009/4797> *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

***Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації***

6. Волощук К. Проблеми теоретичної підготовки у волейболі при дистанційному режимі навчання здобувачів закладів вищої освіти фізичної культури і спорту. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XVII Міжнародної конференції молодих вчених (7 травня 2024 року, Київ) [Електронний ресурс]. Київ, 2024. С. 81-82. [https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk\\_tez\\_dopovidey\\_xvii\\_molod\\_ta\\_olimpiyskyu\\_ruh\\_13\\_05\\_24.pdf](https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_dopovidey_xvii_molod_ta_olimpiyskyu_ruh_13_05_24.pdf)

7. Волощук К. В., Мітова О. О., Раковська І. А. Теоретична підготовка з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез XXIV Міжнародної науково-практичної конференції (4 грудня 2024 року, Харків). ХДАФК, 2024. С. 104-105. [https://doi.org/10.15391/conf\\_KhSAPC\\_2024](https://doi.org/10.15391/conf_KhSAPC_2024)

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП .....</b>	<b>24</b>
<b>РОЗДІЛ 1 СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ З ВОЛЕЙБОЛУ У ЗДОБУВАЧІВ ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ .....</b>	<b>32</b>
1.1. Сучасний стан проблеми забезпечення теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні .....	32
1.2. Проблеми та шляхи реалізації теоретичної підготовки в умовах дистанційного навчального процесу у різних закладах освіти фізичної культури і спорту .....	37
1.3. Волейбол у системі вищої освіти та сучасні проблеми викладання спортивних ігор у ЗВО фізкультурного профілю при дистанційному режимі навчання .....	41
1.4. Аналіз підходів щодо підвищення мотивації студентів до занять спортом та реалізації себе у майбутній професії .....	46
<b>Висновки до розділу 1 .....</b>	<b>50</b>
<b>РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ .....</b>	<b>52</b>
2.1. Методи дослідження .....	52
2.1.1. Аналіз і узагальнення літературних джерел .....	52
2.1.2. Педагогічне спостереження .....	53
2.1.3. Анкетування .....	53
2.1.4. Метод експертних оцінок .....	54
2.1.5. Педагогічне тестування .....	55
2.1.6. Педагогічний експеримент .....	57
2.1.7. Тестування теоретичних знань з волейболу .....	58
2.1.8. Методи психолого-педагогічної діагностики .....	59
2.1.9. Методи математичної статистики .....	60
2.2. Організація дослідження .....	61
<b>РОЗДІЛ 3 СТАВЛЕННЯ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ-АМАТОРІВ ТА ЗДОБУВАЧІВ ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ЩОДО ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ВИКЛАДАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ ТА</b>	

<b>ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ</b>	<b>63</b>
3.1. Аналіз результатів анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки .....	63
3.1.1. Рівень ефективності та пріоритетності джерел теоретичної підготовки за думкою волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту	64
3.1.2. Аналіз розподілу часу на самостійне вивчення та самооцінка рівня теоретичних знань з волейболу у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту	72
<b>Висновки до розділу 3 .....</b>	<b>75</b>
<b>РОЗДІЛ 4 НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ З ВОЛЕЙБОЛУ ПРИ ДИСТАНЦІЙНІЙ ФОРМІ ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ</b>	<b>77</b>
4.1. Наукове обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю .....	77
4.2. Експертне оцінювання рівня значущості теоретичних знань з волейболу .....	86
4.3. Зміст теоретичної підготовки з волейболу, як засіб мотивації до занять спортом для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю при дистанційній формі навчання .....	95
4.4. Алгоритм контролю теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультурного профілю .....	117
4.5. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Фундаментальні знання з волейболу» після педагогічного експерименту .....	119
4.6. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Спеціалізовані знання з волейболу» після педагогічного експерименту .....	144

4.7. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Поточні знання з волейболу» після педагогічного експерименту .....	159
4.8. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Допоміжні знання з волейболу» після педагогічного експерименту .....	181
4.9. Аналіз рівня мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю до занять спортом та майбутньої професії після впровадження експериментальної структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу .....	194
4.10. Рівень опанування технічними прийомами волейболу у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі навчання .....	196
<b>Висновки до розділу 4 .....</b>	<b>201</b>
<b>РОЗДІЛ 5 АНАЛІЗ І УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ .....</b>	<b>204</b>
<b>ВИСНОВКИ .....</b>	<b>212</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ .....</b>	<b>217</b>
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>248</b>

## ВСТУП

**Актуальність.** Волейбол – один з найпоширеніших і доступних видів спорту, який є відмінним засобом залучення молоді до систематичних занять фізичною культурою і спортом, до активного відпочинку. Заняття волейболом заповнюють нестачу рухової активності, настільки характерної для сучасних студентів. Як командний вид спорту, волейбол формує вміння підпорядковувати свої дії інтересам команди. Крім цього, волейбол має велике виховне значення, тобто, ця гра цікава не тільки для учасників, але і для глядачів, і таким чином виховує у них прагнення стати сильними, спритними, сміливими [31, 36, 55, 84, 186].

Волейбол з кожним роком все більш набуває популярності в Україні, як спортивна гра [130, 175, 187, 199, 213]. Високий рівень сучасного волейболу вимагає рішення організації масового залучення дітей до занять волейболом вже з раннього віку, вдосконалення навчально-тренувального процесу, використання найбільш досконалих форм, методів і засобів тренування [55, 84, 125, 126, 186]. Масове залучення дітей до занять волейболом буде сприяти прогресу розвитку волейболу в Україні [105].

У підручниках низки авторів [55, 106, 130, 84, 186 та ін.] обґрунтовано теоретико-методичні основи волейболу.

Останніми роками спостерігається активізація наукових досліджень, що проводились на волейболістах [30, 74, 77, 87, 123 та ін.]. Так, низкою вчених розроблено й експериментально обґрунтовано ефективність педагогічної технології спеціальної фізичної підготовки волейболістів студентської команди [74]. Також групою вчених проводились дослідження щодо фізичної підготовленості волейболістів студентських команд різного ігрового амплуа [31, 32, 124, 159, 160, 171]. Вченими окреслено перспективи вдосконалення технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки за допомогою застосування інтерактивних методів навчання [29]. Також визначено та охарактеризовано рівень фізичної та технічної підготовленості

волейболістів на етапі початкової та попередньої базової підготовки [30, 122, 123].

При цьому для багатьох спортивних ігор, й для волейболу зокрема, не вирішеною залишається низка питань, пов'язаних з побудовою та змістом навчально-тренувального процесу з урахуванням сучасних тенденцій та пандеміологічної ситуації у світі, й воєнного стану в Україні [104].

Спеціалізовані заклади вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю та факультети фізичного виховання та спорту України надають освітні послуги майбутнім тренерам з волейболу та вчителям фізичної культури. Освітній компонент «Теорія і методика спортивних ігор» включено до навчального плану бакалаврів багатьох освітніх програм на спеціальностях 017 – фізична культура і спорт та 014 – середня освіта. Дана дисципліна розроблена для опанування теорією і методикою навчання з метою формування професійно-педагогічних навичок, умінь і отримання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи в різних формах фізичної культури і спорту [51, 106, 136, 137].

Вчені констатують, що дистанційне навчання та воєнні дії негативно вплинули на фізичну активність і спосіб життя дітей середнього та старшого шкільного віку та студентської молоді [4, 5, 43, 44, 96]. Науковцями виявлено основні труднощі і проблеми студентів у процесі навчання у дистанційному форматі, визначено обізнаність здобувачів освіти з засобами дистанційного навчання, встановлено рівень недостатньої задоволеності досвідом онлайн занять з дисципліни «Фізичне виховання» [96]. С.М. Афанасьєв зі співавт. [4, 5] у своїх публікаціях зазначають актуальні проблеми та напрями реалізації дистанційної освіти під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту.

Педагогічне спостереження на навчальних заняттях при онлайн та офлайн режимах навчання за останні п'ять років свідчить про те, що багато студентів ЗВО ніколи не грали в волейбол. Така ситуація суттєво ускладнює опанування рухових умінь та навичок, доводиться змінювати методику проведення навчального заняття з дисципліни, приділяти більшу частину часу на

виправлення грубих помилок в техніці, шукати індивідуальний підхід через різний вихідний рівень підготовленості студентів – все це суттєво знижує ефективність засвоєння навчальної програми, що спонукає до зниження вимог під час складання контрольних нормативів з волейболу для студентів загального курсу (різних спортивних спеціалізацій).

У той же час аналіз наукової та методичної літератури свідчить про недостатню розробленість питання викладання дисципліни «Теорії та методики спортивних ігор (розділу волейбол)» з диференційованим підходом залежно від спортивної спеціалізації та урахуванням мотивів здобувачів ЗВО фізкультурно-спортивного профілю, що й обумовлює актуальність обраного напрямку досліджень [51, 106].

У зв'язку з такою ситуацією необхідним є визначення шляхів, пошук таких форм і підходів у дисципліні, що викладається, які б сприяли підвищенню мотивації та ефективності опанування знаннями, вміннями та навичками здобувачів різних спеціалізацій на заняттях волейболом.

Вищезазначене свідчить, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, використання зарубіжного й вітчизняного досвіду з метою обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки, яка би не тільки сприяла підвищенню ефективності навчально-тренувального процесу при різних онлайн та офлайн формах навчання, а й відігравала велику роль у формуванні мотивації здобувачів до занять волейболом, та до майбутньої професії. Тому даний напрям досліджень є актуальним.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційна робота виконувалась згідно з Тематичним планом наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 роки за темою: «Удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у спортивних іграх на різних етапах багаторічної підготовки», номер держреєстрації 0121U108307. Роль автора, як співвиконавця теми, полягає у науковому обґрунтуванні структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу для підвищення мотивації здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту в умовах дистанційного навчання.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для підвищення мотивації здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту в умовах дистанційного навчання.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати сучасний стан та підходи щодо забезпечення теоретичної підготовки у волейболі, як засобу підвищення мотивації студентів закладів фізичної культури та спорту до опанування майбутньою професією, на основі науково-методичної літератури.

2. На основі анкетування, визначити думку волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізкультурного профілю щодо форм та засобів теоретичної підготовки волейболістів при дистанційній формі навчання.

3. Здійснити експертну оцінку щодо ранжирування розділів та тем теоретичної підготовки з волейболу при дистанційній формі навчання.

4. Розробити алгоритм контролю та оцінювання теоретичної підготовленості з волейболу здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту.

5. Науково обґрунтувати та експериментально перевірити структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу та її вплив на підвищення мотивації до занять спортом у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі організації навчального процесу.

**Об'єкт дослідження** – теоретична підготовка з волейболу у фізичній культурі і спорті.

**Предмет дослідження** – структура та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури і мережі інтернет; анкетування; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; оцінка рівня мотивації до занять спортом; тестування теоретичних знань; методи математичної статистики.

Аналіз і узагальнення спеціальної літератури, документальних матеріалів, інформації, розміщеної в мережі Інтернет, дозволив визначитись із проблемним полем дослідження, отримати загальне уявлення про ступінь розробленості досліджуваної проблеми, виявити основні дані за темою дисертаційного дослідження. Аналіз літературних даних також дозволив вивчити сучасний стан теоретичної підготовки здобувачів ЗВО фізкультурного профілю, а також у спорті на етапі початкової та попередньої базової підготовки у дитячо-юнацьких спортивних школах з волейболу та у програмі з фізичної культури у розділі варіативний модуль «Волейбол».

У процесі анкетування було з'ясовано ставлення спортсменів, здобувачів ЗВО та тренерів до проблем організації різних форм теоретичної підготовки при онлайн та офлайн режимах навчально-тренувального процесу, що впливають на підвищення мотивації до занять волейболом.

Визначення рівня мотивації було застосовано за допомогою психодіагностичної методики з метою визначення рівня мотивації до занять спортом здобувачів ЗВО фізкультурного профілю до та після впровадження структури та змісту теоретичної підготовки.

Під час педагогічного спостереження було сконцентровано увагу на обліку характерних помилок у студентів протягом виконання кожного технічного прийому. Було складено протокол фіксації даних помилок й вираховано відсоток здобувачів вищої освіти, які їх припускались з кожної спеціалізації та загалом по ЗВО. Педагогічне спостереження було проведене також з метою вивчення особливостей організації теоретичної підготовки як для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю, так і для подальшої реалізації цієї підготовки при роботі тренерами з юними волейболістами на етапі початкової підготовки, а саме: терміни проведення занять з теоретичної підготовки; тести, що використовуються на практиці для контролю теоретичних знань; форми, засоби та методи теоретичної підготовки.

Педагогічне тестування використовувалось для оцінки рівня опанування технікою волейболу у здобувачів першого бакалаврського рівня вищої освіти та проводилось за 3 контрольними тестами: «Передача м'яча зверху двома руками

в колі», «Передача м'яча знизу двома руками в колі», «Подача по зонам (1, 5, 6)».

Педагогічний експеримент проходив у два етапи: 1) констатувальний, протягом якого було виявлено рівень теоретичної підготовленості та рівень мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю до занять волейболом та рівень опанування технічними прийомами з волейболу; 2) формувальний (послідовний, порівняльний), спрямований на визначення впливу структури та змісту теоретичної підготовки на рівень теоретичної підготовленості та рівень мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю.

Метод експертних оцінок було застосовано з метою ранжирування більш значущих форм, тем, засобів та методів теоретичної підготовки та виявлення комплексу контрольних запитань для контролю теоретичних знань здобувачів ЗВО фізкультурного профілю.

Опрацювання експериментального матеріалу виконувалося на персональному комп'ютері з використанням пакету стандартних програм (MS Excel; Statistica – 7.0).

**Наукова новизна** одержаних результатів полягає в тому, що:

- вперше науково обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту з розподілом програмного матеріалу за чотирма рівнями: фундаментальні знання, спеціалізовані знання, поточні знання, допоміжні знання, що сприяє підвищенню мотивації здобувачів до занять спортом та до майбутньої професії;

- вперше обґрунтовано зміст теоретичної підготовки з волейболу з урахуванням сучасних тенденцій розвитку виду спорту та дистанційних умов навчання у ЗВО фізкультурного профілю, розроблено форми, засоби та методи теоретичної підготовки з використанням інноваційних комп'ютерних технологій та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні

додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична; г) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

- вперше розроблено алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу, який містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки студентами в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю.

**Набули подальшого розвитку** знання щодо значущості, структури та змісту теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні.

**Доповнено** та розширено:

- засоби та методи теоретичної підготовки з волейболу, а також форми та методи контролю рівня теоретичної підготовленості волейболістів;

- дані щодо організації дистанційного навчання здобувачів у закладах вищої освіти;

- дані щодо рівня мотивації здобувачів до занять спортом.

**Публікації.** Наукові результати дисертації висвітлені у 7 наукових публікаціях: 4 статті у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 закордонне, проіндексоване в базі даних Scopus (Q4); 2 публікації апробаційного характеру (Додаток А).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення й результати дослідження оприлюднено на: XX Міжнародній науковій конференції «Проблеми та перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств в закладах вищої освіти» (Харків, 2024), щорічній Конференції молодих вчених «Молоді науковці – спорту Придніпров'я» (Дніпро, 2024), XVII Міжнародній конференції «Молодь та олімпійський рух» (м. Київ, 2024); Міжнародній науково-практичній конференції ПДАФКіС "Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії" (м. Дніпро, 2024), XXIV Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи» (м. Харків, 2024) (Додаток Б).

**Практична значущість досліджень** полягає в тому, що вперше розроблено та впроваджено структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю та алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу, який містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки студентами в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю.

Отримані результати впроваджено у навчальний процес кафедри спортивних ігор Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту в лекційні курси з дисциплін: «Теорія та методика обраного виду спорту (волейбол)» та «Теорія та методика спортивних ігор», а також у навчальний процес Бердянського державного педагогічного університету зі спеціальних дисциплін, у діяльність структурного підрозділу Дніпропетровська територіальна організація громадської організації «Фізкультурно-спортивне товариство «Спартак», м. Дніпра.

**Структура та обсяг роботи.** Дисертаційна робота містить анотацію, список публікацій здобувача за темою дисертації, зміст, перелік умовних позначень, вступ, п'ять розділів та висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел, додатки (всього 10 додатків). Обсяг основного тексту дисертації – 193 сторінки. Дисертацію ілюстровано 24 таблицями та 96 рисунками. Список використаних джерел складає 277 найменувань, з яких 194 – кирилицею та 20 – латиницею, 63 – електронні посилання.

## РОЗДІЛ 1

# СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ З ВОЛЕЙБОЛУ У ЗДОБУВАЧІВ ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

### 1.1. Сучасний стан проблеми забезпечення теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні

Теоретико-методологічні основи теоретичної підготовки у спорті в процесі багаторічного вдосконалення представлено у докторській дисертації М.П. Пітина [144]. Автором зазначається, що початковим етапом навчально-тренувального процесу у волейболі є оволодіння спеціальними теоретичними знаннями та їх подальша реалізація на практиці [143]. Це створює передумови для більш ефективного розвитку фізичних якостей, засвоєння техніко-тактичних елементів, формування стійкого інтересу та свідомого ставлення до цілеспрямованого багаторічного спортивного вдосконалення та сприяє всебічному розвитку особистості.

Ураховуючи те, що однією з проблем теорії і методики підготовки спортсменів є оптимізація процесу підготовки, зокрема використання інформаційних технологій, актуальним напрямом дослідження є пошук шляхів підвищення ефективності навчально-тренувального процесу в межах вдосконалення окремих його сторін, зокрема теоретичної підготовки [144, 147].

Пітиним [144] визначено, що у зв'язку з наявністю протиріччя між існуванням теоретичної підготовки як відносно самостійної сторони підготовки в системі багаторічного вдосконалення спортсменів, відображенням цього в навчальних програмах з певних видів спорту та відсутністю належного її науково-методичного обґрунтування виокремлюється актуальна науково-прикладна проблема створення концептуальних основ теоретичної підготовки у спорті. Проблематика теоретичної підготовки визначається необхідністю її структурно-функціональних змін, формування моделей систем знань спортсменів у різних групах видів спорту та на різних етапах багаторічної

підготовки, розробці комплексу засобів і методів реалізації на різних етапах багаторічної підготовки, методології впровадження, інтеграції в систему підготовки фахівців спорту.

Отже, Yuriy Briskin and et. al. [196] виділили пріоритетність окремих підрозділів у рамках різних інформаційних блоків з теоретичної підготовки фехтувальників: інформація про відомих діячів фехтування та розвиток фехтування у світі та Україні; правила змагань, система суддівства, техніка та тактика фехтування; техніка безпеки та запобігання нещасним випадкам та ін.

В.Ю. Богуславською [12] вперше визначено закономірності теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту (неспецифічність навчання; єдність розумового та фізичного розвитку; перенесення знань; залежність змісту теоретичної підготовки від потреб та мети виду або групи видів спорту; залежність ефективності теоретичної підготовки від матеріально-технічних умов спортивних закладів). Автором сформульовано принципи теоретичної підготовки у циклічних видах спорту, що є наслідком урахування специфіки структури та змісту тренувальної і змагальної діяльності: єдності теоретичної підготовленості суб'єктів системи підготовки; когнітивної відповідності оволодіння знаннями з теоретичної підготовки; ресурсності теоретичної підготовки; технологічності теоретичної підготовки; уніфікації теоретичної підготовки.

Важливим досягненням є те, що результати дослідження В.Ю. Богуславської [12] імплементовано концептуальні положення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту в систему підготовки фахівців сфери фізичної культури та спорту, які містяться у теоретичних і практичних матеріалах щодо використання авторських інтерактивних засобів теоретичної підготовки на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти та концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту на другому (магістерському) рівні вищої освіти.

Детальний аналіз сучасного стану теоретичної підготовки та обґрунтуванню підходу до опанування теоретичними знаннями юними спортсменами у поєднанні з руховою діяльністю в навчально-тренувальному

процесі з міні-баскетболу, з використанням зошита-практикуму «Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей першого року навчання» для виконання самостійних завдань присвячено роботи О. Мітової та В. Онищенко [99, 100, 102]. Авторами запропоновано зміст навчального матеріалу з теоретичної підготовки з міні-баскетболу у відповідності до вікових особливостей дітей 6-7 років, що створює максимально сприятливі умови для: розкриття пізнавальних здібностей; розвитку специфічних якостей (уваги, пам'яті, кмітливості); формування знань з англійської та української баскетбольної термінології; формування мотивації до занять спортом з врахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності; здійснення контролю знань у цікавій та доступній формі [102, 140, 205].

О.О. Мітова, Д.О. Скрипець [104] проаналізували сучасний стан підготовки юних хокеїстів на етапі початкової підготовки під час дистанційного режиму тренувань. Тренери ведуть онлайн-заняття, за допомогою яких спортсмени виконують переважно вправи з загально-фізичної та спеціальної підготовки, вправи імітаційного характеру, не виходячи з дому. Авторами встановлено, що виникає необхідність наукового обґрунтування саме технічної підготовки у хокеї з шайбою в умовах дистанційного навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки з урахуванням вікових особливостей; сенситивних періодів розвитку фізичних якостей; розвитку специфічних для хокею якостей та враховуючи наукові дослідження останнього десятиріччя, приклад провідних хокейних країн, сучасні світові тенденції розвитку хокею. Одними із шляхів забезпечення технічної підготовки автори вбачають у застосуванні сучасних форм теоретичної підготовки, наочних методів навчання техніки тощо, що дозволить підвищити ефективність управління процесом навчання техніки у командній грі хокей та підвищити рівень технічної та теоретичної підготовленості юних хокеїстів першого року навчання у ДЮСШ.

Аналіз наукових праць з теоретичної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту засвідчив наявність різних підходів щодо наукового обґрунтування форм, засобів та методів теоретичної підготовки на прикладі

таких видів спорту, як мінібаскетбол, фехтування, легка атлетика, хокей з шайбою та ін. [50, 102, 104, 113, 143].

Теоретична підготовка – це педагогічний процес підвищення теоретичного рівня спортсмена, озброєння дітей певними знаннями та вміннями використовувати їх в процесі тренування та змагань. Вона здійснюється протягом усієї підготовки спортсменів.

Вимоги в спорті настільки зросли, що без глибоких знань розраховувати на високі спортивні результати не можна. Недооцінка теоретичної підготовки приводить до нерозуміння суті виконуваного завдання. Нерозуміння призводить до пасивності, механічного виконання вправи [113, 115].

Наприклад, М.П. Пітин [142] вважає, що на початковому етапі в процесі теоретичної підготовки необхідно використовувати блоки питань, що стосуються техніки виконання технічних елементів, інформацію про видатних тренерів та спортсменів, спортивний інвентар, знань про олімпізм тощо. Фахівець вважає за необхідне в окремі тренувальні заняття (1 раз на тиждень) включати засоби теоретичної підготовки протягом 15-20 хвилин, основними методи реалізації засобів запропоновано ігровий та змагальний.

Н.В. Москаленко [113] вважає, що ознайомлення дітей з теоретичним матеріалом необхідно проводити в ігровій формі, з активною участю учня в процесі оволодіння знаннями.

Теоретичний розділ структури та змісту навчально-тренувального процесу для дітей 6-7 років в міні-баскетболі на першому році навчання був створений з метою сформувати позитивне ставлення дітей до спорту, та зокрема – до міні-баскетболу, збагатити знаннями в сфері спорту та баскетболу в цілому, та прищепити інтерес до занять [100, 140].

Завданнями теоретичного розділу підготовки в міні-баскетболі на першому році навчання було:

- 1) сформувати елементарні знання про баскетбол;
- 2) надати доступні знання про правила гри та основні елементи техніки гри;

- 3) збагатити «словник» юних баскетболістів поняттями, пов'язаними з баскетбольною термінологією;
- 4) створити систему контролю засвоєного матеріалу;
- 5) за допомогою раціонально підібраних засобів та методів прищепити любов (інтерес) до баскетболу, позитивних звичок, до занять спортом, а також сприяти вихованості, дітей що займаються міні-баскетболом [140].

Такий підхід сприятиме не тільки різнобічному навчанню, а й розвитку зорової та слухової пам'яті, підвищенню інтересу до занять міні-баскетболом, розвитку інтелекту дитини [205].

У науковій публікації [23] на основі аналізу отриманих анкетних даних визначено, що більшість тренерів на етапі початкової підготовки юних плавців віддають перевагу таким засобам формування знань з теоретичної підготовки як живе спілкування з експертами, квести, вікторини, тематичні заняття тощо, практичні заходи та перегляд та аналіз відеовиступів видатних плавців, анімації. А от такі засоби теоретичної підготовки, як книги, періодична література та теоретичне тестування, виявилися, на думку тренерів, найменш ефективними. Щодо методів теоретичної підготовки, то найбільш ефективними на етапі початкової підготовки, на думку тренерів, тренери визначають ігровий метод, вербальні методи, змагальний та наочні методи.

Авторами [20] науково обґрунтовано структуру та зміст системи теоретичної підготовки плавців на етапі початкової підготовки. Встановлено що найбільш затребуваними на даному етапі є сім розділів знань: «Історія розвитку плавання», «Безпека життєдіяльності та правила поведінки на воді», «Гуманітарні знання у підготовці плавців», «Режим харчування і гігієна плавця», «Зміст спортивної підготовки в плаванні», «Змагальна діяльність у плаванні», «Матеріально-технічне забезпечення підготовки плавців». За даними розділами знань тренерами-викладачами обрано 15 тем, які на їх думку будуть найнеобхіднішими у теоретичній підготовці юних плавців.

Окрім того, низка наукових праць присвячується питанням теоретико-методичним основам теоретичної підготовки у легкій атлетиці [20], веслуванні [21], плаванні [14], ркопашному бою [72], теоретичному розділу навчально-

тренувального процесу та впровадження зошита-практикуму для дітей 6-7 років у міні-баскетболі присвячено роботи [100, 102], теоретичній підготовці у веслувальників та яхтсменів присвячено публікації [143].

Різні аспекти позитивного впливу форм та засобів теоретичної підготовки на уроках фізичної культури у загальноосвітній середній школі на підвищення мотивації до занять спортом науково обґрунтовано у роботах науковців [21].

Аналіз навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з волейболу авторів (Туровський та ін., [183]) свідчить про недостатнє забезпечення теоретичної підготовки сучасними знаннями та формами організації подачі теоретичного матеріалу.

Теоретична підготовка важлива для успішної діяльності тенісиста, вона може проводитися під час навчально-тренувальних занять та самостійно [7, 71]. О.О. Кошелевою [59] розроблено організаційно-методичні умови підвищення ефективності фізичної теоретичної та методичної підготовки студентів різних груп спеціальностей на основі врахування професійних вимог із застосуванням різноманітних форм, засобів і методів фізичного виховання;

## **1.2. Проблеми та шляхи реалізації теоретичної підготовки в умовах дистанційного навчального процесу у різних закладах освіти фізичної культури і спорту**

Умови сьогодення вимагають швидкого реагування на ситуацію та акумуляції зусиль, педагогічної майстерності викладача та тренера, використання сучасних засобів розповсюдження інформації. Аналіз наукових публікацій свідчить, що у деяких ЗВО України в рамках практичної роботи студентами розроблені наочні відео комплексів фізичних вправ для розповсюдження серед студентської громади для інформальної роботи. Студенти всіх нефізкультурних спеціальностей отримували відео матеріали із супроводом у процесі дистанційного навчання засобом соціальних мереж:

Facebook, Instagram, Tik Tok та сучасних платформ зв'язку та передачі файлів: Viber, Telegram, Discord. Отримані завдання з виконання окремих вправ (присідання, планка) студенти розміщували у вищезгаданих мережах використовуючи хештеги та позначаючи профіль кафедри і викладачів дисципліни «Фізичне виховання» [197].

Для підвищення рівня теоретичних знань у сфері ведення здоров'язберігаючої діяльності студентської молоді, пропонується інтеграція інноваційних технологій формування ЗСЖ у професійну підготовку майбутніх фахівців сфери ФК і С і можливість їхнього застосування в інформаційному блоці практичних занять та інтерактивних методів навчання [67].

У роботі В. Нагорної [121] зазначається, що віртуальне навчання та дистанційне навчання дозволяють тренерам та спортсменам спілкуватися та тренуватися віддалено. У спортивних іграх, спортсмени можуть використовувати віртуальні тренування для покращення своїх навичок незалежно від місця знаходження. Приклад застосування – компанія Coach's Eye надає інструменти для відстеження техніки та аналізу відео для спортсменів у футболі. Їх платформа дозволяє тренерам надавати зворотний зв'язок та рекомендації гравцям навіть на відстані. Компанія Coach's Eye спеціалізується на розробці інструментів для аналізу відео та надання зворотного зв'язку спортсменам і тренерам.

Її платформа пропонує такі ключові можливості для футболістів та тренерів: запис та завантаження відео – додаток дозволяє легко записувати відео техніки гравців під час тренувань чи матчів безпосередньо на смартфон або завантажувати вже наявні відеофайли; розмітка та аналіз відео-тренери можуть розміщувати анотації, малювати на відео, додавати голосові коментарі для детального аналізу техніки гравців; надання зворотного зв'язку – після аналізу відео тренери можуть надсилати гравцям відео з розміткою та коментарями для надання зворотного зв'язку та рекомендацій щодо вдосконалення техніки; бібліотека вправ – платформа містить бібліотеку відео з прикладами правильної техніки виконання різноманітних футбольних вправ; аналітика та звітність – Coach's Eye дозволяє відстежувати прогрес гравців,

порівнювати їхні показники та генерувати звіти; дистанційний доступ – тренери можуть надавати зворотний зв'язок гравцям віддалено, що особливо зручно під час карантинних обмежень. Таким чином, це є потужним інструментом для футбольних тренерів, що дозволяє ефективно аналізувати техніку гравців, надавати персоналізовані рекомендації та відстежувати прогрес, навіть на відстані.

Проведені О.О. Кошелевою [59, 60, 61] дослідження свідчать, що існує необхідність вдосконалення системи теоретичної підготовки в процесі фізичного виховання студентів. На погляд автора, для вирішення даної проблеми доцільно здійснити такі заходи:

- забезпечити процес фізичного виховання студентів достатньою кількістю методичних рекомендацій і навчальних посібників;
- створити комп'ютерні версії лекційного курсу і забезпечити студентам можливість вільного доступу до цього матеріалу;
- при складанні програм враховувати інтереси студентів і приділяти увагу тим питанням, які найбільшою мірою їх хвилюють;
- більше уваги приділяти якійсь організації системи індивідуальних консультацій для студентів;
- у ході вивчення теоретичного розділу програми застосовувати активні методи навчання, що стимулюють пізнавальну активність студентів;
- пояснювати студентам небезпечність для здоров'я нерационального планування фізичних навантажень під час самостійних занять фізичними вправами [119].

Отже онлайн режим навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, у дитячо-юнацькому спорті та на уроках фізичної культури у закладах загальної середньої освіти призвів до підвищення значущості теоретичної підготовки та її впливу на підвищення мотивації дітей до занять спортом, студентів до вивчення навчальних компонентів.

У роботі О.О. Кошелевої [59] зазначається про доцільність використання сучасних інтерактивних методів навчання в системі фізичного виховання студентів для підвищення якості теоретичної та методичної підготовки. Вибір

інтерактивних методів доцільно здійснювати з урахуванням вимог майбутньої професії до розвитку психічних якостей, що буде сприяти формуванню загальних професійних компетентностей студентів різних груп спеціальностей. Але для ефективного впровадження перелічених методів у навчальний процес з фізичного виховання, необхідно підготувати науково-педагогічних працівників до їх практичного використання в системі занять.

Авторами Н.В. Москаленко, О.О. Кошелевою, Т.В. Сидорчук [119] було науково-обґрунтовано диференціацію методів навчання під час теоретичної та методичної підготовки студентів залежно від напрямку їх майбутньої спеціальності.

Для студентів інформаційно-логічна групи запропоновано методи аналізу конкретних ситуацій: ситуація-проблема, ситуація оцінка, ситуація-вправа та ін.

Для студентів комунікативної групи спеціальностей – дискусійні методи: дебати, дебрифінг, дискусія тощо; для студентів творчо-образної групи спеціальностей – ігрові методи: рольові, ситуаційні, ділові, навчальні ігри; для студентів технічної групи – методи активізації сприйняття: проблемна лекція, лекція-візуалізація, лекція із заздалегідь запланованими помилками, лекція з використанням техніки зворотного зв'язку; для студентів природничо-аграрної групи – пошукові та дослідницькі методи: проект, звіт, програма, доповідь та ін.

Однак дистанційне навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, де саме готують майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту – вчителів фізичної культури та тренерів, потребує більше ретельного розгляду даної проблеми в зв'язку з необхідністю навчити здобувачів методиці подачі теоретичного матеріалу, взаємопов'язувати теоретичну підготовку з фізичною, технічною, тактичною видами підготовки, впливати формами, засобами та методами та формуванням мотивації у дітей, які опановують волейбол.

### **1.3. Волейбол у системі вищої освіти та сучасні проблеми викладання спортивних ігор у ЗВО фізкультурного профілю при дистанційному режимі навчання**

Фізичне виховання –це одна із сфер, де вчителі можуть вплинути на зміни, а відповідне програмування може мати наслідки для здоров'я та благополуччя дітей на все життя. Заохочення вчителів розглянути та впроваджувати УДН розвиває фізичну грамотність своїх учнів. Серед великої різноманітності засобів фізичного виховання, що використовуються в цілях гармонійного розвитку сучасної людини, одне з провідних місць займають спортивні ігри. Вони відносяться до числа найулюбленіших і поширених видів фізичних вправ у людей всього світу. Однією з найпопулярніших ігор є волейбол. За статистикою ЮНЕСКО він культивується в 130 країнах світу, в нього грає більше мільярда людей. Міжнародна федерація волейболу налічує найбільшу кількість національних федерацій - 220. Світова спортивна громадськість в 2010 р. відзначала 115 років з дня створення волейболу, а на Україні (у тому ж році) відзначали 85-й ювілей [24].

Перші змагання, що сприяють масовому розвитку фізичної культури і спорту серед школярів, проводилися в 1954 р. У попередніх змаганнях взяло участь близько 7 млн. Учні. У 1955 р. в програму ввели волейбол і баскетбол. У змаганнях брали участь не тільки збірні команди, а й команди окремих шкіл-переможців першостей областей і республік, що сприяло виявленню талановитої спортивної молоді, які поповнювали ряди ДЮСШ.

На даний момент в Україні створена Асоціація дитячого волейболу та Дитяча Волейбольна ліга. Важливим моментом діяльності структур є відбір потенційних кандидатів у збірні команди. Відомо, що інтерес до фізичної культури і спорту є результатом впливу системи, яка складається з окремих елементів освіти, проводиться через засоби масової інформації, фізкультурно-оздоровчі та спортивні заходи в школі.

Дослідження вітчизняних педагогів і психологів показали, найбільший інтерес на уроках фізичної культури школярі проявляють до занять

спортивними іграми, так як гра є провідною формою діяльності, що забезпечує всебічний розвиток [55, 57, 83, 84, 126].

Незадовільний стан матеріально-технічного забезпечення спортивної сфери не оминуло і волейбол. Через відсутність фінансування істотно скоротилася кількість дитячо-юнацьких змагань. На сьогоднішній день відділення волейболу втрачає свої традиції, порушений зв'язок «ДЮСШ-школа», невідповідність вимог ДЮСШ та загальноосвітньої школи, знизився рівень зацікавленості дітей до занять волейболом і т.д. [55].

Зазначене вище дозволяє зробити висновок, що успіх залучення дітей до активних занять волейболом в ДЮСШ залежить від зміни ставлення до даного виду спорту в загальноосвітній школі [10, 11].

Проблемою вдосконалення системи фізичного виховання в школі займалися провідні вчені, такі як: Т.Ю. Круцевич [67-71], Н.В. Москаленко [113], а проблема підвищення ефективності уроків з волейболу в школі та занять волейболом у ВНЗ фізкультурного профілю залишається недостатньо вивченою і актуальною [124, 136, 137].

Тенденції вдосконалення фізичними вихованням у ЗВО є розширення використання різновидів спорту й не тільки класичними, а й різновидів таких ігор як: волейбол, баскетбол, футбол та інші [167, 192].

Тенденції розвитку спорту мало відрізняються від тенденцій в культурі та науці, і це феномен глобалізації. При цьому існують як позитивні, так і негативні його аспекти [130, 131].

Сучасний волейбол перебуває у стадії бурхливого творчого піднесення, спрямованого на активізацію дій як і нападі, так і захисті. Вміння швидко реагувати на постійно мінливу ігрову ситуацію, правильно і якісно реагувати на м'яч, що летить з високою швидкістю, швидко переходити від одних дій до інших, має велике значення у волейболі і значною мірою впливає на кінцевий результат гри [39].

Волейбол є однією з основних невід'ємних складових змісту навчальної програми з фізичного виховання та факультативних занять, а також фізкультурно-оздоровчих заходів [161, 165, 167].

За даними авторського колективу на чолі Мітової О. О. [102], заняття волейболом позитивно впливають на функціональний стан у здобувачів вищої освіти серцево-судинної, дихальної та центральної нервової систем.

Науковці зазначають, що у здобувачів вищої освіти, які займаються волейболом на заняттях з фізичного виховання, спостерігається підвищення рівня розвитку фізичних якостей [171, 176].

Для здобувачів вищої освіти спортивні ігри є ефективним засобом підвищення рівня рухової активності та фізичного виховання. За їх даними, заняття цими видами спорту сприяють зміцненню здоров'я, поліпшенню функціонального стану систем та опорно-рухового апарату, удосконаленню фізичного розвитку, підвищенню рівня фізичної підготовленості, формуванню стійкості до застудних захворювань; є одним з ефективних засобів, що допомагають зняти нервову напругу у студентської молоді [167].

На даний час існує багато різновидів волейболу, наприклад таких як: *міні-волейбол, піонербол, фаустбол, кертнбол*. У міні-волейбол грають діти і підлітки до 14 років. Ця рухлива гра, що зміцнює різні групи м'язів і навчає дітей грати в команді, включена в шкільну програму багатьох країн світу. Цей різновид волейболу з'явилася в 1961 році в НДР, а в 1972 році були офіційно затверджені правила міні-волейболу. Головна відмінність від звичайного волейболу полягає в тому, що гра проходить на майданчику 6 на 4,5 м або 6 на 6 м, в команді замість шести чоловік одночасно на поле виходять три або чотири, причому часто виступають змішані команди хлопчиків і дівчаток. Верхній край сітки встановлюється на висоті 205 або 215 см. М'яч для міні-волейболу трохи легше, ніж для звичайного. Його вага становить 210-230 г, а окружність - 61-63 см. Для перемоги в матчі з міні-волейболу потрібно виграти 2 партії. У кожній партії гра ведеться до 15 очок (з різницею в рахунку в два очки). Якщо рахунок в партії рівний (14:14), то гра ведеться до тих пір, поки різниця не складе два очки (14:16, 15:17). У міні-волейболі допускається гра з обмеженням часу [227].

Аналіз різновидів гри у волейбол свідчить про те, що вони є доступними для великої кількості студентів з різним рівнем фізичної і технічної

підготовленості. Крім того, вони сприяють розкриттю більшого кола різноманітних здібностей у тих, хто ними займається.

Зазначене вище свідчить про доцільність впровадження різновидів волейболу у навчально-тренувальний процес студентів у ЗВО з метою вдосконалення самого процесу викладання й підвищення його ефективності [37].

Сучасна вища освіта висуває високі вимоги до підготовки випускників ЗВО, в тому числі і майбутніх вчителів фізичної культури. Їх професійна діяльність включає педагогічну складову, одним з елементів якої є розуміння випускником вузу важливості складності педагогічного завдання, пов'язаної з навчанням, вихованням та оздоровленню учнів. Одним з ефективних напрямків формування професійної готовності є, на наш погляд, використання диференційованого підходу в процесі навчання в виші. Такий підхід є насамперед цілеспрямованим педагогічним впливом на студентів, яких можна об'єднати в групи, характеризуються подібними ознаками, або виділити відповідно до індивідуальних особистісними якостями [46].

Згідно особистісного підходу особлива увага приділяється реалізації взаємодії здобувача та викладача через систему суб'єкт-суб'єктивних відносин для формування активно-особистісної готовності до саморозвитку в галузі фізичної культури [49].

Для правильного визначення рухової активності студента, а саме підбору оптимального фізичного навантаження, раціонального врахування взаємодії з соціальними, біологічними та психологічними факторами впливу на фізичний стан, важливе значення має диференційований підхід до студентів [12, 24, 52].

Таким чином, при обговоренні проблеми вдосконалення системи підготовки юних спортсменів більш коректно говорити не стільки про індивідуальний, скільки про диференційований підхід до побудови тренувального процесу [23].

Багато авторів зазначають, що у загальній та спортивній підготовці сутність диференційованого підходу визначається поєднанням колективної та індивідуальної форм підготовки, що дозволяє організувати процес навчання і

спортивного тренування дітей, підлітків, юнаків і дівчат відповідно до їх типоспецифічними і індивідуальними особливостями [23, 49].

Реалізація функцій диференційованого підходу в рамках його структури становить основу технології побудови індивідуально-орієнтованого тренувального процесу юних спортсменів на етапах багаторічної підготовки [19].

З'ясовано, що критичним періодом зниження мотивації студентів до навчання є III курс, саме в цей період починає проявлятися байдужість до навчальної діяльності, знижується інтерес до заняття спортом, відзначається зниження емоційного фону, виникає почуття невпевненості в правильності вчинків і тривожності [16].

Розроблено організаційно-методичні умови навчально-виховної роботи, які сприяють підтримці стійкої мотивації до освоєння професійно-прикладної теоретичної і практичної підготовки студентів спеціальності «Фізичне виховання», які реалізуються через систему заходів, які конкретизують спрямованість професіограми фахівця з фізичного виховання, активізацію творчої діяльності при освоєнні профільних теоретичних дисциплін та активізацію практичної діяльності з підвищення спортивної майстерності [16].

Узагальнення й аналіз відповідних літературних джерел свідчить про масовий розвиток волейболу, як в Україні так і в світі. Проведений аналіз літературних джерел дозволив виявити той факт, що волейбол впроваджено у систему фізичного виховання різних груп населення від дітей у школі до дорослих. Особливу ланку волейбол займає в системі фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Аналіз наукових праць свідчить про необхідність вдосконалення викладання волейболу в системі фізичного виховання ЗВО й при вивченні «Теорії та методики спортивних ігор (волейболу)» в ЗВО фізичної культури і спорту в зв'язку з тим, що рівень фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів низький, що пов'язано з екологічними, соціальними проблемами й зниженням якості викладання волейболу у середніх загальноосвітніх навчальних закладах [36].

Враховуючи наукові дослідження останнього десятиріччя, приклад провідних країн, сучасні світові тенденції розвитку волейболу одним з шляхів вдосконалення процесу викладання волейболу у ЗВО фізкультурного профілю є впровадження різновидів волейболу, таких як: японський міні-волейбол, кернтбол, фаустбол та інші, які дозволяють залучати більшу кількість тих, хто займаються, в зв'язку зі спрощеними правилами, полегшеним інвентарем та обладнанням для гри, й можуть створювати сприятливі передумови для подальшого навчання основних елементів класичного волейболу [37].

Існує достатня кількість методичної літератури щодо використання диференційованого підходу при викладанні тих чи інших дисциплін у навчальному процесі, однак аналіз науково-методичної літератури засвідчив відсутність наукових розробок щодо диференційованого процесу навчання елементам волейболу студентів ЗВО фізичної культури і спорту з урахуванням їх основної спеціалізації [2].

Вище зазначено підтверджує необхідність пошуку шляхів вдосконалення викладання дисципліни «Теорія та методика волейболу» у ЗВО фізичної культури і спорту на основі визначення мотивів до занять волейболом, рівня опанування технічними прийомами та характерних помилок при їх виконанні залежно від спеціалізації студентів.

#### **1.4. Аналіз підходів щодо підвищення мотивації студентів до занять спортом та реалізації себе у майбутній професії**

Одним із шляхів залучання здобувачів вищої освіти до занять волейболом – є підвищення їх мотивації через різні форми та методи організації навчальних занять у ЗВО [54, 62, 68].

Підвищення мотивації – є формування теоретичних знань в процесі теоретичної підготовки. Теоретичну підготовку у спорті та фізичному вихованні та її вплив на підвищення мотивації дітей до занять спортом науково обґрунтовано у фундаментальних працях провідних вчених [113, 115, 142].

Велика кількість досліджень присвячена вивченню мотивації до занять фізичним вихованням та різними видами спорту, особистій фізичній культурі в ієрархії цінностей сучасного студента [90, 92, 93, 94, 95].

Професійна підготовка майбутніх тренерів-викладачів у ЗВО має враховувати також соціально-економічні тенденції, які впливають на модернізацію системи освіти й визначають її ефективність шляхом упровадження у навчальний процес сучасних інноваційних технологій [189].

Таким чином, визначаючи перспективи розвитку професійної вищої освіти в галузі фізичної культури та спорту, можна говорити про необхідність підвищення інтересу населення, зокрема молодого покоління, до нових знань, формування позитивних життєвих стратегій, фізичного та духовного саморозвитку тощо. Для цього просто необхідний вихід за рамки сьогоденних уявлень про тренера як спеціаліста вузького профілю в конкретному виді спорту з дуже обмеженим функціоналом. Традиційні підходи до підготовки тренера-педагога у системі вищої школи потребують перегляду, а процес навчання – змістовного та організаційного реформування [189].

Професійна освіта в галузі підготовки тренерських кадрів базується на глибокому вивченні будови та функцій організму спортсменів, їх особистості, адаптації до екстремальної діяльності у спорті у поєднанні зі значним обсягом безперервної практики зі спортивнопедагогічних дисциплін. Підготовка сучасного тренера потребує інтеграції освітньої, наукової та спортивної діяльності. Ефективне керівництво тренувальним процесом та змагальною діяльністю висококваліфікованих спортсменів, членів збірних команд вимагає від тренера, поряд з володінням новітніми методиками підготовки та готовності будувати підготовку на основі розуміння індивідуальних особливостей спортсменів, здатності визначати ті характеристики та показники, які будуть ключем до успіху у спорті в найближчому майбутньому [151, 152, 189, 208].

Мотивація – сукупність різних спонукань до певної активності, які породжують, стимулюють і регулюють цю активність. Блок мотивації утворюють: потреби, мотиви і цілі спортивної діяльності [6, 8, 64, 69, 91].

Потреба, або відчуття людиною потреби в чому-небудь, означає порушення рівноваги з навколишнім середовищем. Психологічно це завжди пов'язане з виникненням внутрішньої напруги, більш-менш вираженого дискомфорту, від якого можна позбутися, лише задовільнивши відповідну потребу. Саме тому будь-яка потреба спонукає так звану пошукову активність, спрямовану на пошук способу її задоволення.

Мотив – спонукання до певної активності, до задоволення потреби певним способом. Різні способи задоволення потреби можуть конкурувати один з одним, що знаходить відображення в боротьбі мотивів. Для спортивної діяльності характерна велика різноманітність мотивів. Це цілком зрозуміло, оскільки пов'язане з величезними фізичними і психічними напруженнями, і людина повинна знати, заради чого вона напружується [32].

Мотивація, так само як і вольові якості, формуються тривалий час. Проблеми їх виховання повинні вирішуватися ще на етапі початкової спортивної підготовки. Так як в цей час характерна недостатня усвідомленість потреб, що у їх основі, нестійкість, невизначеність і взаємозамінюваність різних способів задоволення. Їх зміст і сила визначається тим, як дитина включається в новий руховий режим, в новий стиль життя, відбувається адаптація до фізичних навантажень і відносинам в спортивному колективі. По суті, всі мотиви цієї стадії спрямовані на визначення того, чи є спортивне тренування необхідною і бажаною для дитини. Результати практичного досвіду сучасних дитячих тренерів свідчать про те, що, в середньому, в перші два роки спортивних тренувань за власним бажанням («перехотілося», «перестало подобатися» і т.д.) припиняють заняття більше 40% вихованців не залежно від рівня їх підготовленості та придатності до конкретного виду спорту [68].

Професор О.В. Андрєєва [2] висловила думку, що мотивацію можна розглядати як осмислену причину активності особистості, яка направлена на досягнення конкретних цілей. Розглядаючи мотивацію як осмислену причину активності, спрямовану на досягнення конкретних цілей, авторка враховує вплив зовнішніх і внутрішніх чинників [2]. У підсумку, дослідження О. В. Андрєєвої щодо теорій мотивації в контексті рухової активності відкриває

широкі можливості для розробки ефективних стратегій підвищення мотивації у сфері фізичної культури і спорту.

Шлях до ефективного навчання, результативної діяльності людини лежить через розуміння його мотивації. Тільки знаючи, що рухає людиною, що спонукає його до діяльності, які мотиви лежать в основі його дій, можна спробувати розробити ефективну систему форм і методів управління ним. Але, головне, важливо знати зміст мотиваційної сфери конкретної спільності людей. Різні спортсмени, займаючись одним і тим же видом спорту, виконуючи однакові за складністю та інтенсивністю тренувальні навантаження, нерідко керуються різними, часом прямо протилежними мотивами, надають різне значення своїм заняттям. У процесі спортивного вдосконалення вони змінюються, перетворюються під впливом обставин, інших спортсменів, оцінки власних дій і вчинків, а головне-цілеспрямованої виховної роботи.

У роботі Се Чжімін [170] зазначається, що серед китайських студентів, у яких простежується тенденція спрямування мотивації на успіх, юнаки в більшій мірі характеризуються зниженою самооцінкою фізичної підготовленості та здоров'я порівняно з дівчатами. Доведено, що юнаки з визначеною тенденцією на досягнення успіху, в більшій мірі надмірну увагу приділяють навчанню та іншим академічним досягненням за рахунок занять РА, вони відчують самотність і внутрішній тиск у порівнянні з дівчатами, тому й більша їхня частка характеризується зниженою самооцінкою фізичної підготовленості та здоров'я. Науково-обґрунтовано організаційно-методичні засади (модель та умови реалізації) формування мотивації студентів до занять руховою активністю в процесі фізичного виховання у закладах вищої освіти КНР, які, ґрунтуючись на виявлених особливостях культурного середовища КНР, рівня фізичної підготовленості та мотиваційних пріоритетах [170].

На основі вивчення робіт вітчизняних і зарубіжних психологів, в яких розкриваються загальні питання мотивації та мотиваційної сфери особистості [95] і питання мотивації спортивної діяльності [100, 178], можна зробити висновок, що особистісні якості, діяльність викладача та якість навчального матеріалу мають визначальне значення для формування у здобувачів ЗВО

фізкультурного профілю стійкої мотивації до занять спортом та до опанування майбутньою професією.

## **Висновки до розділу 1**

У ході аналізу науково-методичних літературних джерел з теорії та методики волейболу визначено мету та основні завдання теоретичної підготовки у командних спортивних іграх, охарактеризовано основні методи та засоби навчання, визначено сучасні технічні прийоми, однак технології формування мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю засобами теоретичної підготовки у волейболі в проаналізованій літературі не знайдено.

Проаналізовано сучасні проблеми дистанційного викладання спортивних ігор у спеціалізованих закладах вищої освіти фізкультурного профілю.

Дослідження нормативно-документальних матеріалів для вивчення спеціальних дисциплін з волейболу виявило відсутність сучасних підходів до змісту та засобів теоретичної та технічної підготовки з урахуванням онлайн та офлайн режиму навчання здобувачів ЗВО фізкультурного профілю та формування у них мотивації до набуття професійних компетентностей та реалізації їх у майбутній професії.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про низку проблемних питань реалізації теоретичної підготовки:

- необґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу з розподілом програмного матеріалу на онлайн та офлайн форми навчально-тренувального процесу, де зміст теоретичної підготовки структуровано з урахуванням завдань конкретного етапу багаторічної підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, формування мотивації дітей, спортсменів, студентів до занять спортом;

- зміст навчального матеріалу теоретичної підготовки з волейболу потребує побудови відповідно до сучасних тенденцій волейболу, використання інформаційних комп'ютерних технологій, вікових особливостей, що створить

максимально сприятливі умови для розкриття пізнавальних здібностей; формування мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності;

- у нормативних документах та методичних рекомендаціях для тренерів недостатньо розкрито використання інтегрованого підходу щодо опанування теоретичними знаннями юними спортсменами у поєднанні з руховою діяльністю в навчально-тренувальному процесі з волейболу, з використанням зошитів або щоденників для виконання самостійних завдань при онлайн та офлайн режимах навчально-тренувального процесу;

- недостатньо розроблено методичних рекомендацій для тренерів та здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю щодо організації теоретичної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки та протягом вивчення варіативного модулю «Волейбол» у ЗЗСО;

- немає науково-обґрунтованих програм теоретичної підготовки з волейболу для здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту в умовах дистанційного навчання.

Результати першого розділу опубліковано у роботах автора [35, 37, 38].

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Методи дослідження

Протягом написання дисертаційної роботи ми використовували такі методи:

1. Аналіз і узагальнення науково методичної літератури та джерел мережі Інтернет.
2. Педагогічне спостереження.
3. Анкетування.
4. Метод експертної оцінки
4. Педагогічне тестування.
5. Педагогічний експеримент.
6. Тестування теоретичних знань.
7. Методи психолого-педагогічної діагностики.
8. Методи математичної статистики.

##### 2.1.1 Аналіз і узагальнення літературних джерел.

Вивчення і узагальнення науково-методичної літератури і мережі Інтернет дозволило проаналізувати проблему теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні. Також аналізувалась та узагальнювались науково-методичні літературні джерела щодо дистанційної форми навчання у різних закладах освіти та щодо дистанційного навчально-тренувального процесу у ДЮСШ та інших спортивних закладах [1, 5, 58, 118, 152, 208 та ін.].

Аналізувались фундаментальні праці як вітчизняних, так і зарубіжних науковців щодо проблеми теоретичної підготовки у фізичному вихованні та спорті [11-15, 50, 100, 102, 111, 113, 115 142, 144, 147 та ін.], щодо викладання спортивних ігор та волейболу у закладах освіти [27, 28, 55. 57, 78, 121, 175, 186 та ін.], дистанційної форми [43, 44, 61. 65 та ін.] формування мотивації до занять спортом [6, 8, 32, 54, 62, 64, 68 та ін.].

Вивчення літератури з математичної статистики в педагогічних дослідженнях дозволило нам обрати адекватні методи опрацювання отриманих результатів.

**2.1.2 Педагогічне спостереження.** Педагогічні спостереження були спрямовані на одержання інформації про виконання контрольних нормативів з «Теорії та методики волейболу» студентів 3 курсу факультету фізичного виховання всіх спеціалізацій, як при онлайн так і при офлайн режимах навчання.

Під час педагогічного спостереження було сконцентровано увагу на обліку характерних помилок у студентів протягом виконання кожного технічного прийому. Було складено протокол фіксації даних помилок й вираховано відсоток здобувачів вищої освіти, які їх припускались з кожної спеціалізації і взагалі по факультету.

**2.1.3 Анкетування.** Анкетування – метод отримання необхідної інформації за допомогою письмових відповідей респондентів на питання. Суть опитування зводиться до отримання інформації шляхом письмових відповідей на систему стандартизованих питань анкети.

Проведене нами анкетування було спрямоване на виявлення ставлення волейболістів-аматорів та студентів ЗВО фізкультурного профілю щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки під час онлайн та офлайн режиму навчально-тренувального процесу (Додаток Г). Нами було запропоновано в анкеті 8 окремих питань щодо обізнаності досліджуваних про теоретичну підготовку у волейболі, її значущість та забезпеченість сучасними формами та методами, щодо рівня їх самооцінки теоретичної підготовленості тощо.

В анкетуванні взяло участь 70 респондентів, з яких: МСУМК – 1 (1,4%); МСУ – 1(1,4%); КМС – 6 (8,6%); перший розряд – 8 (11,4%); другий розряд – 3 (4,3%); без розряду – 51 (72,85%). З усіх респондентів 49 були представниками жіночої статі (70%), 21 – чоловічої (30%), за віком: до 20 років – 17 осіб

(24,3%); від 20 до 25 років - 24 (34,3%); від 25 до 30 років – 18 (26,2%); від 30 до 35 років – 7 (10%); від 35 до 40 років – 3 (4,3%); понад 40 років – 1 (1,4%). Окрім того, 65 волейболістів мешкають у місті (92,85%), 1 – у селищі міського типу (1,4%), 4 (5,7%) – у сільській місцевості. Серед респондентів було 24 студенти (34,4%), 40 (57,1%) волейболістів, як працюють та 6 (8,6%) – тимчасово без роботи. Стаж занять волейболом у досліджуваних коливався від 1 до понад 20 років: від 0 до 5 років – 19 (27,1%), від 5 до 10 років – 22 особи (31,4%); від 10 до 15 років – 14 (20%); від 15 до 20 років – 9 (12,85%); понад 20 років – 6 (8,6%).

Анкетування проводилось під час турніру з паркового волейболу «Fit-Mix» серед аматорських команд м. Дніпра з 09.03.2024 – 10.03.2024 відкритого чемпіонату Дніпра, у якому взяло участь 10 команд

**2.1.4. Метод експертних оцінок.** Метод експертних оцінок використовувався для виявлення думки експертів щодо значущості розділів теоретичної підготовки у волейболі та ранжирування тем у кожному з розділів [181].

Був використаний метод переваги (ранжування), коли експерти розставляють оцінювані об'єкти по рангах в порядку зменшення їх значимості. Місце, зайняте кожним з виділених об'єктів, визначалося числом набраних ним балів: чим менше сума балів, тим вище зайняте місце (тим більш значущим є даний об'єкт). Ступінь узгодженості думок опитуваних експертів перевірявся за допомогою обчислення коефіцієнта конкордації Кендалла.

Методика групової експертизи включала в себе: формулювання завдань, відбір і комплектування групи експертів, складання плану експертизи, проведення опитування експертів, аналіз і обробку отриманої інформації.

Алгоритм роботи з експертного оцінювання включав:

Таблицю експертизи для використання методу переваги.

Розрахунок коефіцієнта конкордації Кендала (узгодженості думок експертів) (2.1):

$$W = 12S / m^2 (n^3 * n), \quad (2.1)$$

де  $S$  – це сума квадратів відхилення від середнього місця;

$m$  – кількість експертів;

$n$  – кількість об'єктів експертизи.

Коефіцієнта конкордації Кендалла, за змістом представляє усереднену рангову кореляцію і змінюється в діапазоні  $0 < W < 1$ , коли  $0$  – повна неузгодженість,  $1$  – повна однастайність.

Висновок про якість експертизи робився за наступним правилом:

- якщо  $W \geq W_{гр}$  – експертиза відбулася, думки експертів узгоджені;
- якщо  $W \leq W_{гр}$  – експертиза не відбулася, думки експертів неузгоджені ( $W_{гр} = 0,7$ );

Якщо експертиза не відбулася, підвищити її якість можливо наступним чином: замінити експертів; визначити єдину мету експертизи; зменшити кількість об'єктів експертизи, якщо  $n \geq 30$  об'єктів; зменшити кількість експертів методом Дельфі (виключити думки тих, хто за кожним об'єктом експертизи більша кількість разів відхиляється від середньої думки).

2. Висновок про якість експертизи залежно від ступеня узгодженості думок експертів.

У дослідженні взяли участь 7 експертів (3 Заслужених тренерів України, 1 доктора наук з фізичного виховання і спорту, професора та 3 – кандидатів наук з фізичного виховання та спорту, доцентів зі стажем роботи у ЗВО фізкультурного профілю понад 25 років).

**2.1.5. Педагогічне тестування.** Оцінка рівня опанування технікою волейболу у здобувачів першого бакалаврського рівня вищої освіти проводилось за 3 контрольними тестами [183].

#### **Тест №1. Передача м'яча зверху двома руками в колі**

*Проведення тесту* Здобувач, знаходячись у колі радіусом 3м, виконує передачу зверху над собою, висота польоту м'яча не нижче 1,5м., 10 передач

*Результат* 8-10р-5б; 6-7р-4б; 4-5р-3б; менше 4 незадовільно.

Вимоги до техніки верхньої передачі:

1. Перед передачею ступні на одному рівні, або одна попереду іншої на 0,5-1 ступні. Ступні на відстані не більше ширини плечей.
2. При передачі вперед тулуб нахилений вперед (у всіх фазах), при передачі за спину - вертикально.
3. Голова утримується якомога ближче до вертикалі.
4. Ноги зігнуті в колінах, починають випрямлятися раніше рук.
5. Перед передачею руки, зігнуті в ліктях, найкоротшим шляхом виносяться вгору. Кисті трохи вище голови. Лікті на рівні плечового суглоба, або трохи вище. Відстань між ліктями визначається вільним становищем м'язів плечового пояса (для контролю розслаблену руку гравця взяти за зап'ястя і підняти до вихідного положення).
6. У всіх фазах передачі долоні розгорнуті всередину. Кисті і пальці, утворюючи сферу трохи більшого, ніж м'яч, розміру, охоплює м'яч і гасить його швидкість, виключаючи його зрив і провал.
7. Руки, випрямляючи в ліктьових суглобах, виштовхують м'яч. Кисті і пальці супроводжують його надаючи необхідний напрям. Вектор вильоту м'яча повинен збігатися з вектором, що з'єднує плечовий і променезап'ясткових суглобів.
8. У завершальній фазі, рух рук, пальців і кистей триває за інерцією, потім воно м'яко згасає. Руки, кисті і пальці, розташовуючись симетрично, показують напрямок вильоту м'яча.

### **Тест №2. Передача м'яча знизу двома руками в колі**

*Проведення тесту.* Здобувач, знаходячись у колі радіусом 3м, виконує передачу м'яча знизу двома руками над собою, висота польоту м'яча не нижче 1,5м., 10 передач

*Результат* 8-10р-5б; 6-7р-4б; 4-5р-3б; менше 4 незадовільно.

Вимоги до техніки нижньої передачі:

1. Перед передачею ступні на одному рівні або одна попереду іншої на 0,5-1 ступні. Ступні на відстані не менше ширини плечей.
2. При передачі тулуб нахилений вперед (у всіх фазах)

3. Ноги зігнуті в колінах, починають випрямлятися раніше рук.
4. Перед передачею руки (передпліччя і кисті) знаходяться на рівні пояса, лікті попереду тулуба.
5. Кисті складені в «замок» (одна стиснута, друга охоплює) і опущені.
6. Руки випрямлені в ліктях і щільно складені. М'яч приймається на передпліччя, трохи вище променезап'ясткових суглобів. Положення рук дозволяє студенту візуально контролювати м'яч.
7. При прийомі м'яча, літаючого осторонь від гравця, близьке до м'яча плече піднімається до того, як руки складаються.
8. Після передачі руки залишаються горизонтально відносно полу, або супроводжують м'яч.

**2.1.6. Педагогічний експеримент.** Педагогічний експеримент: констатувальний та формувальний.

Метою констатувального експерименту було визначення ефективності методики викладання освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (волейболу)», як під час офлайн, так і під час онлайн режиму викладання. У процесі його проведення визначався рівень технічної підготовленості у волейболі під час здачі контрольних нормативів. Визначались недоліки та проблеми ефективного опанування вміннями та навичками з техніки гри у волейбол та шляхи вдосконалення методики викладання відповідно до сучасних вимог вищої освіти.

На даному етапі дослідження нами було проведене педагогічне тестування з виявлення рівня технічної підготовленості у волейболі 147 студентів факультетів фізичного виховання та фізичної культури і спорту Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту, які проходили освітній компонент «Теорія та методика спортивних ігор (розділ волейбол)». У процесі його проведення вивчалися мотивація до занять волейболом у студентів різних спеціалізацій, рівень технічної підготовленості у волейболі під час здачі контрольних нормативів. Визначались недоліки та проблеми ефективного опанування вміннями та навичками з техніки гри у волейбол та шляхи

вдосконалення методики викладання відповідно до сучасних вимог вищої освіти.

Формувальний експеримент полягав у розробці та впровадженні структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу спрямованої на покращення опанування теоретичними знаннями та технічними прийомами волейболу для здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі навчального процесу.

У формувальному експерименті експериментальна група – 70 здобувачів 2 курсу Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту, та контрольна група – 68 студентів 2 курсу Бердянського державного педагогічного університету, спеціальностей 017 – фізична культура і спорт та 014 – середня освіта (фізична культура).

**2.1.7.Тестування теоретичних знань з волейболу.** Для контролю теоретичної підготовленості нами було розроблено 4 види тестування:

1. Тестування фундаментальних знань включало 32 питання (Додаток Д).
2. Тестування спеціалізованих знань включало 14 питання (Додаток Е)
3. Тестування поточних знань включало 21 питання (Додаток Ж)
4. Тестування допоміжних знань включало 12 питань (Додаток З)

Дане тестування було розроблено у Google-forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання.

До кожного питання було запропоновано по три варіанти відповіді, як з волейболу, так і з інших видів спортивних ігор, що входять до навчального компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» для заплутування респондентів під час їх пошуку правильної відповіді.

Окрім того, алгоритм контролю теоретичних знань включав оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку.

**2.1.8. Методи психолого-педагогічної діагностики.** Опитування щодо визначення мотивації до занять спортом за Адаптованим опитувальником SMS-28 (Шкала спортивної мотивації) (Л.Пелетті зі співавт., 1995 рік, адаптація – Чопко Х.Б., 2023 р.).

Шкала оцінки спортивної мотивації (The Sport Motivation Scale, SMS) оцінює 7 типів мотивації людей до занять спортом. Вона спирається на структурну модель спортивної мотивації, запропоновану вченими Люком Пеллетті і Робертом Валлерандом, що включає три компоненти: внутрішня або справжня мотивація, зовнішня мотивація, демотивація/амотивація (сукупний вплив зовнішніх і внутрішніх факторів, що зменшують мотивацію заняттям спортом) (Додаток К).

Оцінювання результату шкали оцінки спортивної мотивації (SMS):

1. Внутрішня мотивація – Орієнтація на знання: кількість балів
2. Внутрішня мотивація – Орієнтація на досягнення: кількість балів
3. Внутрішня мотивація – Орієнтація на чуттєву стимуляцію: кількість балів
4. Зовнішня мотивація – Орієнтація на виявлення: кількість балів
5. Зовнішня мотивація – Інтроєктована орієнтація: кількість балів
6. Зовнішня мотивація – Орієнтація на зовнішню регуляцію: кількість балів
7. Амотивація: кількість балів

Діапазон балів: 4-28, Оцінювання за рівнями 0-9 балів – низький рівень, 10-19 балів – середній рівень, 20-28 балів – високий рівень

Інтерпретація результатів шкали оцінки спортивної мотивації (SMS)

Внутрішня мотивація описує бажання людини займатися певним родом діяльності заради отримання задоволення від процесу її виконання, і навіть досягнення бажаного результату. Якщо спортсмен володіє високою внутрішньою мотивацією, він займатиметься тим, що йому подобається, не замислюючись про матеріальний або якийсь інший тип винагороди. Основним підкріпленням для нього буде суб'єктивне задоволення від самого процесу наближення до своєї мети та її досягнення. У структурі внутрішньої мотивації

виділяються три основні категорії: орієнтація на знання, орієнтація на досягнення, орієнтація на чуттєву стимуляцію.

На відміну від внутрішньої, зовнішня мотивація опосередковує виконання індивідом певної діяльності для мети, не пов'язаної безпосередньо з виконанням поставленого завдання. Спочатку вважалося, що зовнішня мотивація відноситься виключно до поведінки, пов'язаної з впливом сторонніх факторів (наприклад, отримання будь-якої винагороди). Однак роботи багатьох дослідників доводять наявність у структурі зовнішньої мотивації й інших компонентів: орієнтація на виявлення, інтроєктована орієнтація, орієнтація на зовнішню регуляцію.

Демотивація, чи амотивація – це не стільки відсутність спортивної мотивації, скільки окремий, протилежно спрямований мотив закінчення чи переривання спортивної кар'єри. Демотивований спортсмен не бачить зв'язку між своїми діями та тим, що відбувається в результаті цих дій. Така людина переживає почуття власної некомпетентності та відсутності контролю над тим, що відбувається. Тому, коли спортсмен перебуває в подібному стані, він не знаходить жодних причин для того, щоб продовжувати тренуватися.

**2.1.9. Методи математичної статистики.** При опрацюванні статистичних даних були використані методи математичної статистики з розрахунком середніх значень виконання контрольних нормативів з дисципліни «Теорії та методики волейболу» здобувачів різних спеціалізацій (легка атлетика, баскетбол, футбол, важка атлетика, веслування академічне, бокс, боротьба, гімнастика).

Усі вихідні дані, отримані при виконанні роботи, з метою оптимізації математичної обробки вводилися у базу даних, побудовану за допомогою електронних таблиць Microsoft Excel на персональному комп'ютері під керуванням оболонки Windows XP. Статистична обробка результатів досліджень здійснювалася методами варіаційної статистики [ ], реалізованими стандартним пакетом прикладних програм STATISTICA 7.0.

Для статистичного аналізу даних використовували дескриптивну статистику; порівняння середніх значень змінних здійснювали за допомогою параметричних методів (t-критерію Стьюдента) за нормального розподілу даних ознак, що виражені в інтервальній шкалі.

Різниця вважалася достовірною, якщо досягнутий рівень значущості (p) був нижчим за 0,05.

## **2.2 Організація дослідження**

Дослідження проводились на базах Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (м. Дніпро) та Бердянського державного педагогічного університету (м. Бердянськ - м. Запоріжжя (у воєнні роки) при офлайн та онлайн режимах навчального процесу.

Дослідження проводилися у 4 етапи з листопада 2021 року по жовтень 2024 року.

На першому етапі (листопад 2021р) – було охарактеризовано сучасний стан проблеми викладання дисципліни теорія і методика волейболу в ЗВО фізичної культури і спорту, сучасний стан забезпечення теоретичної підготовки при дистанційній формі навчального процесу та проаналізовано напрямки вдосконалення на основі науково-методичної літератури. Визначено причини низького рівня знань про волейбол та проблем, що виникали при опануванні техніки волейболу в рамках шкільної програми у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту за допомогою анкетування.

Другий етап (жовтень 2022 – грудень 2022) був присвячений проведенню констатувального експерименту, у якому було визначено і проаналізовано рівень опанування технічними прийомами волейболу студентів різних спеціальностей та спеціалізацій за допомогою проведення педагогічних спостережень та педагогічного тестування. Визначено недоліки у техніці, причин низького рівня опанування технікою та методикою навчання з волейболу.

Третій етап (січень 2023 – серпень 2023) присвячений науковому обґрунтуванню структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу для

майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту з розподілом програмного матеріалу за чотирма рівнями: фундаментальні знання, спеціалізовані знання, поточні знання, допоміжні знання, що сприяє підвищенню мотивації здобувачів до занять спортом та до майбутньої професії; розробці комплексів вправ щодо вдосконалення викладання дисципліни «Теорія і методика волейболу» в ЗВО фізичної культури і спорту для студентів залежно від їх спеціалізації, підсумковому аналізу результатів дослідження, формуванню висновків, розробці практичних рекомендацій та оформленню дипломної роботи. Буде проведено експертну оцінку щодо визначення найбільш оптимальних тем, форм, засобів теоретичної підготовки та методів контролю теоретичних знань юних волейболістів.

На третьому етапі дослідження вересень 2023 - травень 2024 було здійснено впровадження експериментальної теоретичної підготовки у навчальний процес студентів та перевірено її вплив на підвищення рівня мотивації та рівня теоретичних знань та технічних навичок.

На четвертому етапі дослідження (червень 2024 року – вересень 2024 року) буде здійснено аналіз та узагальнення результатів дослідження, підведення підсумків, написання висновків, оформлення дисертаційної роботи та підготовка до попереднього захисту.

У педагогічному експерименті взяло участь всього 208 здобувачів ЗВО фізкультурного профілю: 70 здобувачів бакалаврського рівня вищої освіти на стадії констатувального експерименту та 138 - на стадії формувального, з них 70 студентів Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту (ПДАФКіС) м. Дніпро та 68 – Бердянського державного педагогічного університету (БДПУ).

## РОЗДІЛ 3

### СТАВЛЕННЯ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ-АМАТОРІВ ТА ЗДОБУВАЧІВ ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ЩОДО ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ ВИКЛАДАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ ТА ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

#### 3.1. Аналіз результатів анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки

Аналіз структури та змісту теоретичної підготовки у програмах для ДЮСШ та фізичної культури у ЗЗСО свідчить про те, що теоретична підготовка займає важливе місце.

Теоретичні аспекти науково обґрунтовано у навчальних посібниках та підручниках з волейболу [55, 84, 125, 186], однак вони не відповідають вже сучасним умовам дистанційного формату навчання здобувачів вищої освіти.

Окрім того, нами було проаналізовано теоретичну підготовку у навчальній програмі для ДЮСШ з волейболу України. Виявлено, що запропоновано різні теми теоретичної підготовки на кожному етапі багаторічної підготовки (Туровський, et al., [183]) (Додаток В). Наприклад, в групах попередньої базової підготовки першого року навчання (вік 11-13 років) на теоретичну підготовку запропоновано 6 тем, які вивчаються протягом 28 годин та 8 – протягом 34 годин

У той час, як в програмі для ЗЗСО для даного віку запропоновано лише 3 теми, які розкриваються протягом декількох хвилин 15 (максимум 30 уроків) в залежності від того, як укладена програма школи. Так, наприклад, зміст навчального матеріалу для 6 класу (другий рік навчання волейболу) розкриває лише 3 теми теоретичних відомостей «Місце українського волейболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту», «Значення гравців передньої та задньої лінії» та «Правила безпеки на ігровому майданчику» (Додаток В).

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що сучасний стан теоретичної підготовки з волейболу потребує вдосконалення у відповідності до

сучасних тенденцій сьогодення (дистанційна або комбінована форма навчання, воєнний стан тощо) з урахуванням пріоритетів сучасного молодого покоління студентів.

Тому, наступним етапом нашого дослідження було на основі анкетування, визначити думку волейболістів-аматорів та студентів ЗВО фізкультурного профілю щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки, як підґрунтя до розробки структури та змісту програми технічної підготовки з волейболу для здобувачів спеціальності фізичної культури і спорту під час дистанційної форми навчання.

**3.1.1. Рівень ефективності та пріоритетності джерел теоретичної підготовки за думкою волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту.** Детальний аналіз відповідей респондентів свідчить про різне ставлення спортсменів-аматорів та студентів закладів вищої освіти фізичної культури і спорту. Результати анкетування представлено у таблицях 3.1–3.4.

Розгляд відповідей на питання «На Вашу думку, які з нижче перерахованих джерел теоретичної підготовки були б найефективнішими у процесі опанування теоретичними знаннями з волейболу» респонденти показали різний рівень ефективності джерел інформації. 46 (65,7 %) опитуваних відповіли, що найефективніше джерело теоретичної підготовки є тренер ДЮСШ; на другому місці – «інші джерела» 30 (42,85 %); на третьому – 25 (35,7%) викладач ЗВО (університету, академії тощо); на четвертому – 23 (32,85%) «друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол»; на п'ятому – 11 (15,7%) викладач ЗСО (школа); на шостому/сьомому місці по 10 опитуваних (14,3 %) зазначили «Телебачення» та «Мережу Інтернет»; на восьмому місці 4 респонденти виділили «Літературні джерела»; 9 місце – «Родина» та на останньому, 10-му місці, «Колеги по роботі» (табл. 3.1.).

Найбільш суперечливі відповіді респонденти надали на таке питання «Оцініть, будь ласка, кожне з нижче запропонованих джерел інформації за їх пріоритетністю у забезпеченні Вас інформацією з обраного виду спорту в

балах за зростанням їх відповідно значущості від найнижчого (0) до найвищого (3)».

Таблиця 3.1

**Рівень ефективності джерел теоретичної підготовки за думкою волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту**

№	Джерело інформації	Рівень ефективності							
		0 низький		1 нижче середнього		2 середній		3 високий	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
1.	Родина	30	42,85	22	31,45	15	21,4	3	4,3
2.	Викладач закладу вищої освіти (університету, академії тощо)	2	2,85	18	25,75	25	35,7	25	35,7
3.	Викладач закладу середньої освіти (школа)	11	15,7	24	34,3	24	34,3	11	15,7
4.	Друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол	5	7,1	18	25,75	24	34,3	23	32,85
5.	Тренер ДЮСШ	3	4,3	3	4,3	18	25,7	46	65,7
6.	Колеги по роботі	38	54,3	24	34,3	7	10	1	1,4
7.	Літературні джерела	19	27,15	19	27,15	28	40	4	5,7
8.	Телебачення	11	15,7	29	41,4	20	28,6	10	14,3
9.	Мережа Інтернет	11	15,7	29	41,4	20	28,6	10	14,3
10.	Інші джерела	4	5,7	12	17,15	24	34,3	30	42,85

Результати анкетування свідчать про те, що 35 респондентів (50%) вважають, що най пріоритетнішим джерелом є «Тренер ДЮСШ», потім «Мережа Інтернет» (34 (48,57%)), далі – «Друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол» (23 (32,8%)), четверта позиція – «Викладач ЗВО (університету, академії тощо)» (16 (22,85%)), 5 позиція – «Викладач ЗСО (школа)» (11 респондентів (15,7%)). Далі розташувались такі джерела інформації –

«Телебачення», «Літературні джерела», «Родина» та «Колеги по роботі» (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2

**Рівень пріоритетності джерел у забезпеченні інформацією теоретичної підготовки з волейболу за думкою волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту**

№	Джерело інформації	Рівень пріоритетності							
		0 низький		1 нижче середнього		2 середній		3 Високий	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
1.	Родина	6	4,3	38	54,35	21	30	5	7,15
2.	Викладач закладу вищої освіти (університету, академії тощо)	8	11,45	18	25,7	28	40	16	22,85
3.	Викладач закладу середньої освіти (школа)	16	22,85	21	30	22	31,4	11	15,7
4.	Друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол	7	10,0	13	18,6	27	38,6	23	32,8
5.	Тренер ДЮСШ	9	12,85	5	7,1	21	30,0	35	50,0
6.	Колеги по роботі	40	57,1	19	27,15	7	10,0	4	5,7
7.	Літературні джерела	22	21,4	21	30,0	21	30,0	6	8,6
8.	Телебачення	16	22,85	24	34,3	23	32,85	7	10
9.	Мережа Інтернет	2	2,85	8	11,4	26	37,15	34	48,57

Нажаль, більшість респондентів не уявляють значущість таких засобів теоретичної підготовки як книги, довідники, енциклопедії, комп'ютерні та телевізійні програми, плакати, малюнки, брошури з підготовки спортсменів, майбутніх вчителів та тренерів з волейболу. На нашу думку, недостатній рівень теоретичної підготовленості даної групи респондентів пов'язано з низьким рівнем їх спортивної кваліфікації (73% респондентів – не мають спортивного розряду), відсутність базових знань щодо системи підготовки майбутніх

фахівців в галузі фізичного виховання та спорту є підтвердженням недостатньої ефективності застосування змісту теоретичної підготовки, як у програмі фізичної культури для ЗЗСО під час вивчення варіативного модулю «Волейбол» та змісту, форм та засобів теоретичної підготовки у Навчальній програмі для ДЮСШ, СДЮСШОР та ШВСМ (2009 р.).

Серед запропонованих було поставлене таке питання, яке стосувалося засобів теоретичної підготовки «На Вашу думку, які з нижче перерахованих засобів теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці спортсменів, майбутніх вчителів ФВ та тренерів з волейболу». Показники кількості респондентів та рівень ефективності засобів теоретичної підготовки представлено у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

**Рівень ефективності засобів теоретичної підготовки за думкою волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту**

№	Засоби теоретичної підготовки	Рівень ефективності							
		0 низький		1 нижче середнього		2 середній		3 високий	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
1.	Книги (електронні книги, аудіокниги)	12	17,15	30	42,8	20	28,6	8	11,4
2.	Збірки наукових статей, навчальні посібники, монографії	10	14,3	26	37,1	27	38,6	7	10
3.	Довідники, енциклопедії	18	25,7	26	37,1	20	28,6	6	8,6
4.	Педагогічне тестування (визначення рівня знань з теоретичної підготовленості)	10	14,3	22	31,4	31	44,3	7	10
5.	Плакати, малюнки, брошури	30	42,9	22	31,4	15	21,4	3	4,3

6.	Документальні та художні фільми	14	20	26	37,1	22	31,4	8	11,5
7.	Анімація (мультфільми на спортивну тематику)	18	25,7	25	35,7	17	24,3	10	14,3
8.	Телевізійні програми (новини, спортивні кінофільми та телепрограми)	14	20	26	37,1 5	23	32,8 5	7	10
9.	Практичні заходи (конкурси, зустрічі, проекти)	9	12,85	8	11,4 5	16	22,8 5	37	52,8 5
10.	Відкриті лекції	4	5,75	22	31,4	25	35,7	19	27,1 5
11.	Колекціонування (філателія, нумізматику, філокартія, фалеристика, геральдика, тематичні зібрання вкладок, календарів та ін. продукції)	37	52,8 5	26	37,1 5	5	7,15	2	2,85
12.	Комп'ютерні програми (ігри, тести, навчально-освітні програми)	17	24,25	24	34,3	23	32,8 5	6	8,6
13.	Пошукові сервіси мережі Інтернет, авторські спортивні блоги (Google, YouTube, Instagram тощо)	4	5,7	11	15,7	21	30	34	48,6
14.	Технічні засоби (мультимедіа, інтерактивна дошка тощо)	13	18,6	22	31,4	21	30	14	20

На першому місці на високому рівні значущості) 37 (52,85%) респондентів зазначили такі засоби, як «Практичні заходи (конкурси, зустрічі, проекти)», 16 респондентів (22,85 %) поставили ці засоби на другий рівень ефективності. «Пошукові сервіси мережі Інтернет, авторські спортивні блоги (Google, YouTube, Instagram тощо)» також виявилися дуже значними засобами теоретичної підготовки, їх відзначили 34 особи (48,6 %). Відкриті лекції, як ефективний засіб були зазначені 27,15% респондентів. «Технічні засоби (мультимедіа, інтерактивна дошка тощо)» обрало 20 % респондентів.

Такі засоби, як «Анімація (мультфільми на спортивну тематику)» – 14,3 %, «Телевізійні програми (новини, спортивні кінофільми та телепрограми)» – 10%, «Документальні та художні фільми» – 11,4 %, «Педагогічне тестування (визначення рівня знань з теоретичної підготовленості)» – 10%, «Збірки наукових статей, навчальні посібники, монографії» – 10 %, на найвищий рівень ефективності поставили майже однакова кількість респондентів від 7 до 10 осіб. Інші засоби теоретичної підготовки «Книги (електронні книги, аудіокниги)», «Довідники, енциклопедії», Комп'ютерні програми (ігри, тести, навчально-освітні програми) виявилися не настільки ефективними за думкою респондентів, які брали участь у нашому дослідженні.

Найменш ефективними засобами сучасної теоретичної підготовки респонденти вважають «Плакати, малюнки, брошури» – 4,3%, «Колекціонування (філателія, нумізматики, філокартія, фалеристика, геральдика, тематичні зібрання вкладок, календарів та ін. продукції)» – 2,85 %.

Результати відповіді на питання, що запропоноване анкетною, *«Вкажіть значущість узагальнених розділів теоретичної підготовки»* представлено в таблиці 3.4.

Щодо значущості розділу «Історія волейболу»: всього 3 волейболісти (4,3 %) віднесли цей розділ до високого рівня значущості (3 бали); 17 респондентів (24,3 %) середній рівень значущості (2 бали), 21 респондент (30%) – надали 1 бал (рівень нижче середнього) та 29 опитуваних (41,4%) – зазначили, що історія не має особливого значення для опанування волейболом.

**Рівень значущості розділів теоретичної підготовки у волейболі  
волейболістів-аматорів та студентів ЗВО фізичної культури і спорту**

№	Розділи теоретичної підготовки	Рівень значущості							
		0 низький		1 нижче середнього		2 середній		3 високий	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
1.	Історія волейболу	29	41,4	21	30	17	24,3	3	4,3
2.	Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів	16	22,9	16	22,9	27	38,5	11	15,7
3.	Загальні основи підготовки спортсменів	4	5,7	10	14,3	21	30	35	50
4.	Зміст спортивної підготовки	8	11,4	14	20	15	21,4	33	47,14
5.	Планування підготовки спортсменів	6	8,6	11	15,7	16	22,85	37	52,85
6.	Змагальна діяльність	6	8,6	5	7,1	13	18,6	46	65,7
7.	Медико-біологічні основи спортивної підготовки	2	2,85	15	21,45	20	28,6	33	47,1
8.	Матеріально-технічне забезпечення	6	8,6	11	15,7	20	28,6	33	47,1
9.	Правила техніки безпеки	9	12,85	7	10	17	24,3	37	52,85

Виникає питання до відповідей респондентів з приводу значущості історії волейболу, телебачення та мережі Інтернет, літературних джерел. На нашу думку, на вищезазначені розділи інформації спортсмени-аматори не звертають увагу, оскільки більшість не має досвіду навчання в ДЮСШ, невеликий волейбольний стаж. Майже 73% респондентів не мають спортивного розряду.

Розділу «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» лише 11 респондентів (16 %) надали найвищий рівень значущості; 27 (38,6 %) – другий рівень значущості, і по 16 (22,9 %) на третій та четвертий рівні.

Щодо значущості розділу теоретичної підготовки «Загальні основи підготовки спортсменів» отримано такі результати – 35 (50 %) респондентів віднесли цей розділ до найвищого рівня значущості, 21 (30%) – на другий рівень, 10 (14,3 %) – на третій рівень; 4 (5,7%) – на самий нижчий. Високий рівень значущості опитувані спортсмени-аматори та здобувачі освіти ЗВО фізичної культури і спорту надали такому розділу як «Зміст спортивної підготовки»: 33 (47,1%) – 3 бали; 15 (21,4%) – 2 бали; 14 (20%) – 1 бал та 8 (11,4 %) – найнижчий – 1 рівень 0 балів.

В ході анкетування розділ теоретичної підготовки «Планування підготовки спортсменів» виявився значущим для 37 респондентів (52,8%), 16 осіб (22,8 %) надали другий рівень значущості; 11 (15,7%) – третій рівень та 6 представників волейболу (8,6 % від загальної кількості) відмітили низький рівень значущості цього розділу для себе.

Розділам теоретичної підготовки «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» – 33 (47,1 %) респондентів, «Матеріально-технічне забезпечення» – 33 (47,1 %) та «Правила техніки безпеки» 37 (52,8 %) надали найвищий рівень значущості.

Найвищий рівень популярності серед опитуваних набув розділ «Змагальна діяльність» – 46 респондентів (65,7 %) відмітили найвищий рівень значущості, 13 (18,6 %) – другий рівень значущості, 5 (7,1 %) – третій рівень значущості, 6 (8,6 %) – найнижчий.

На питання *«Чи повністю, на Вашу думку, вищезазначені розділи формують зміст теоретичної підготовки у волейболі»* 60 (85,7%) респондентів відповіли «так», 10 (14,3%) відповіли «скоріш так, чим ні» і вони надали свої варіанти відповіді, але, нажаль, варіанти відповідей не мають відношення до розділів теоретичної підготовки. Наприклад, деякі респонденти пропонують приділити більше уваги морально-вольовій підготовці (це розділ психологічної підготовки спортсменів), або ж акцентувати увагу на необхідність включення до

теоретичної підготовки вдосконалення технічних елементів (це розділ «Техніка волейболу»). Деякі респонденти не знають, що профілактика травм у волейболі має відношення до розділу теоретичної підготовки «Правила техніки безпеки».

### **3.1.2. Аналіз розподілу часу на самостійне вивчення та самооцінка рівня теоретичних знань з волейболу у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту**

На питання «Скільки часу Ви приділяєте на самостійне вивчення теоретичної інформації з волейболу» 19 респондентів (27,15 %) відповіли, що приділяють 30-60 хвилин; 11 (15,7%) – 1–2 години на тиждень опановують теоретичні знання; 17 (24,3 %) – по 3–4 години на місяць виділяють на ознайомлення з теорією волейболу та 19 (27,15%) спортсменів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту зазначили, що зовсім не цікавляться теоретичною інформацією зі свого виду спорту, 4 респонденти (5,7%) не цікавляться теоретичною підготовкою, оскільки, на їх думку, їм достатньо знань, які вони отримали при навчанні в школі або коледжі (табл. 3.5.).

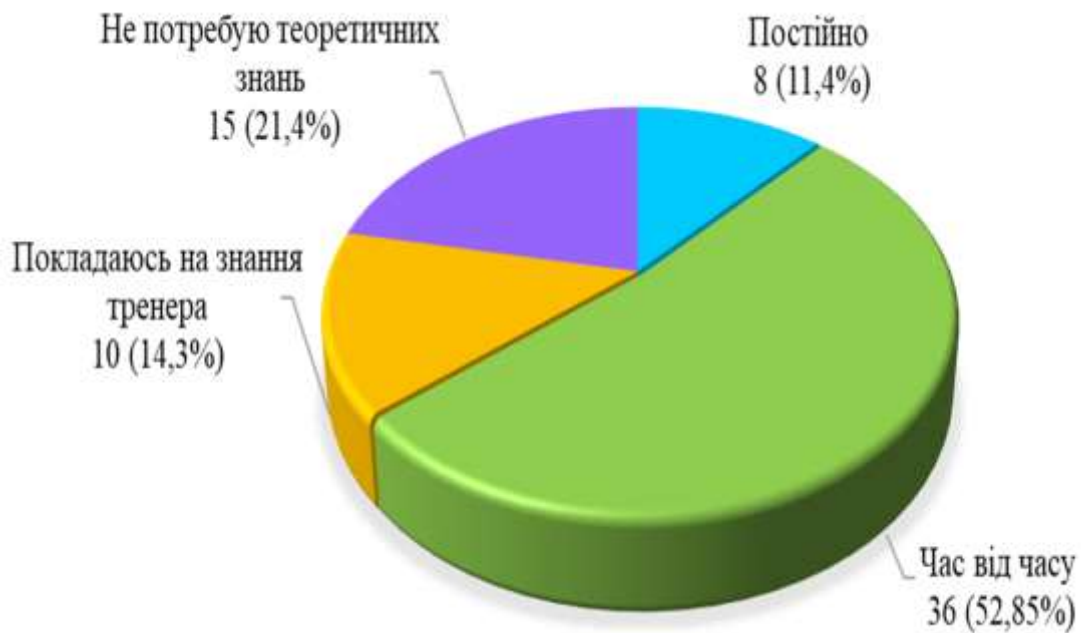
*Таблиця 3.5*

#### **Розподіл часу на самостійне вивчення теоретичних знань волейболу у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту**

Час	Кількість	%
30-60 хвилин на день	19	27,15
1-2 години на тиждень	11	15,7
3-4 години на місяць	17	24,3
Не цікавлюсь теоретичною інформацією зі свого виду	19	27,15
Свій варіант відповіді	4	5,7

Аналіз відповідей опитуваних спортсменів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту на питання «Чи відчуваєте Ви потребу у

набутті теоретичних знань з волейболу?» свідчить, що 15 з них (21,4 %) – зовсім не потребують теоретичних знань, 10 (14,3 %) – покладаються на знання тренера, лише 8 (11,4 %) – постійно мають потребу у набутті теоретичних знань щодо волейболу й 37 (52,8 %) – «час від часу» відчують потребу у набутті теоретичних знань (рис. 3.1).



**Рис. 3.1.** Рівень потреби у набутті теоретичних знань з волейболу у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту (n=70)

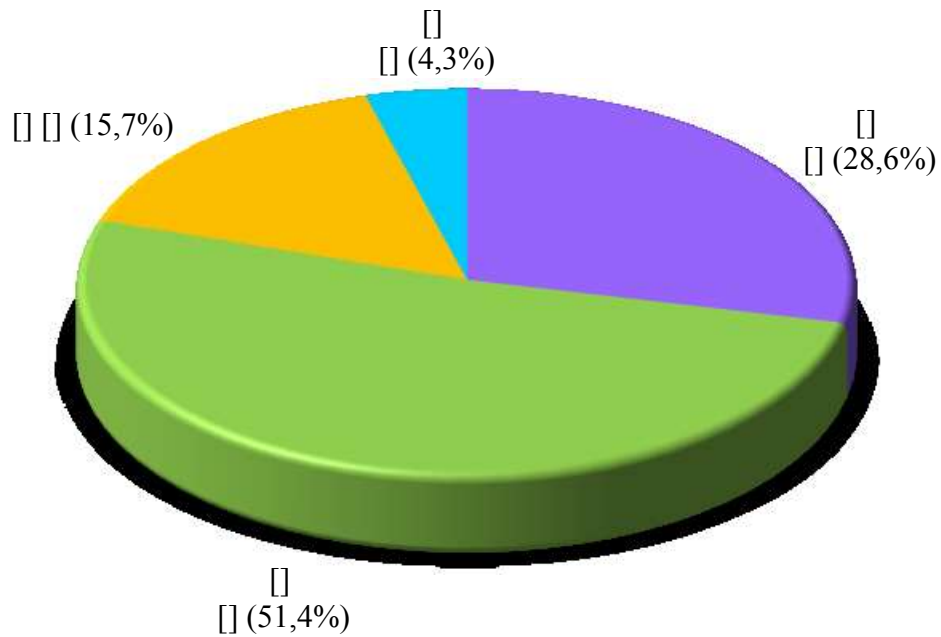
Такий показник рівня узгодженості свідчить про відсутність єдиної думки щодо значущості теоретичної підготовки.

Рівень самооцінки теоретичної підготовленості у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту був таким: високий – 20 (28,6%); середній – 36 (51,4%); нижче середнього – 11 (15,7%); низький – 3 (4,3%) (рис. 3.2.).

Багато авторів з різних видів спорту проводили анкетування щодо визначення ставлення спортсменів або фахівців до різних складових теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні.

Теоретичні аспекти науково обґрунтовано у навчальних посібниках та підручниках з волейболу (Козіна, 2010; Носко, et al., 2015; Циганок, 2022;

Малойван, et al., 2023), однак вони не відповідають вже сучасним умовам дистанційного формату навчання здобувачів вищої освіти. Окрім того, у навчальній програмі для ДЮСШ з волейболу України запропоновано різні теми теоретичної підготовки на кожному етапі багаторічної підготовки (Туровський, et al., 2009).



**Рис. 3.2.** Самооцінка рівня теоретичних знань з волейболу у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту (n=70)

Наприклад, в групах попередньої базової підготовки першого року навчання (вік 11-12 років) на теоретичну підготовку запропоновано 5 тем, які вивчаються протягом 28 годин. В той час як в програмі для ЗЗСО для даного віку запропоновано лише 3 теми, які розкриваються протягом 15-30 уроків залежно від того, як укладена програма школи. Так, наприклад, зміст навчального матеріалу для 6 класу (другий рік навчання волейболу) розкриває лише 3 теми теоретичних відомостей «Місце українського волейболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту», «Значення гравців передньої та задньої лінії» та «Правила безпеки на ігровому майданчику».

На відміну від попередників, наші дослідження більше спрямовані на визначення та порівняння ставлення волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО спеціальності фізичної культури і спорту щодо забезпечення теоретичної підготовки та її впливу на опанування техніко-тактичними прийомами волейболу та їх застосування під час змагальної діяльності. Анкетування спортсменів-аматорів та здобувачів вищої освіти ЗВО фізкультурного профілю підтвердило, що таких знань вони не отримували в процесі попередньої підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО.

Наше дослідження передбачає, що анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізкультурного профілю щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки під час онлайн та офлайн режиму навчально-тренувального процесу дозволить визначити напрями вдосконалення програми підготовки здобувачів спеціальності фізичної культури і спорту під час дистанційної форми навчання.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що сучасний стан теоретичної підготовки волейболістів потребує вдосконалення у відповідності до сучасних тенденцій сьогодення (дистанційна або комбінована форма навчання, воєнний стан тощо).

### **Висновки до розділу 3**

Результати проведених досліджень дозволили вивчити причини низької мотивації студентів до вивчення дисципліни «Теорія та методика волейболу» й визначити шляхи щодо вдосконалення викладання дисципліни теорія і методика волейболу в ЗВО фізичної культури і спорту.

У результаті проведеного анкетування встановлено, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання провідного досвіду із застосування комп'ютерних технологій, як, безпосередньо під час навчального та тренувального процесу, так і під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту.

Порівняння ставлення волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО, які взяли участь в анкетуванні, з приводу визнання пріоритетності засобів теоретичної підготовки, дозволило встановити суттєві відмінності у поглядах респондентів, що в більшому ступені пов'язано з різним рівнем спортивної кваліфікації та низким рівнем попередньої спортивної підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО.

Нами виявлено, що респонденти оцінюють свій рівень самооцінки теоретичної підготовленості у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту був таким: високий – 20 (28,6%); середній – 36 (51,4%); нижче середнього – 11 (15,7%); низький – 3 (4,3%).

У ході дослідження встановлено, що наше припущення щодо необхідності наукового обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу підтверджується потребою у набутті теоретичних знань переважної більшості респондентів, які взяли участь в анкетуванні, та є актуальним питанням, розв'язання якого дозволить підвищити якість підготовки здобувачів вищої освіти спеціальностей фізичної культури і спорт.

Результати даного розділу представлено у публікаціях автора [34, 35, 37].

## РОЗДІЛ 4

# НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ З ВОЛЕЙБОЛУ ПРИ ДИСТАНЦІЙНІЙ ФОРМІ ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У ЗВО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

### 4.1. Наукове обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю

Аналіз літературних джерел свідчить, що різні види підготовки у волейболі постійно вивчаються фахівцями [16, 30, 31, 39, 103], однак теоретичній підготовці порівняно з фізичною, технічною, тактичною, психологічною приділено ще недостатньо наукових досліджень [13, 14, 23, 50, 115].

М.П. Пітиним [142, 144, 146] визначено, що проблематика теоретичної підготовки визначається необхідністю її структурно-функціональних змін, формування моделей систем знань спортсменів у різних групах видів спорту та на різних етапах багаторічної підготовки, розробці комплексу засобів і методів реалізації на різних етапах багаторічної підготовки, методології впровадження, інтеграції в систему підготовки фахівців спорту.

Спеціалізовані заклади вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю та факультети фізичного виховання та спорту України надають освітні послуги майбутнім тренерам з волейболу та вчителям фізичної культури.

Освітній компонент «Теорія і методика спортивних ігор» включено до навчального плану бакалаврів багатьох освітніх програм на спеціальностях 017 – фізична культура і спорт та 014 – середня освіта. Дана дисципліна розроблена для опанування теорією і методикою навчання з метою формування професійно-педагогічних навичок, умінь і отримання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи в різних формах фізичної культури і спорту [106].

Аналіз наукових праць з теоретичної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту свідчить, що низка наукових праць присвячується

питанням теоретико-методичних основ теоретичної підготовки у циклічних видах спорту [12, 13, 15].

У наукових публікаціях представлено наявність різних підходів щодо наукового обґрунтування форм, засобів та методів теоретичної підготовки на прикладі таких видів спорту, як плавання, фехтування, мінібаскетбол, вітрильний спорт [42, 50, 100, 143, 147].

Позитивний вплив форм та засобів теоретичної підготовки на уроках фізичної культури у загальноосвітній середній школі на підвищення мотивації до занять руховою активністю в умовах дистанційного навчання науково обґрунтовано у роботах науковців [43, 44, 49].

Однак дистанційне навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, де саме готують майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту – вчителів фізичної культури та тренерів, потребує більш ретельного розгляду даної проблеми в зв'язку з необхідністю навчити здобувачів методики подачі програмного матеріалу, взаємопов'язувати теоретичну підготовку з фізичною, технічною, тактичною, психологічною, інтегральною видами підготовки, впливати формами, засобами та методами на формування мотивації у дітей, які будуть опановувати волейбол [106, 108].

Тому наукове обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки є достатньо актуальним питанням для вдосконалення системи підготовки майбутніх фахівців з ФКіС та подальших поколінь спортсменів-волейболістів.

У навчальній програмі для ДЮСШ з волейболу України запропоновано різні теми теоретичної підготовки на кожному етапі багаторічної підготовки [183]. Наприклад, в групах попередньої базової підготовки першого року навчання (вік 11-12 років) на теоретичну підготовку запропоновано 5 тем, які вивчаються протягом 28 годин.

У той час як в програмі для ЗЗСО для даного віку запропоновано лише 3 теми, які розкриваються протягом 15-30 уроків залежно від того, як укладена програма школи. Так, наприклад, зміст навчального матеріалу для 6 класу (другий рік навчання волейболу) розкриває лише 3 теми теоретичних

відомостей «Місце українського волейболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту», «Значення гравців передньої та задньої лінії» та «Правила безпеки на ігровому майданчику».

Порівняння ставлення волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО, які взяли участь в анкетуванні, з приводу визнання пріоритетності засобів теоретичної підготовки, дозволило встановити суттєві відмінності у поглядах респондентів, що в більшому ступені пов'язано з різним рівнем спортивної кваліфікації та низьким рівнем попередньої спортивної підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО.

У результаті проведеного анкетування науковцями встановлено, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання провідного досвіду із застосування комп'ютерних технологій, як, безпосередньо під час навчального та тренувального процесу, так і під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту [106].

Ґрунтуючись на визначенні М.П. Пітина: «Теоретична підготовка в спорті є системою для наукового пізнання, яка представлена сукупністю сутностей, суб'єктно-об'єктних відносин із формування спеціальних знань та зв'язками між учасниками педагогічного процесу, що може бути виокремлено з середовища спортивної діяльності на певний час для забезпечення різнобічного вивчення відповідної сторони підготовки спортсменів» [142].

Тому, під час науково-теоретичного обґрунтування структури та змісту теоретичної підготовки нами було враховано:

- існуючі в загальній теорії підготовки спортсменів закономірності, загально-дидактичні та специфічні принципи, функції праці попередників,
- загальну концепцію теоретичної підготовки в спорті [147];
- аналіз навчальних програм з волейболу для ДЮСШ та з фізичної культури для ЗЗСО,
- результати анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту щодо теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі волейболістів,

- експертне оцінювання щодо значущості розділів теоретичної підготовки та ранжирування тем в кожному розділі.

- аналіз навчально-методичні комплекси (НМК) з освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (розділ волейбол)»

- методи, засоби та форми теоретичної підготовки в спорті [144];
- загальнонаукові методи, засоби та форми дистанційного навчання;
- базу даних у соціальних мережах YouTube, Instagram, Facebook, TikTok, Reels та ін.

Нами запропоновано таку програму, яка б навчала здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю розуміти причинно-наслідкові взаємозв'язки формування гри волейбол, як виду спорту та його значущість у фізичному вихованні різних верств населення.

Окрім того, великий акцент робився не тільки на опанування студентами теоретичними знаннями, а й на їх подальше вміння викладати теоретичний матеріал під час реалізації майбутньої професії вчителя фізичної культури або тренера з волейболу при онлайн та офлайн формах навчально-тренувального процесу.

Нами було запропоновано розділити усі теоретичні знання з волейболу, якими повинні опанувати майбутні фахівці з волейболу, на чотири групи, тобто структура теоретичної підготовки може розглядатися у вигляді своєрідної піраміди, що складається з чотирьох рівнів.

Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу» (рис. 4.1).

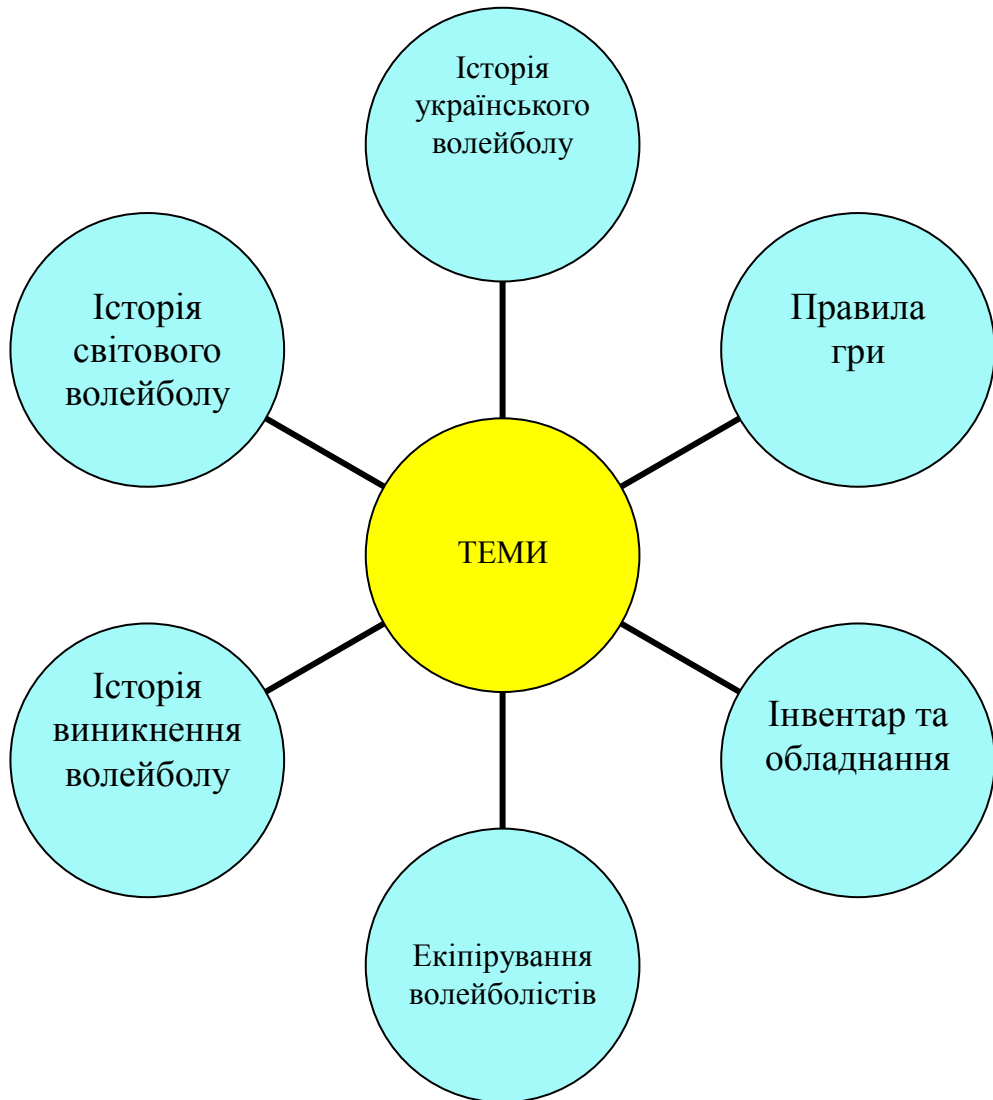


**Рис. 4.1.** Структура теоретичної підготовки з волейболу для здобувачів закладів вищої освіти спеціальностей фізичної культури і спорту при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту.

Якщо розглянути кожний рівень окремо, то «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу» передбачають такі основні теми: «Історія виникнення волейболу»; «Історія світового волейболу»; «Історія українського волейболу»; «Правила гри»; «Інвентар та обладнання»; «Екіпірування волейболістів», «Термінологія волейболу» (рис. 4.2.).

Саме ці знання на думку багатьох авторів необхідні для створення у майбутніх фахівців професійних компетентностей. Окрім того, багато респондентів (41,40 %) під час анкетування зазначили, що для них «Історія розвитку волейболу» не має суттєвого значення, що суперечить фундаментальним працям з теоретичної підготовки у спорті, де тема «Історія

волейболу» - є однією з перших та значущих. Також вважається, що саме історія та яскраві досягнення попередників потужно впливає на формування мотивації до досягнення успіху.



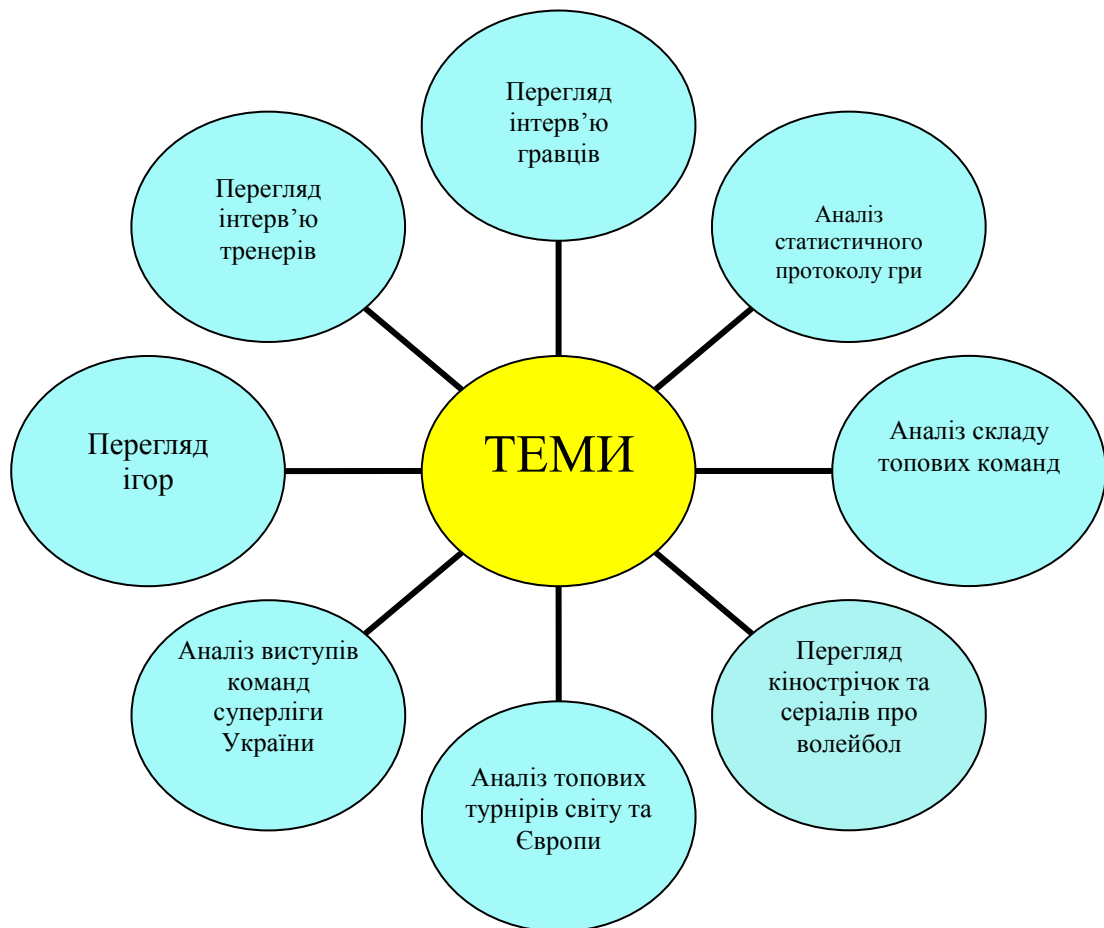
**Рис. 4.2.** Теми першого рівня піраміди «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу»

Другий рівень піраміди у структурі теоретичної підготовки називається «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу». Цей рівень більше включає теми, спрямовані на поглиблене вивчення таких тем: «Системи підготовки волейболістів», «Види підготовки волейболістів», «Ігрові амплуа», «Команда», «Гравець», «Системи розіграшів», «Обладнання, інвентар та тренажерні пристрої» (рис. 4.3).



**Рис. 4.3.** Теми другого рівня піраміди у структурі теоретичної підготовки «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу»

Третій рівень піраміди теоретичної підготовки – «Поточні теоретичні знання з волейболу», на наш погляд, є найбільш суттєвим та мотиваційної спрямованості. До нього включено такі теми: «Перегляд офіційних матчів», «Перегляд інтерв'ю тренерів», «Перегляд інтерв'ю гравців», «Аналіз статистичного протоколу гри», «Аналіз складу топових команд», «Аналіз топових турнірів світу та Європи», «Аналіз виступів команд суперліги України», «Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол» (рис.4.4.).



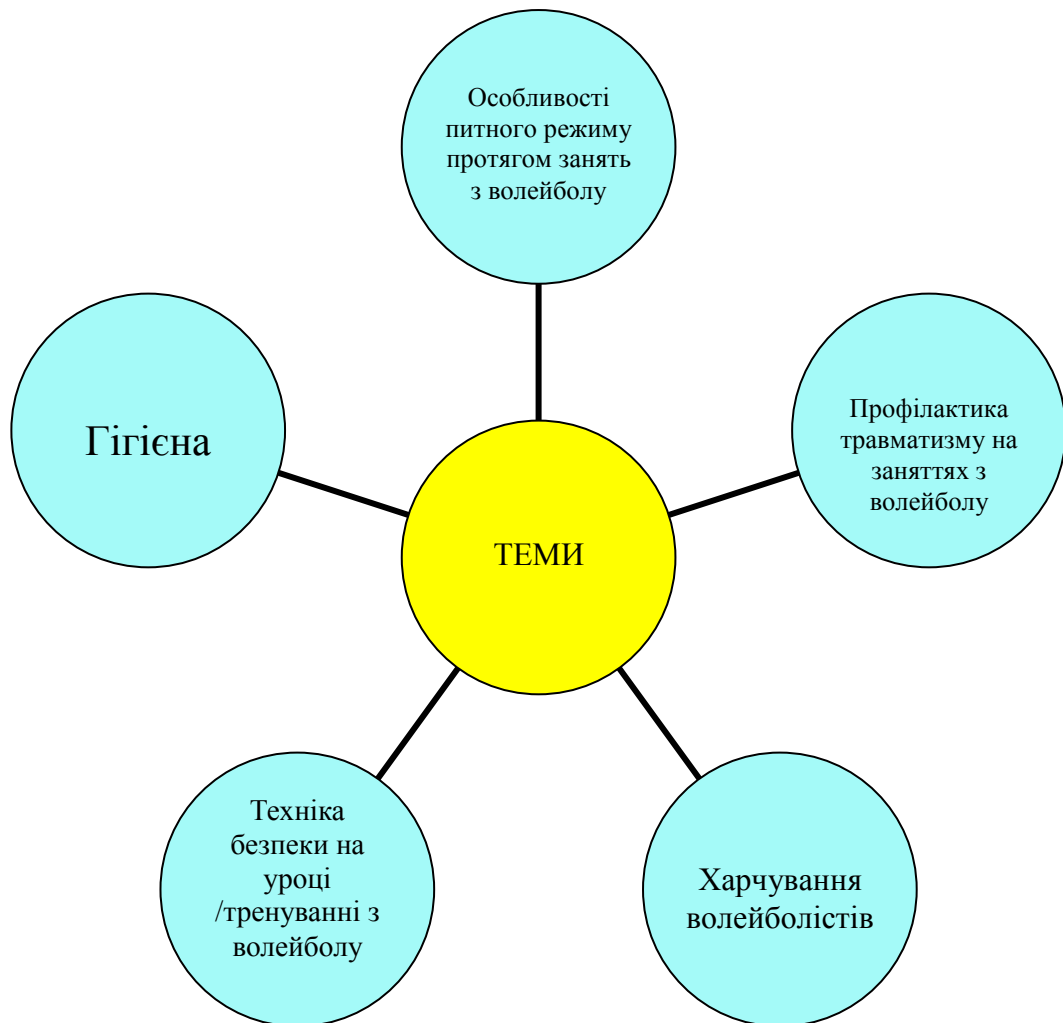
**Рис. 4.4.** Теми третього рівня піраміди у структурі теоретичної підготовки «Поточні теоретичні знання з волейболу»

Четвертий рівень піраміди у структурі теоретичної підготовки - «Допоміжні теоретичні знання з волейболу» включав такі теми: «Гігієна», «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу», «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу», «Харчування волейболістів», «Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу» (рис. 4.5.). Ці теми в більшому ступені спрямовані на запобігання травматизму, збалансованому харчуванню до та після навантаження тощо.

Розроблено та експериментально обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту.

Теоретична підготовка була розроблена з дотриманням основних принципів: дидактичних і специфічних, особливістю теоретичної підготовки

була розробка алгоритму подачі теоретичного матеріалу в дистанційній формі навчального процесу. Структура теоретичної підготовки була представлена у вигляді піраміди, складалася з 4 взаємопов'язаних рівнів. Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу».



**Рис. 4.5.** Темы четвертого рівня піраміди у структурі теоретичної підготовки «Допоміжні теоретичні знання з волейболу»

Зміст теоретичної підготовки складався з форм та засобів для онлайн навчально-тренувального процесу та мав такі характеристики:

а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої;

б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо;

в) методів навчання: методи аналізу конкретних ситуацій; дискусійні методи; методи активізації сприйняття; пошукові та дослідницькі;

г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична;

д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

#### **4.2. Експертне оцінювання рівня значущості теоретичних знань з волейболу**

З метою ранжирування та виявлення рівня значущості кожного рівня знань теоретичної підготовки волейболістів нами було проведене експертне опитування.

Показники значущості теоретичних знань волейболістів за даними експертного опитування розташувались таким чином:

на першому місці – розділ «Фундаментальні знання з волейболу» (7 балів);

на другому місці – розділ «Спеціалізовані знання з волейболу» (15 балів);

третє місце експерти надали розділу «Поточні знання з волейболу» (21 бал);

четверте місце – Допоміжні знання з волейболу (29 бал) (табл. 4.1).

Коефіцієнт конкордації ( $W=1,066$ ,  $p<0,05$ ) свідчить про високий рівень узгодженості думок експертів.

Аналогічним чином, для визначення найбільш значущих тем нами було запропоновано експертам розташувати теми у кожному розділі.

**Значущість теоретичних знань волейболістів за даними експертного  
опитування, n=7**

№	Об'єкт експертизи n=4	Експерти, m=7							$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг	$(\sum_{i=1}^m x_i) - \bar{x}$	$\left( \left( \sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$
		1	2	3	4	5	6	7				
1.	Фундаментальні знання з волейболу	1	1	1	1	1	1	1	7	1	-10,5	110,25
2.	Поточні знання з волейболу	2	3	3	4	3	3	3	21	3	3,5	12,25
3.	Допоміжні знання з волейболу	4	4	4	3	4	4	4	29	4	11,5	132,5
4.	Спеціалізовані знання з волейболу	3	2	2	2	2	2	2	15	2	-2,5	6,25
											Σ	261,25
											W	1,066

Отже за результатами експертної оцінки у розділі «Фундаментальні знання з волейболу» експерти найбільшу значущість надали такій темі, як «Історія виникнення волейболу» (9 балів); на другому місці – тема «Правила гри» (17 балів); третє місце експерти надали темі «Історія світового волейболу» (21 бал); та четверте місце – «Історія українського волейболу» (23 бали), п'яте місце «Інвентар та обладнання» (37 бали), шосте - «Термінологія волейболу» (42 бали) та сьоме місце за значущістю «Екіпірування волейболістів» (47 балів) (табл. 4.2).

Коефіцієнт конкордації ( $W=5,788$ ,  $p<0,05$ ) свідчить про високий рівень узгодженості думок експертів.

**Значущість тем з розділу «Фундаментальні теоретичні знання  
волейболістів» за даними експертного опитування, n=7**

№	Об'єкт експертизи n=7	Експерти, m=7							$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг	$(\sum_{i=1}^m x_i) - \bar{x}$	$\left( \left( \sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$
		1	2	3	4	5	6	7				
1.	«Історія виникнення волейболу»	1	1	1	2	2	1	1	9	1	-47	2209
2.	«Історія світового волейболу»	3	3	3	3	3	3	3	21	3	-35	1939
3.	«Історія українського волейболу»	2	4	4	1	4	4	4	23	4	-33	1089
4.	«Правила гри»	4	2	2	4	1	2	2	17	2	-39	1521
5.	«Інвентар та обладнання»	5	6	5	5	6	5	5	37	5	-19	361
6.	«Екіпірування волейболістів»	7	5	7	7	7	7	7	47	7	-9	81
7.	«Термінологія волейболу»	6	7	6	6	5	6	6	42	6	-14	742
											$\Sigma$	7942
											W	5,788

Ранжирування тем спеціалізованих теоретичних знань з волейболу за експертною оцінкою представлено у таблиці 4.3

**Ранжирування тем фундаментальних теоретичних знань з волейболу за експертною оцінкою**

№	Теми фундаментальних теоретичних знань	$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг
1.	«Історія виникнення волейболу»	9	1
2.	«Правила гри»	17	2
3.	«Історія світового волейболу»	21	3
4.	«Історія українського волейболу»	24	4
5.	«Інвентар та обладнання»	33	5
6.	«Термінологія волейболу»	42	6
7	«Екіпірування волейболістів»	47	7

У розділі «Спеціалізовані теоретичні знання волейболістів» нами було запропоновано 7 тем. Експерти були ознайомлені зі змістом кожної теми, після чого здійснили ранжування їх значущості (табл. 4.4).

Розрахунок коефіцієнту конкордації ( $W=4,612$ ,  $p<0,05$ ) свідчить про високий рівень узгодженості думок експертів.

Таблиця 4.4

**Значущість тем з розділу «Спеціалізовані теоретичні знання волейболістів» за даними експертного опитування, n=7**

№	Об'єкт експертизи n=7	Експерти, m=7							$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг	$(\sum_{i=1}^m x_i) - \bar{x}$	$\left( \left( \sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$
		1	2	3	4	5	6	7				
1	«Системи підготовки волейболістів»	1	2	2	2	2	1	2	12	2	-44	1936
2	«Види підготовки волейболістів»	7	3	3	3	3	3	3	25	3	-31	961

3	«Ігрові ампула»	2	1	1	1	1	2	1	9	1	-47	2209
4	«Команда»	5	4	4	5	5	5	5	33	5	-23	529
5	«Гравець»	4	5	5	4	4	4	4	30	4	-26	676
6	«Системи розіграшів»	3	7	7	7	7	7	6	45	7	-11	121
7	«Тренажерні пристрої»	6	6	6	6	6	6	7	43	6	-13	169
											Σ	6328
											W	4,612

Майже усі експерти, які взяли участь у нашому дослідженні були єдині в думці щодо найвищого рангу темі «Ігрові ампула» (9 балів), далі на другому місці тема «Системи підготовки волейболістів» (12 балів), третє місце посіла тема «Види підготовки волейболістів» (25 балів) (табл. 4.5.).

Таблиця 4.5

**Ранжирування тем спеціалізованих теоретичних знань з волейболу за експертною оцінкою**

№	Теми спеціалізованих теоретичних знань	$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг
1.	«Ігрові ампула»	9	1
2.	«Системи підготовки волейболістів»	12	2
3.	«Види підготовки волейболістів»	25	3
4.	«Гравець»	30	4
5.	«Команда»	33	5
6.	«Тренажерні пристрої»	43	6
7	«Системи розіграшів»	45	7

Четверте місце було надано темі, яка торкається особливостей гравця у волейболі «Гравець» (30 балів), потім тема «Команда», що стосується значення

роботи команди, як єдиного колективу та «командної хімії» (33 бали). На шостому місці опинилася тема «Тренажерні пристрої» (43 бали) та на сьомому – тема «Системи розіграшів».

Значущість тем з розділу «Поточні теоретичні знання волейболістів» за даними експертного опитування представлено у таблиці 4.6.

Таблиця 4.6

**Значущість тем з розділу «Поточні теоретичні знання волейболістів» за даними експертного опитування, n=7**

№	Об'єкт експертизи n=8	Експерти, m=7							$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг	$(\sum_{i=1}^m x_i) - \bar{x}$	$\left( \left( \sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$
		1	2	3	4	5	6	7				
1.	«Перегляд офіційних матчів»	1	1	1	1	2	1	1	8	1	-55	3025
2.	«Перегляд інтерв'ю тренерів»	7	8	8	8	8	8	8	55	8	-8	64
3.	«Перегляд інтерв'ю гравців»	8	7	7	7	7	7	7	50	7	-13	169
4.	«Аналіз статистичного протоколу гри»	6	6	6	6	6	6	6	42	6	-21	441
5.	«Аналіз складу топових команд»	5	5	5	5	3	5	5	33	5	-30	900
6.	«Аналіз топових	4	3	3	3	4	3	3	23	3	-40	1600

	турнірів світу та Європи»												
7.	«Аналіз виступів команд суперліги України»	3	4	4	4	5	4	4	28	4	-35	1225	
8.	«Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол»	2	2	2	2	1	2	2	13	2	-50	2500	
											Σ	9924	
											W	4,822	

Розділ «Поточні теоретичні знання волейболістів» складався з восьми тем, які спрямовані на ознайомлення подій у волейболі, що відбуваються на офіційних матчах, змаганнях міжнародного та вітчизняного рівня тощо.

Експерти вважають, що перше місце повинна займати тема «Перегляд офіційних матчів» (8 балів), друге місце в опануванні теоретичних знань, спрямованих на підвищення мотивації – «Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол» (13 балів), на третьому місці - «Аналіз топових турнірів світу та Європи» (23 бали), четверте місце зайняла тема «Аналіз виступів команд суперліги України» (28 балів), на п'ятому місці – «Аналіз складу топових команд» (33 бали), шостому місці – «Аналіз статистичного протоколу гри» (42 балів). Найнижчими у рангу виявилися такі теми, як «Перегляд інтерв'ю гравців» (50 балів) та «Перегляд інтерв'ю тренерів» (55 балів).

Коефіцієнт конкордації ( $W=4,822$ ,  $p<0,05$ ) свідчить про високий рівень узгодженості думок експертів (табл. 4.7.).

**Ранжирування тем поточних теоретичних знань з волейболу за експертною оцінкою**

№	Теми поточних теоретичних знань	$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг
1.	«Перегляд офіційних матчів»	8	1
2.	«Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол»	13	2
3.	«Аналіз топових турнірів світу та Європи»	23	3
4.	«Аналіз виступів команд суперліги України»	28	4
5.	«Аналіз складу топових команд»	33	5
6.	«Аналіз статистичного протоколу гри»	42	6
7.	«Перегляд інтерв'ю гравців»	50	7
8.	«Перегляд інтерв'ю тренерів»	55	8

Значущість тем з розділу «Допоміжні теоретичні знання волейболістів» за даними експертного опитування представлено у таблиці 4.8.

Таблиця 4.8

**Значущість тем з розділу «Допоміжні теоретичні знання волейболістів» за даними експертного опитування, n=7**

№	Об'єкт експертизи n=5	Експерти, m=7							$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг Г	$(\sum_{i=1}^m x_i) - \bar{x}$	$\left( \left( \sum_{i=1}^m x_i \right) - \bar{x} \right)^2$
		1	2	3	4	5	6	7				
1.	«Гігієна»	2	1	3	2	1	2	2	13	2	-29	841
2.	«Особливості питного режиму протягом занять з волейболу»	4	4	4	5	4	4	3	28	4	-14	196

3.	«Профілактика травматизму на заняттях з волейболу»	3	3	1	3	3	3	5	21	3	-21	441
4.	«Харчування волейболістів»	5	5	5	5	5	5	4	34	5	-8	64
5.	«Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу»	1	2	2	1	2	1	1	10	1	-32	1024
											Σ	2566
											W	5,236

Перше місце в даному розділі теоретичної підготовки волейболістів посіла тема «Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу» (10 балів), яка на думку експертів є найбільш значущою для майбутньої професії здобувачів ЗВО фізкультурного профілю. Друге місце зайняла тема «Гігієна» (13 балів), потім на третьому місці «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу» (21 бал) (табл. 4.9.).

Таблиця 4.9

**Ранжирування тем допоміжних теоретичних знань з волейболу за експертною оцінкою**

№	Теми допоміжних теоретичних знань	$\sum_{i=1}^m x_i$	Ранг
1.	«Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу»	10	1
2.	«Гігієна»	13	2
3.	«Профілактика травматизму на заняттях з волейболу»	21	3
4.	«Особливості питного режиму протягом занять з волейболу»	28	4
5.	«Харчування волейболістів»	34	5

Передостаннє четверте місце було у теми «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу» (28 балів) та на п'ятому місці у рангу була тема «Харчування волейболістів» (34 бали). Коефіцієнт конкордації ( $W=5,236$ ,  $p<0,05$ ) свідчить про високий рівень узгодженості думок експертів

Результати експертної оцінки було враховано під час розподілу змісту теоретичної підготовки, як в загальній структурі, так і у кожному з чотирьох розділів авторської методики.

#### **4.3. Зміст теоретичної підготовки з волейболу, як засіб мотивації до занять спортом для здобувачів ЗВО фізкультурного профілю при дистанційній формі навчання**

Зміст теоретичної підготовки з волейболу було розподілене на 10 занять, з яких 9 практичних та 1 – контрольне.

Для кожного заняття нами було розроблено зміст, який відрізнявся саме поєднанням усіх 4 рівнів знань на одному занятті. Таким чином при дистанційному навчанні можливо тримати та переключати концентрацію уваги здобувачів і проводити заняття на більш піднесеному емоційному фоні.

Зміст теоретичної підготовки складався з засобів для онлайн навчально-тренувального процесу та мав такі характеристики:

а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої;

б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо;

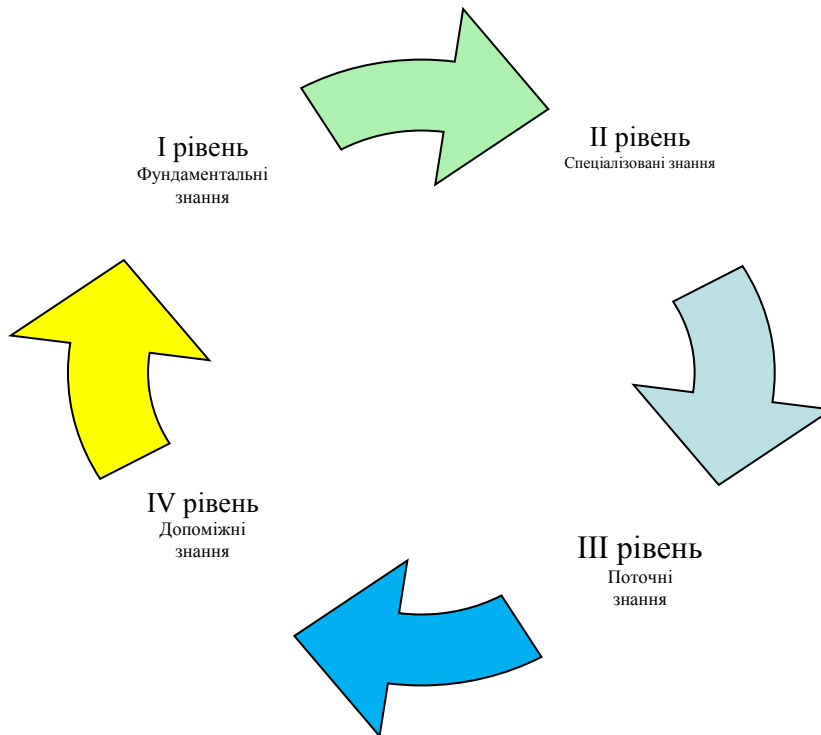
в) форм організації занять з теоретичної підготовки: групові та самостійні;

г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, тактична;

д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

Основним принципом було те, що в кожному занятті повинні були бути засоби з чотирьох рівнів теоретичних знань.

Взаємозв'язок тем теоретичної підготовки на окремому навчальному занятті з «Теорії та методики спортивних ігор (волейбол)» при дистанційній формі навчання.



**Рис. 4.6.** Взаємозв'язок тем теоретичної підготовки на окремому навчальному занятті з Теорії та методики спортивних ігор (волейбол) при дистанційній формі навчання.





У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (20 хвилин) нами було запропоновано дві теми на першому занятті «Історія виникнення волейболу» та «Історія розвитку волейболу в Україні». Дані теми були забезпеченні наочним матеріалом, а саме Презентація PowerPoint з історії виникнення волейболу та відео на YouTube «Історія розвитку волейболу в Україні» <https://www.youtube.com/watch?v=vbEasUulhvY>.

У розділі «Спеціалізовані знання з волейболу» (29 хвилин) нами було запропоновано дві теми що стосувались навчання техніки гри, а саме «Методика навчання стійкам та переміщенням» та «Загально-розвивальні вправи на уроці з волейболу». До цих тем студентам було продемонстровано

відео <https://www.youtube.com/watch?v=ky28WjQ3MvM>. (комплекс ЗРВ під час навчально-тренувального заняття в групі юнаків 15-16 років).

Схема навчального заняття №1 з волейболу при дистанційній формі навчання представлена у рис 4.7.

**Схема навчального заняття №1 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст /теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Техніка безпеки на уроці або тренуванні з волейболу	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=JdUHZb7PK1s">https://www.youtube.com/watch?v=JdUHZb7PK1s</a> техніка безпеки відео	3 хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GxX1tNswxjk">https://www.youtube.com/watch?v=GxX1tNswxjk</a> техніка безпеки відео 3 хвилини	3 хв
Поточні знання	Презентація Чемпіонату України з волейболу (ПВЛУ)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=aeGkCDXwHhE">https://www.youtube.com/watch?v=aeGkCDXwHhE</a>	15 хв
	Знайомство з сайтом федерації волейболу України	<a href="https://pvlu.org/uk/documents">https://pvlu.org/uk/documents</a> ФВУ	10 хв
Спеціалізовані знання	Методика навчання стійкам та переміщенням	 начання стійкам та переміщенням в русі	12 хв
	Загально-розвивальні вправи на уроці з волейболу	 розминка в парах.mp4	2хв
		 розминка в парах та інд з предметами	5хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ky28WjQ3MvM">https://www.youtube.com/watch?v=ky28WjQ3MvM</a>	10хв
Фундаментальні знання	Історія виникнення волейболу Презентація Історія розвитку волейболу в Україні	 Презентація Історія ББ кафедра.pptx	10 хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vbEasUulhvY">https://www.youtube.com/watch?v=vbEasUulhvY</a>	10хв

**Рис. 4.7.** Схема навчального заняття №1 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту.

У розділі «Поточні знання з волейболу» (25 хвилин) нами було запропоновано дві теми, що забезпечені наочним матеріалом на першому занятті «Презентація Чемпіонату України з волейболу (ПВЛУ)» <https://www.youtube.com/watch?v=aeGkCDXwHhE> ( анонс чемпіонату України з волейболу в м. Чернівці сезон 2022-23 канал Dmart ) та «Знайомство з сайтом федерації волейболу України» <https://pvl.org/uk/documents>. ( офіційна сторінка ПВЛУ- новини, документи, змагання)

«Допоміжні знання з волейболу» (6 хвилин) охоплювало важливу та першочергову тему «Техніка безпеки на уроці або тренуванні з волейболу». До цієї теми було запропоновано переглянути два відео за посиланнями <https://www.youtube.com/watch?v=JdUHZb7PKls> та <https://www.youtube.com/watch?v=GxX1tNswxjk> .( отримання необхідних знань та навичок з техніки безпеки під час занять з волейболу в системі он лайн та дистанційного навчання).









Наочний матеріал з коментарем викладача забезпечував сприйняття матеріалу та аналізу кожної складової обраної теми.

Аналогічним чином було побудовано наступне заняття. Зміст навчального заняття №2 з волейболу при дистанційній формі навчання представлено у рис. 4.8.

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (11 хвилин) нами було запропоновано три теми на другому занятті презентації «Правила гри «Малюкбол» <https://www.youtube.com/watch?v=68SII98ft6E> (спрощені правила гри для початківців та учнів молодших класів) та «Правила гри волейбол, розташування та переходи» <https://www.youtube.com/watch?v=GLw6cn-Ujhl>, ( пояснення основних правил з волейболу згідно вимогам програми з фізичної культури шкіл України 5-6 класів). Особливу увагу приділили ознайомленню з методичною розробкою «Волейбол. Олімпійці серед нас. Кодекс волейболу / В. В. Сердечний, З. А. Нодиршоева. – Методич. розробка з дисципліни «Фізичне виховання». – Харків, ХКТК НТУ «ХП»; Сєверськодоонецьк, КДЮСШ № 3 «Олімпія». – 2019. – 67с.), у якій представлена не тільки історія виникнення

волейболу, а й опис розвитку волейболу в Україні, історія топових команд та знайомство з українськими волейболістами – олімпійськими чемпіонами».

**Схема навчального заняття №2 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст /теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
<b>Допоміжні знання</b>	Фільм про олімпійського чемпіона Юрія Пояркова	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=daPctsU3uII">https://www.youtube.com/watch?v=daPctsU3uII</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=B96zFLwGU4U">https://www.youtube.com/watch?v=B96zFLwGU4U</a>	<b>34</b>
	Профілактика травматизму на заняттях з волейболу	 Ефективність розминки для заг..	<b>5 хв</b>
	Розминка перед роботою з м'ячами	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pLQAWI6q8kM">https://www.youtube.com/watch?v=pLQAWI6q8kM</a>	<b>3 хв.</b>
	Вправи з м'ячами різного об'єму та ваги	<a href="https://naurok.com.ua/mayster-klas-cikaviy-voleybol-325664.html">https://naurok.com.ua/mayster-klas-cikaviy-voleybol-325664.html</a>	<b>5 хв.</b>
<b>Поточні знання</b>	Еволюція подачі у волейболі	 Еволюція подачі.mp4	<b>5 хв</b>
	Історичні і сучасні аспекти розвитку обладнання, інвентарю та екіпірування у волейболі	 Доповідь1.pptx	<b>8 хв</b>
<b>Спеціалізовані знання</b>	Методика навчання нижньої прямої подачі	 Нижня прямо подача у домашніх умовах.mp4	<b>5 хв</b>
	Повторення стійок та переміщень; навчання передачі м'яча двома руками зверху	 Методика навчання нижньої прямої подачі.mp4	<b>4 хв</b>
		 Навчання переміщенню.mp4	<b>5хв</b>
		 Повторення стійок та переміщень.mp4	<b>18 хв</b>
<b>Фундаментальні знання</b>	Правила гри «Малюкбол» Правила гри, розташування та переходи.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=68SII98ft6E">https://www.youtube.com/watch?v=68SII98ft6E</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GLw6cn-Ujhl">https://www.youtube.com/watch?v=GLw6cn-Ujhl</a>	<b>3 хв</b> <b>5 хв</b>
	Українські волейболісти – олімпійські чемпіони.	 Методична розробка Олімпійці	<b>3 хв</b>

**Рис. 4.8.** Схема навчального заняття №2 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту

Детальний аналіз даного заняття свідчить про наявність у ньому цікавих тем та вирішення завдань теоретичної та технічної підготовки при дистанційній формі навчального процесу у закладах вищої освіти фізкультурного профілю, у яких світогляд здобувачів щодо пізнання виду спорту, який він буде викладати у майбутньому, повинен бути набагато ширше, ніж у здобувачів інших спеціальностей в інших ЗВО.

Тому на кожному занятті зміст тем формувався таким чином, щоб прищепити студентам любов до майбутньої професії і до волейболу.

«Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу» (32 хвилин) на занятті №2 були забезпечені такими темами: «Методика навчання нижньої прямої подачі» та «Повторення стійок та переміщень; навчання передачі м'яча двома руками зверху». До цих тем студентам було продемонстровано відео (розповідь та показ фаз техніки, виконання нижньої прямої подачі в домашніх умовах студентами під час дистанційного навчання; відео з італійського сайту, де юні спортсменки вивчають стійки та переміщення в спрощених умовах та з м'ячем).

Розділ «Поточні знання з волейболу» (13 хвилин) було забезпечено відеоматеріалами до двох тем «Еволюція подачі у волейболі», (powervolleyballofficial) «Історичні і сучасні аспекти розвитку обладнання, інвентарю та екіпірування у волейболі», студентам було продемонстровано презентацію у PowerPoint.

«Допоміжні знання з волейболу» (24 хвилин) містили чотири складових. Першою було - перегляд документального фільму фільм про дворазового олімпійського чемпіона та бронзового призера олімпіади, почесного громадянина міста Харків - Юрія Пояркова <https://www.youtube.com/watch?v=daPctsU3uII>.

Не менш важливим на заняттях з волейболу є профілактика травматизму та добра розминка перед роботою з м'ячами, тому нами було обрано такі теми, як «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу» <https://www.youtube.com/watch?v=B96zFLwGU4U> та «Розминка перед роботою з м'ячами» <https://www.youtube.com/watch?v=pLQAWI6q8kM>.

На відео студенти могли побачити особливості розминки в русі перед тренуванням, особливості кожної вправи, яка допомагає запобігти травматизму та зробити уроки та тренування з волейболу ще більш ефективними та корисними для здоров'я та гармонійного фізичного розвитку тих, хто ним займається. Окрім того, здобувачі були забезпечені методичною розробкою щодо розминки у волейболі з комплексами спеціалізованих вправ.

Тема «Вправи з м'ячами різного об'єму та ваги» є дуже актуальною як для розвитку специфічної здібності «почуття м'яча», що притаманна ігровим видам спорту та волейболу зокрема, так і для розвитку координаційних здібностей. До цієї теми було запропоновано переглянути відео за посиланнями <https://naurok.com.ua/mayster-klas-cikaviy-voleybol-325664.html> (Презентація вчителя Южноукраїнського ліцею №4 Котик Оксани Віталіївни).



Схема навчального заняття №3 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту представлена на рис. 4.9.

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (10 хвилин) нами було запропоновано дві теми на другому занятті.

Перша тема «Чоловіча збірна України з волейболу» була присвячена вивченню гравців збірної команди країни та їх досягненням, було продемонстровано відео за посиланням [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0\\_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0\\_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8\\_%D0%B7\\_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83) та здійснено аналіз.

Ця тема дозволяла студентам змінити уявлення про можливості волейболістів на вітчизняній та міжнародній арені (Знайомство з сайтом Вікіпедія. Чоловіча збірна України з волейболу, починаючи з 1991 року).

**Схема навчального заняття №3 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст / теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Профілактика травматизму під час занять	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=UTOF_6qdcqA">https://www.youtube.com/watch?v=UTOF_6qdcqA</a>	2 хв
	Гігієнічні вимоги до підготовки спортсменів у волейболі	<a href="http://4ua.co.ua/sport/sa2ac68b5c43b88421206d36_0.html#google_vignette">http://4ua.co.ua/sport/sa2ac68b5c43b88421206d36_0.html#google_vignette</a>	4 хв
Поточні знання	Фільм про життя українських волейболістів під час повномасштабної війни	 "24" - Фільм про життя українських во.	43 хв
Спеціалізовані знання	Методика навчання передачі м'яча двома руками зверху та знизу <u>Валерію Вермільо</u>	<a href="https://www.youtube.com/watch?app=desktop&amp;v=13JTgN4GDRg&amp;t=72s">https://www.youtube.com/watch?app=desktop&amp;v=13JTgN4GDRg&amp;t=72s</a>	6хв
	Методика навчання верхньої прямої подачі <u>(Гамова)</u>	 методика навчання передачі м'яча двома	8хв
		<a href="https://youtu.be/HUUv_WUvwg4">https://youtu.be/HUUv_WUvwg4</a>	7хв
Фундаментальні знання	Чоловіча збірна України з волейболу	<a href="https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83">https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83</a>	5хв
	Жіноча збірна України з волейболу	<a href="https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83">https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83</a>	5хв

**Рис. 4.9.** Схема навчального заняття №3 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту

Друга тема стосувалась аналізу складу жіночої української збірної команди «Жіноча збірна України з волейболу»  
<https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0>

[%B0%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83.](#)

(Знайомство з сайтом Вікіпедія. Жіноча збірна України з волейболу, починаючи з 1991 року). Перегляд та аналіз чоловічої та жіночої збірних на одному занятті дозволив дотримуватися гендерної рівності.

«Спеціалізовані знання з волейболу» (21 хвилина) на занятті №3 були забезпечені такими темами: «Методика навчання передачі м'яча двома руками зверху та знизу Валеріо Вермільо» (майстер клас від призера Олімпійських ігор, зв'язуючого Валеріо Вермільо)

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=13JTgN4GDRg&t=72s> та

«Правила прийому і тактика подачі. Школа волейболу від Академії "Прометей"

[https://www.youtube.com/watch?v=vzhIaketRPQ&ab\\_channel=DIVISPORT](https://www.youtube.com/watch?v=vzhIaketRPQ&ab_channel=DIVISPORT)

До цих тем студентам було продемонстровано навчальне відео від волейбольної академії «Прометей».

Розділ «Поточні знання з волейболу» (43 хвилини) було забезпечено переглядом кінострічки «Фільм про життя українських волейболістів під час повномасштабної війни».

У даному фільмі проводиться аналіз підготовки чоловічої збірної України до чемпіонату Європи під час початку бойових дій, волонтерство, та зустрічі і допомога співвітчизникам.

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (6 хвилин) містив дві теми. Першою була тема «Профілактика травматизму під час занять»

[https://www.youtube.com/watch?v=UTOF\\_6qdcqA](https://www.youtube.com/watch?v=UTOF_6qdcqA), дане відео тривало 2 хвилини

(на допомогу вчителям та майбутнім фахівцям в організації уроку з волейболу).

Друга тема «Гігієнічні вимоги до підготовки спортсменів у волейболі» була забезпечена відеоматеріалом тривалістю 4 хвилини

[https://vseosvita.ua/library/metodychna-rozrobka-osnovni-hihienichni-vymohy-do-](https://vseosvita.ua/library/metodychna-rozrobka-osnovni-hihienichni-vymohy-do-sportyvnoho-inventariu-obladnannia-i-pokryttia-pidloh-sportyvnykh-sporud-598843.html)

[sportyvnoho-inventariu-obladnannia-i-pokryttia-pidloh-sportyvnykh-sporud-](https://vseosvita.ua/library/metodychna-rozrobka-osnovni-hihienichni-vymohy-do-sportyvnoho-inventariu-obladnannia-i-pokryttia-pidloh-sportyvnykh-sporud-598843.html)

[598843.html](https://vseosvita.ua/library/metodychna-rozrobka-osnovni-hihienichni-vymohy-do-sportyvnoho-inventariu-obladnannia-i-pokryttia-pidloh-sportyvnykh-sporud-598843.html)(

Методична розробка: "Основні гігієнічні вимоги до спортивного інвентарю, обладнання і покриття підлог спортивних споруд".

Схему навчального заняття №4 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту представлено на рис. 4.10.

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (31 хвилина) нами було запропоновано дві теми на другому занятті. Перша тема «Правила гри (стислий огляд), методика суддівства та жести суддів», було продемонстровано відео за посиланням <https://www.youtube.com/watch?v=oTiHuS8QUFI>

та здійснено детальний аналіз та закріплення на рівні імітації та відтворення жестів.

Друга тема стосувалась аналізу складу жіночої української збірної команди «Знайомство з технічними пристроями у волейболі» [https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm\\_content=DAFCdsfZIs0&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm_content=DAFCdsfZIs0&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)




«Спеціалізовані знання з волейболу» (49 хвилин) на занятті №4 містили такі 3 теми:

- перша тема – «Знайомство з амплуа у волейболі» до якої було наступне відео <https://naurok.com.ua/prezentaciya-amplua-rol-gravciv-u-voleyboli-278522.html> ( презентація «Амплуа у волейболі та характеристика гравців цієї функції»);

- друга тема – «Методика навчання передачі та прийому двома руками знизу» представлено на відео з італійського сайту, де продемонстровані вправи початкового етапу навчання;

- третя тема – «Повторення методики навчання всіх видів подач» представлена за посиланням <https://www.youtube.com/watch?v=1WEG0q20iZI>; [https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM\\_D0](https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM_D0).

**Схема навчального заняття №4 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст /теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Особливості харчування та вимоги до питного режиму спортсменів	<a href="https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7474644810264087810">https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7474644810264087810</a> Василь Тупчий про харчування <a href="https://yvetana.cx.ua/articles/pravilne-zvolozhennja-ta-harchuvannja.html">https://yvetana.cx.ua/articles/pravilne-zvolozhennja-ta-harchuvannja.html</a> <a href="https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv">https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv</a>	16хв
Поточні знання	Перегляд інтерв'ю з Юрієм Семенюком (гравець зб. України)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fd-HVPGU26U">https://www.youtube.com/watch?v=fd-HVPGU26U</a>	42хв (20 хв)
Спеціалізовані знання	Знайомство з амплуа у волейболі	 Амплуа волейболістів.mp4 <a href="https://naurok.com.ua/prezentaciya-amplua-rol-gravciv-u-voleyboli-278522.html">https://naurok.com.ua/prezentaciya-amplua-rol-gravciv-u-voleyboli-278522.html</a>	13хв
	Методика навчання передачі та прийому двома руками знизу	 Іспанія.mp4	5хв  25хв
	Повторення методики виконання всіх видів подач	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1WEG0q20iZI">https://www.youtube.com/watch?v=1WEG0q20iZI</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM_D0">https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM_D0</a>	3хв 3хв
Фундаментальні знання	Правила гри (стислий огляд), методика суддівства та жести суддів	 Жести суддів у волейболі_Модуль В <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oTiHuS8QUFI">https://www.youtube.com/watch?v=oTiHuS8QUFI</a>	8хв
	Знайомство з технічними пристроями у волейболі	<a href="https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm_content=DAFCdsfZIs0&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton">https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm_content=DAFCdsfZIs0&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton</a>	12хв 11хв

**Рис. 4.10.** Схема навчального заняття №4 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту

«Поточні знання з волейболу» (20 хвилин) на четвертому занятті полягали у перегляді інтерв'ю із гравцем збірної України з волейболу – Юрієм Семенюком (інтерв'ю із гравцем в повному обсязі давалось для самостійного перегляду)

[https://www.youtube.com/watch?v=fd-HVPGU26U&ab\\_channel=%D0%A1%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%83](https://www.youtube.com/watch?v=fd-HVPGU26U&ab_channel=%D0%A1%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D1%83).

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (16 хвилин) присвячено особливостям харчування та вимогам до питного режиму спортсменів. Здобувачам було запропоновано декілька відео і для самостійного перегляду у якості домашнього завдання за посиланнями: <https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7474644810264087810> (сайт гравця збірної України Василя Тупчія) <https://yvetana.cx.ua/articles/pravilne-zvolozhennja-ta-harchuvannja.html> <https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv>.

Схема навчального заняття №5 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту (рис. 4.11.).


У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (10 хвилин) нами було запропоновано дві теми на другому занятті. Перша тема «Написання плану-конспекту з волейболу (підготовча частина ЗРВ з м'ячами)», було використано електронний приклад написаного план-конспекту з волейболу у методичних рекомендаціях («Волейбол та баскетбол на уроках фізичної культури в закладах загальної середньої освіти» /Розробники: І.А. Раковська, В.В. Грюкова. А.В. Мицак – Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2018. – 56 с. )

«Спеціалізовані знання з волейболу» (32 хвилини) на занятті №5 були присвячені методиці навчання нападаючому удару у волейболі. Протягом викладання даної теми застосовувались такі відео «Показ техніки нападаючого удару видатними волейболістами світу» другим наочним засобом була Презентація у PowerPoint <https://naurok.com.ua/prezentaciya-napadayuchiy-udar-ataka-322520.html> , «Методика навчання прямому нападаючому удару у волейболі», що висвітлювала покрокову методу навчання. Також окремо було показано відео « 14 вправ для відпрацювання розбігу та ударного руху нападаючого удару» <https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA> <https://www.youtube.com/watch?v=m3nkA631sZ4>

«Поточні знання з волейболу» (23 хвилини) на п'ятому занятті полягали у вивченні теми «Знайомство з поняттями та термінами волейболу» для цього використовувались методичні рекомендації «Словник-довідник основних термінів і понять з дисципліни «Теорія і методика волейболу» /

І.А. Раковська, А.В. Мицак, О.А. Кіреєв, Я.В. Малоїван – Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2021. 40 с [161].

**Схема навчального заняття №5 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст / теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Презентація «Засоби відновлення і підвищення працездатності в процесі підготовки спортсменів в ігрових видах спорту»	<a href="https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm_content=DAFaj8PBUHM&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton">https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm_content=DAFaj8PBUHM&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton</a> <a href="https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntcjjS35Ta_X5elh">https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntcjjS35Ta_X5elh</a>	10хв
	Профілактика травматизму (сайт Василя Тупчія-діагонального зб. України)	<a href="https://www.instagram.com/reel/C9r_8x4KyuI/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==">https://www.instagram.com/reel/C9r_8x4KyuI/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==</a> вправи з гумою для ніг <a href="https://www.instagram.com/reel/DBi1zI_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==">https://www.instagram.com/reel/DBi1zI_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==</a> Ишикава розминка для ніг	5 хв
Поточні знання	Знайомство з поняттями та термінами волейболу	Словник-довідник основних термінів і понять з дисципліни «Теорія і методика волейболу» / І.А. Раковська, А.В. Мицак, О.А. Кіреєв, Я.В. Малоїван – Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2021. – 40 с. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4">https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4</a>	10хв
	Перегляд кінострічок та аніме про волейбол	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4">https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4</a>	13хв
Спеціалізовані знання	Показ техніки нападаючого удару видатними волейболістами світу	 Аналіз техніки виконання нападаю...mp4 <a href="https://naurok.com.ua/prezentaciya-napadayuchiy-udar-ataka-322520.html">https://naurok.com.ua/prezentaciya-napadayuchiy-udar-ataka-322520.html</a>	9хв
	Презентація «Методика навчання прямому НУ»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA">https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA</a>	9хв
	Вправи для відпрацювання розбігу нападаючого удару	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=m3nkA631sZ4">https://www.youtube.com/watch?v=m3nkA631sZ4</a>	4хв
Фундаментальні знання	Написання плану-конспекту з волейболу (підготовча частина ЗРВ з м'ячами)	<a href="#">A1-0000-32-P4-18.docx</a> Волейбол та баскетбол на уроках фізичної культури в закладах загальної середньої освіти /Розробники: І.А. Раковська, В.В. Грюкова, А.В. Мицак – Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2018. – 56 с	10 хв

**Рис. 4.11.** Схема навчального заняття №5 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту

Також актуальним засобом теоретичної підготовки сучасної молоді є перегляд кінострічок та аніме про волейбол. Нами було запропоноване відео

ТОП 10 найсильніших волейболістів у світі (Хіната, Бокуто, Тобіо. Нишиноя, Ойкава, Атсуму Мия та інші:)

[https://www.youtube.com/watch?v=T\\_NbpC6Jts4&ab\\_channel=RANDELL](https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4&ab_channel=RANDELL)

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (15 хвилин) у даному занятті було присвячено темі «Засоби відновлення і підвищення працездатності в процесі підготовки спортсменів в ігрових видах спорту»

[https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE\\_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm\\_content=DAFaj8PBUHM&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton\(презентація П.Чеховича\);](https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm_content=DAFaj8PBUHM&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton(презентація П.Чеховича);)

[https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntcjjS35Ta\\_X5elh](https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntcjjS35Ta_X5elh) ( блог волейбольні травми)

Другою темою було «Профілактика травматизму», відео-матеріали до вивчення цієї була запозичена на професійному сайті діагонального національної збірної України з волейболу Василя Тупчия: вправи з гумою для ніг [https://www.instagram.com/reel/C9r\\_8x4Kyul/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==](https://www.instagram.com/reel/C9r_8x4Kyul/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==) розминка для ніг капітана збірної Японії Юкі Ішикава [https://www.instagram.com/reel/DBi1zI\\_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==Ишикава](https://www.instagram.com/reel/DBi1zI_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==Ишикава)

Структура та зміст навчального заняття №6 представлено на рисунку 4.12. У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (15 хвилин) нами було запропоновано розглянути інтерпретації змін у правилах волейболу «Нові додатки до правил (2021-2024; 2024-2028)»

[https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/презентація\\_Федчишина\\_М.М.](https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/презентація_Федчишина_М.М.)


«Спеціалізовані знання з волейболу» (45 хвилин) на занятті №6 були забезпечені такими темами: «Методика навчання прямому нападаючому удару; техніко-тактичні вправи від Волейбольної Академії Прометей». Дана волейбольна академія на своєму YouTube каналі розташувала 10 уроків волейболу з розглядом техніки виконання технічних прийомів волейболу, що є достатньо зручним під час дистанційного навчання.

<https://www.youtube.com/watch?v=iOPryepYcfw>

<https://www.youtube.com/watch?v=SXycYbWQwIw>

<https://www.youtube.com/watch?v=1ZKVMkuJ5os>

**Схема навчального заняття №6 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст / теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Покращення фізичної підготовки спортсменів-юнаків на основі корекції раціону харчування	<a href="https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/3628">https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/3628</a>	10 хв
Поточні знання	Аналіз топових змагань світу та Європи	 підсумки ОІ 2024.docx	10 хв
Спеціалізовані знання	Методика навчання прямому нападаючому удару; техніко-тактичні вправи Академія Прометей	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=iOPryepYcfw">https://www.youtube.com/watch?v=iOPryepYcfw</a>	15 хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SXycYbWQwIw">https://www.youtube.com/watch?v=SXycYbWQwIw</a>	15 хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1ZKVMkuJ5os">https://www.youtube.com/watch?v=1ZKVMkuJ5os</a>	15 хв
Фундаментальні знання	Нові додатки до правил (2021-2024)	<a href="https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/">https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/</a> (презентація <u>Фелчишина М.</u> )	15 хв

**Рис. 4.12.** Схема навчального заняття №6 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту.

Розділ «Поточні знання з волейболу» (10 хвилин) було присвячено вивченню такої теми, як «2025 Men's Volleyball World Championship Draw Analysis».



[https://www.youtube.com/watch?v=OTuXWHgO5QM&ab\\_channel=TheVolleyballInsider](https://www.youtube.com/watch?v=OTuXWHgO5QM&ab_channel=TheVolleyballInsider)

Також здійснено аналіз [Олімпійських ігор](#), [Чемпіонат світу](#), [Чемпіонату Європи](#), [Євроліги](#), [Кубку Претендентів](#) (з інформацією ознайомлені з сайту ФВУ, та Вікіпедія)

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (10 хвилин) містив дві теми. Першою була тема «Покращення фізичної підготовленості спортсменів-юнаків на основі корекції раціону харчування». Здобувачам було показано відео <https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/3628> (сайт НУФВіСУ) тривалістю 10 хвилини.

Структура та зміст заняття № 7 представлено на рис.4.13.

**Схема навчального заняття №7 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст / теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Особливості харчування волейболістів під час навчально-тренувальних занять і змагань	<a href="https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv">https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv</a>	10 хв
Поточні знання	Аналіз виступів команд ПВЛУ 2023/2024	 Аналіз ЧУ з волейболу 2023-2024	10 хв
	Аналіз ігор зб. України на ЧМ світу та інтерв'ю з Олегом Плотницьким	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=FkV9BVnsTGY">https://www.youtube.com/watch?v=FkV9BVnsTGY</a>	15хв
Спеціалізовані знання	Методика навчання прийому двома руками знизу; прийом в падінні	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs">https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs</a>	5хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LRfm9ZifCng">https://www.youtube.com/watch?v=LRfm9ZifCng</a>	12хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pLWtR3TBhMU">https://www.youtube.com/watch?v=pLWtR3TBhMU</a>	14хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs">https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs</a> <a href="https://www.facebook.com/share/r/1KrG4BhHa8/?mibexti">https://www.facebook.com/share/r/1KrG4BhHa8/?mibexti</a>	4хв
Фундаментальні знання	Історія розвитку українського волейболу.	 лекція з історії розвитку волейболу.	7хв
	Досягнення попередників українського волейболу (сайт міської Федерації волейболу Харкова)	<a href="https://volley-kharkiv.ucoz.ua/publ/">https://volley-kharkiv.ucoz.ua/publ/</a>	3хв

**Рис. 4.13.** Схема навчального заняття №7 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту.

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (10 хвилин) заняття №7 нами було запропоновано дві теми. Перша тема «Історія розвитку українського волейболу», було прочитано коротку лекцію щодо досягнень у волейболі за період незалежності України.

Друга тема стосувалась аналізу досягнень попередників українського волейболу «Досягнення попередників українського волейболу (сайт міської Федерації волейболу Харкова)» та була забезпечена відео показом <https://volley-kharkiv.ucoz.ua/publ/>

«Спеціалізовані знання з волейболу» (35 хвилин) на занятті №7 стосувались теми «Методика навчання прийому м'яча двома руками знизу; прийом в падінні»

<https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs> презентація С. Балабанової.

<https://www.youtube.com/watch?v=LRFm9ZIfCng> ( школа волейболу Академія Прометей урок № 7)

<https://www.youtube.com/watch?v=pLWtR3TBhMU> школа волейболу Академія Прометей урок № 5)

<https://www.facebook.com/share/r/1KrG4BhHa8/?mibexti> (сайт Zdeněk Haník)

[Розділ «Поточні знання з волейболу» \(25 хвилин\) на сьомому занятті охоплював такі теми, як «Аналіз виступів команд ПВЛУ 2023/2024», «Аналіз ігор чоловічої національної збірної України на Чемпіонаті світу» та «Перегляд інтерв'ю з лідером збірної Олегом Плотницьким»](https://www.facebook.com/profile.php?id=100063900842669&sk=reels_tab&__cft__[0]=AZXOASJwg2A1G1hFFrwGWYYC_qiarhwJI5hgdfjXg15-Om1Nk-Mw5NRewxuDjfxkH8yBiAsgdbdwcRpR-g-BvbFe1dAbzynFqf7-93635X7mblYOY0xw5_EQ9zgPT42ekqZvogCFckzGvJcXvG0NJ2NgjDdfe_dPA2tUb51B7itCKw&__tn__=-]сайт Zdeněk Haník</a></p>
</div>
<div data-bbox=)




<https://www.youtube.com/watch?v=FkV9BVnsTGY>

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (10 хвилин) присвячено темі «Особливості харчування волейболістів під час навчально-тренувальних занять

і змагань». Здобувачам було запропоновано відео для перегляду <https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv>.

Структура та зміст навчального заняття №8 представлено на рис 4.14

**Схема навчального заняття №8 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст /теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Особливості питного режиму протягом занять з волейболу	 питний режим волейболістів.docx	5 хв
Поточні знання	Аналіз ефективності змагальної діяльності волейболістів як засіб педагогічного управління навчально-тренувальної діяльності	<a href="https://www.catapult.com/ru/%D0%B1%D0%BB%D0%BE%D0%B3/%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9-%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7-%D0%B2-%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5">https://www.catapult.com/ru/%D0%B1%D0%BB%D0%BE%D0%B3/%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9-%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7-%D0%B2-%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5</a>  <a href="https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-effektivnosti-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-voleybolistov-kak-sredstvo-pedagogicheskogo-upravleniya-ih-uchebno-trenirovochnoy/viewer">https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-effektivnosti-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-voleybolistov-kak-sredstvo-pedagogicheskogo-upravleniya-ih-uchebno-trenirovochnoy/viewer</a>  <a href="https://journals.uran.ua/sports_games/article/view/305242">https://journals.uran.ua/sports_games/article/view/305242</a>  <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/Hawk-Eye">https://ru.wikipedia.org/wiki/Hawk-Eye</a>	33 хв
Спеціалізовані знання	Аналіз складу кандидатів до збірної України з волейболу 2025 року  Методика навчання техніки виконання блокування	 Розширений склад збірних України з вол   Блокування в волейболі #дистанції	6 хв  26 хв
Фундаментальні знання	Нові додатки до прави гри у волейбол ФІБВ (2021-2024)	chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclcfndmkaj/https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/rules_zmini_2022_2024.pdf	10 хв

**Рис. 4.14** Схема навчального заняття №8 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту.

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (загальна кількість часу – 10 хвилин) заняття №8 нами було запропоновано тему «Нові додатки до прави гри у волейбол ФІВБ (2021-2024)»

chrome-

extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/rules\_zmini\_2022\_2024.pdf

«Спеціалізовані знання з волейболу» (32 хвилини) на занятті №8 стосувались 2 тем, перша – «Аналіз складу кандидатів до збірної України з волейболу 2024 року» та друга «Методика навчання техніки виконання блокування», до якої були показано чотири відео за посиланнями:

<https://www.youtube.com/watch?v=5O6ENAw98ic> (кращі вправи при навчанні техніці блокування)

<https://www.youtube.com/watch?v=TbAEDWvaXAA> (вправи від триразової олімпійської чемпіонки Місті Мей Трейнор)

<https://www.youtube.com/watch?v=PTQoOFhMrQ4> (мастер клас від Девіда Лі олімпійського чемпіона)

<https://www.youtube.com/watch?v=QRgANLdhOLU> (зразкові вправи при навчанні груповому блокуванню)

Розділ «Поточні знання з волейболу» (33 хвилини) на восьмому занятті охоплював такі теми, як «Аналіз ефективності змагальної діяльності волейболістів як засіб педагогічного управління навчально-тренувальної діяльності». До цієї теми були запропоновані такі відео за посиланнями:

<https://www.catapult.com/ru/%D0%B1%D0%BB%D0%BE%D0%B3/%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9-%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7-%D0%B2-%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5> (ключові моменти з техніко-тактичного аналізу з волейболу)

Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (5 хвилин) було присвячено темі «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу». Здобувачам було запропоновано норми питного режиму на заняттях з волейболу.

Структура та зміст навчального заняття №9 з освітнього компоненту «Теорія і методика спортивних ігор (розділ волейбол)».

У розділі «Фундаментальні знання з волейболу» (5 хвилин) заняття №9 нами було запропоновано тему «Нові додатки до прави гри у волейбол ФІВБ»

[https://fvu.in.ua › files › rules\\_zmini\\_2022\\_2024](https://fvu.in.ua › files › rules_zmini_2022_2024)

[https://www.youtube.com/watch?v=epq\\_GJi6sg0](https://www.youtube.com/watch?v=epq_GJi6sg0) Це на російській мові!!!

У розділі «Спеціалізовані знання з волейболу» (31 хвилин) на занятті №9 розглядалося 2 теми, перша – «Психологічна підготовка у волейболі» та друга «Методика навчання груповому блокуванню», до якої були застосовано чотири відео за посиланнями:

[https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm\\_content=DAFPT5hJGXE&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm_content=DAFPT5hJGXE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton) (презентація П.Чехович)

<https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo>  
<https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo> (корекція техніки виконання групового блокування)

<https://sportovets.com.ua/blok-u-volejbolu-shcho-tse-take/> (різновиди блокування у волейболі)

<https://www.tiktok.com/@3trushkinavolleyball/video/7393402850837040390>

(знайомство з сайтом Ірини Трушкіной- гравцем збірної України)

Розділ «Поточні знання з волейболу» (29 хвилин) на дев'ятому занятті охоплював такі теми, як «Топові гравці за результатами ФІВБ 2024 року»

[chrome-](#)




<extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/Protokol.pdf> (знайомство з кращими гравцями світу за результатами рейтингу ФІВБ сезону 2023-2024, включно Олімпійських ігор 2024)

А також тема «Аналіз топових змагань Європи та світу». До цієї теми були запропоновані такі відео за посиланнями:

[https://www.youtube.com/watch?v=4QCxJoDzVXI&ab\\_channel=RSport](https://www.youtube.com/watch?v=4QCxJoDzVXI&ab_channel=RSport).

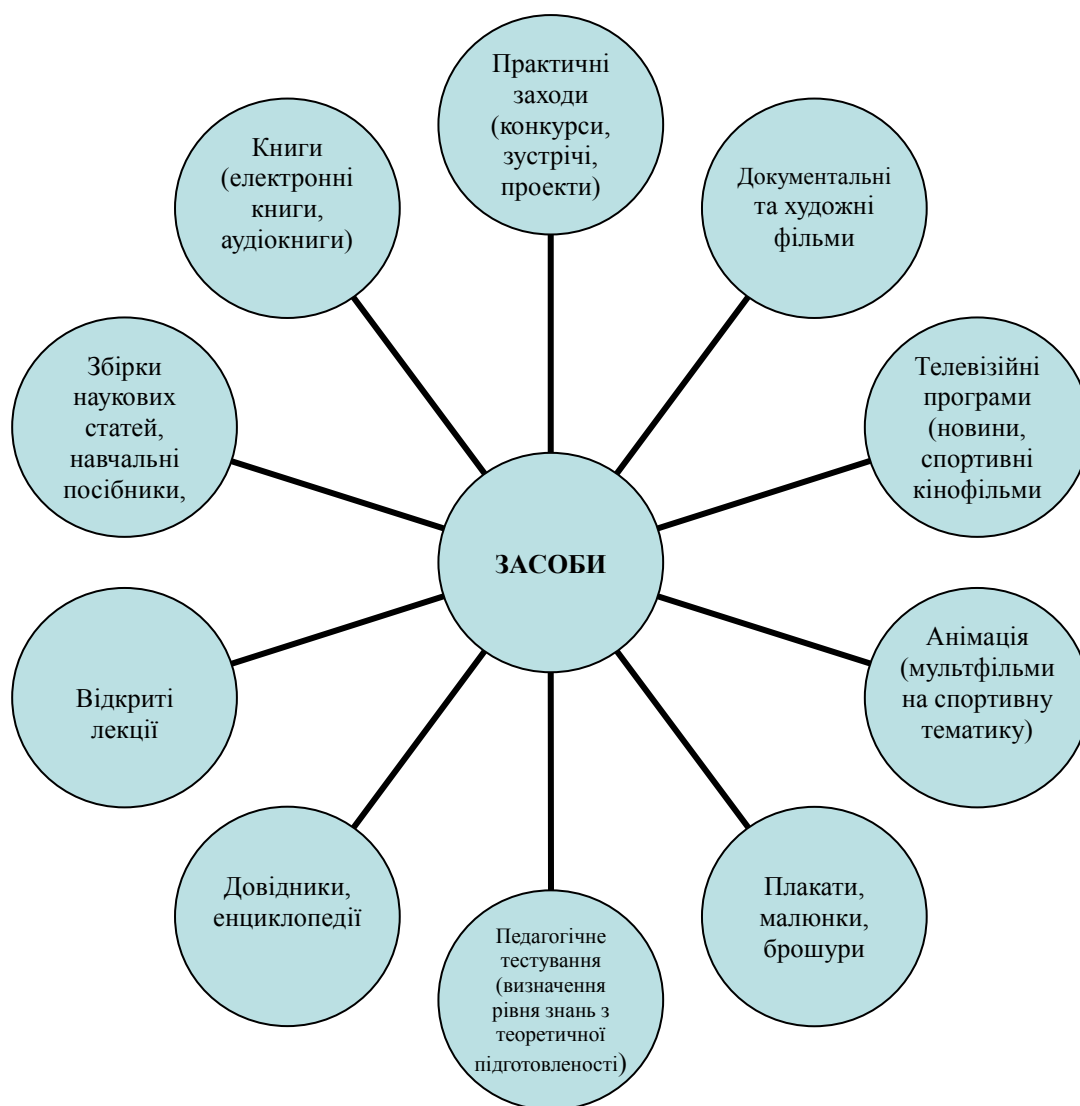
Розділ «Допоміжні знання з волейболу» (10 хвилин) було присвячено темі «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу». Здобувачам було запропоновано різновиди спортивного взуття, вимоги до підбору та показники травм на заняттях з волейболу (Сайт гравця збірної України Василя Тупчія).

**Схема навчального заняття №9 з волейболу при дистанційній формі навчання (тривалість 80 хвилин)**

Розділ теоретичних знань	Зміст / теми	Методичне забезпечення (методичні рекомендації, посібники, електронні посилання на відео, та ін. матеріали у мережі Інтернет)	Час (хв.)
Допоміжні знання	Профілактика травматизму на заняттях з волейболу	 Травматизм у волейболі.doc	10 хв
Поточні знання	Топові гравці за результатами ФІВБ 2024 року	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=4QCxJoDzVXI&amp;t=16s">https://www.youtube.com/watch?v=4QCxJoDzVXI&amp;t=16s</a>	19 хв
	Аналіз топових змагань Європи та світу	 Кращі гравці 2024.doc <a href="chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/Protokol.pdf">chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/Protokol.pdf</a>	10 хв
Спеціалізовані знання	Презентація «Психологічна підготовка у волейболі» Методика навчання груповому блокуванню	<a href="https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm_content=DAFPT5hJGXE&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton">https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm_content=DAFPT5hJGXE&amp;utm_campaign=designshare&amp;utm_medium=link2&amp;utm_source=sharebutton</a>	8 хв
		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo">https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo">https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo</a>	5 хв
		<a href="https://sportovets.com.ua/blok-u-volejbolu-shcho-tse-take/">https://sportovets.com.ua/blok-u-volejbolu-shcho-tse-take/</a>	5 хв
		<a href="https://www.tiktok.com/@3trushkinavolleyball/video/7393402850837040390">https://www.tiktok.com/@3trushkinavolleyball/video/7393402850837040390</a>	1 хв
		 Кращі моменти у волейболі.mp4    Кращі моменти у волейболі.mp4    BEST VOLLEYBALL TIONS OLYMPICS 2	12 хв
Фундаментальні знання	Нові додатки до прави гри у волейбол ФІВБ	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=epq_GJi6sg0">https://www.youtube.com/watch?v=epq_GJi6sg0</a> (RSpport)	5хв
	Вимоги до підбору екіпіровки та кросівок	<a href="https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7475956881853369622">https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7475956881853369622</a> <a href="https://sportbrands.com.ua/blog/yak-vibrati-krosivki-dlya-voleybolu?srsltid=AfmBOorgjrj0j_NxUjr36hcRgJ90Fbqs_5HsZXp9EwPqLydWucVrSDgX">https://sportbrands.com.ua/blog/yak-vibrati-krosivki-dlya-voleybolu?srsltid=AfmBOorgjrj0j_NxUjr36hcRgJ90Fbqs_5HsZXp9EwPqLydWucVrSDgX</a>	14хв

**Рис. 4.15.** Схема навчального заняття №9 з волейболу при дистанційній формі навчання у ЗВО фізичної культури і спорту.

Таким чином здобувачі були забезпечені різними засобами теоретичної підготовки, серед яких переважали відео-матеріали з YouTube, Reels, TikTok, PowerPoint – презентації, методичні рекомендації та навчальні посібники в електронному форматі, наукові статті, Аніме, кінострічки тощо (рис.4.16.).



**Рис. 4.16.** Засоби теоретичної підготовки у волейболі при дистанційній формі навчання здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту

Методи теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультурного профілю представлено у таблиці 4.10.

Серед методів теоретичної підготовки використовувались такі методи:

- *методи аналізу конкретних ситуацій*: ситуація-проблема, ситуація оцінка, ситуація-вправа;

- *дискусійні методи*: дебати, дискусія тощо; ігрові методи: рольові, ситуаційні, ділові, навчальні ігри;

**Методи теоретичної підготовки здобувачів ЗВО фізкультурного профілю**

<i>Методи аналізу конкретних ситуацій</i>	<i>Дискусійні методи</i>	<i>Методи активізації сприйняття</i>	<i>Пошукові та дослідницькі методи</i>
Ситуація-проблема, ситуація оцінка, ситуація-вправа	Дебати, дискусія тощо; ігрові методи: рольові, ситуаційні, ділові, навчальні ігри	Проблемна лекція, лекція-візуалізація, лекція із заздальгідь запланованими помилками, лекція з використанням техніки зворотного зв'язку	Проект, звіт, програма, доповідь та ін

- *методи активізації сприйняття*: проблемна лекція, лекція-візуалізація, лекція із заздальгідь запланованими помилками, лекція з використанням техніки зворотного зв'язку;

- *пошукові та дослідницькі методи*: проект, звіт, програма, доповідь та ін.

**4.4. Алгоритм контролю теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультурного профілю**

Наступним етапом нашого дослідження було експериментальна перевірка структури та змісту теоретичної підготовки для здобувачів закладів вищої освіти спеціальностей фізичної культури і спорту з волейболу.

Для контролю нами було розроблено 4 види тестування

1. Тестування фундаментальних знань включало 32 питання

2. Тестування спеціалізованих знань включало 14 питання
3. Тестування поточних знань включало 21 питання
4. Тестування допоміжних знань включало 12 питань.

Окрім того, алгоритм контролю теоретичних знань включав оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку (табл. 4.11).

Таблиця 4.11

**Алгоритм контролю теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО  
фізкультурного профілю**

	I рівень	II рівень	III рівень	IV рівень
	Контроль фундаментальних знань	Контроль спеціалізованих знань	Контроль поточних знань	Контроль допоміжних знань
1.	Тестування №1	Тестування №2	Тестування №3	Тестування №4
2.	32 питання	14 питань	21 питання	12 питань
3.	3 варіанти відповіді	3 варіанти відповіді	3 варіанти відповіді	3 варіанти відповіді
4.	Оцінювання Відсоток правильних відповідей	Оцінювання Відсоток правильних відповідей	Оцінювання Відсоток правильних відповідей	Оцінювання Відсоток правильних відповідей
	Відсоток здобувачів, які надали правильні відповіді	Відсоток здобувачів, які надали правильні відповіді	Відсоток здобувачів, які надали правильні відповіді	Відсоток здобувачів, які надали правильні відповіді
	Оцінювання самостійних завдань з техніки опанування технічними прийомами			
	Загальна оцінка			

#### **4.5. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Фундаментальні знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

Тестування № 1 «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу» (Додаток Д) охоплювало 32 запитання, що в переважній більшості стосувалися історії розвитку волейболу та правил гри.

Дане тестування було розроблено у Google -forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання.

Питання до розділу «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу»

1. У волейбол грають на майданчику розміром.
2. Скільки часу надається гравцю на подачу після свистка судді?
3. Яка висота сітки для чоловіків?
4. Яка висота сітки для жінок?
5. Мета гри у три торкання.
6. Помилкою при подачі не буде.
7. Як називається гравець, який виконує другу передачу?
8. Під час гри на майданчику знаходяться в одній команді.
9. У волейболі не використовується спосіб подачі.
10. Гравцю задньої лінії можна виконувати нападаючий удар в стрибку.
11. Яку геометричну фігуру нагадує розташування великих та вказівних пальців кистей при передачі м'яча зверху?
12. Прямий нападаючий удар використовується для.
13. Технічною дією у нападі не є.
14. З якої технічної дії розпочинається партія?
15. Гравець якої зони вводить м'яч в гру?
16. Помилкою при виконанні нападаючого удару є.
17. До якого рахунку грають у волейбол в 1-4 партії?
18. Перехід з однієї зони в іншу виконується.
19. Назва гри волейбол означає.
20. При виконанні переходу гравець зони 6 переміщується:

21. Вперше змагання з волейболу на Олімпійських Іграх пройшли:
22. Гравці яких позицій є гравцями передньої лінії?
23. Максимальна кількість замінів, що дозволяється команді в кожній партії?
24. До якого рахунку грають п'яту (тай-брейк) партію?
25. Скільки перерв може брати команда в кожній партії?
26. Вага волейбольного м'яча.
27. Які дії при розігравші м'яча не є помилковими?
28. Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед жінок.
29. Екіпірування волейболістів це?
30. Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед чоловіків?
31. Засновником гри волейбол є?

До кожного питання було запропоновано по три варіанти відповіді, як з волейболу, так і з інших видів спортивних ігор, що входять до навчального компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» для заплутування респондентів під час їх пошуку правильної відповіді.

Наступним етапом нашого дослідження була експериментальна перевірка структури та змісту теоретичної підготовки для здобувачів закладів вищої освіти спеціальностей фізичної культури і спорту з волейболу.

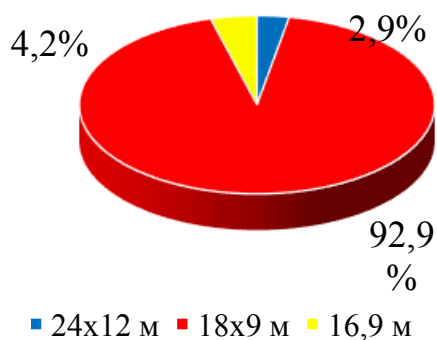
Після впровадження розробленої структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу протягом 10 занять раз на тиждень з жовтня по грудень протягом 2,5 місяців нами було здійснено контроль теоретичної підготовленості у контрольній та експериментальній групах.

Результати тестування контрольної та експериментальної груп студентів щодо рівня фундаментальних теоретичних знань з волейболу представлено у таблиці 4.12.

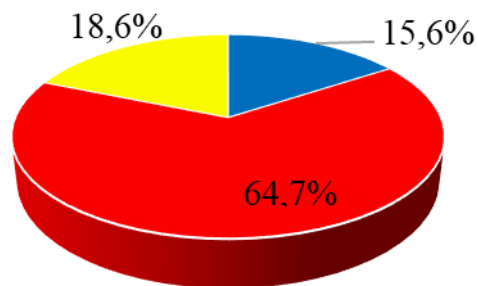
**Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Фундаментальні знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

№	Питання з фундаментальних теоретичних знань з волейболу	Відсоток правильних відповідей (%)	
		Експериментальна група (n=70)	Контрольна група (n=68)
1.	У волейбол грають на майданчику розміром	92,9	64,7
2.	Скільки часу надається гравцю на подачу після свистка судді?	82,9	58,8
3.	Яка висота сітки для чоловіків?	87,1	57,3
4.	Яка висота сітки для жінок?	88,6	45,6
5.	Мета гри у три торкання	47,1	44,1
6.	Помилкою при подачі не буде	57,1	30,9
7.	Як називається гравець, який виконує другу передачу?	91,4	60,3
8.	Під час гри на майданчику знаходяться в одній команді	91,4	7,94
9.	У волейболі не використовується спосіб подачі	54,3	39,7
10.	Гравцю задньої лінії можна виконувати нападаючий удар в стрибку	68,6	42,6
11.	Яку геометричну фігуру нагадує розташування великих та вказівних пальців кистей при передачі м'яча зверху?	88,6	47,1
12.	Прямий нападаючий удар використовується для	88,6	69,1

13.	Технічною дією у нападі не є:	47,1	45,6
14.	З якої технічної дії розпочинається партія?	78,6	64,7
15.	Гравець якої зони вводить м'яч в гру?	58,6	49,9
16.	Помилкою при виконанні нападаючого удару є:	82,9	64,7
17.	До якого рахунку грають у волейбол в 1-4 партії?	85,7	75,0
18.	Перехід з однієї зони в іншу виконується:	71,4	57,3
19.	Назва гри волейбол означає	85,7	76,4
20.	При виконанні переходу гравець зони 6 переміщується:	70,0	60,3
21.	Вперше змагання з волейболу на Олімпійських Іграх пройшли:	75,7	39,7
22.	Гравці яких позицій є гравцями передньої лінії?	80,0	50,0
23.	Максимальна кількість замін, що дозволяється команді в кожній партії?	78,6	52,9
24.	До якого рахунку грають п'яту (тай-брейк) партію?	82,9	57,3
25.	Скільки перерв може брати команда в кожній партії?	87,1	50,0
26.	Вага волейбольного м'яча:	85,7	75,0
27.	Які дії при розіграві м'яча не є помилковими?	77,1	51,5
28.	Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед жінок	68,6	55,9
29.	Екіпірування волейболістів це	97,1	75,0
30.	Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед чоловіків	67,1	38,2
31.	Засновником гри волейбол є?	95,7	60,3



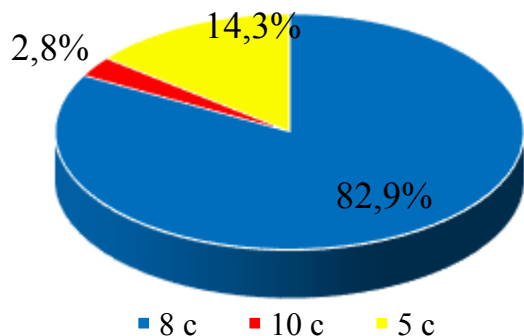
**Експериментальна група**



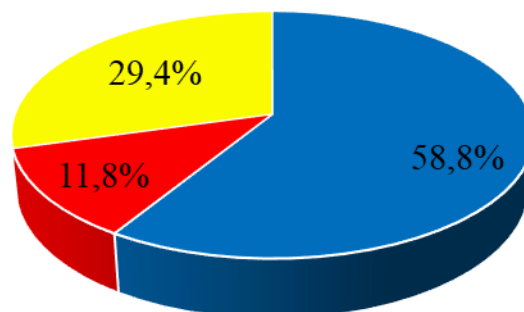
**Контрольна група**

**Рис. 4.17.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо розмірів волейбольного майданчику

Відсоткове співвідношення вірних та невірних відповідей на окремі запитання у здобувачів ЗВО експериментальної та контрольної груп представлено представлено у рисунках 4.17. – 4.47.



**Експериментальна група**

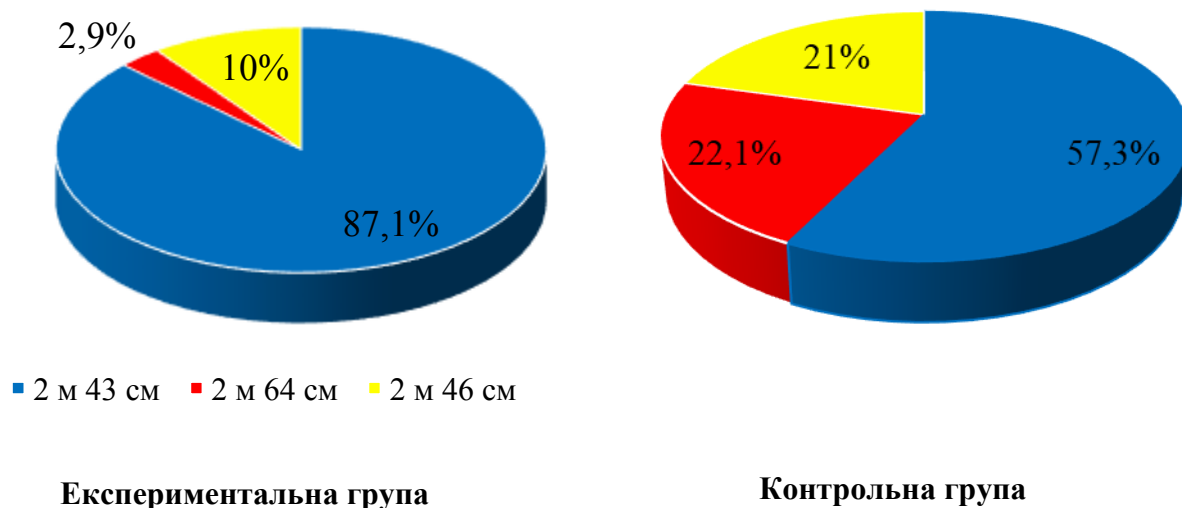


**Контрольна група**

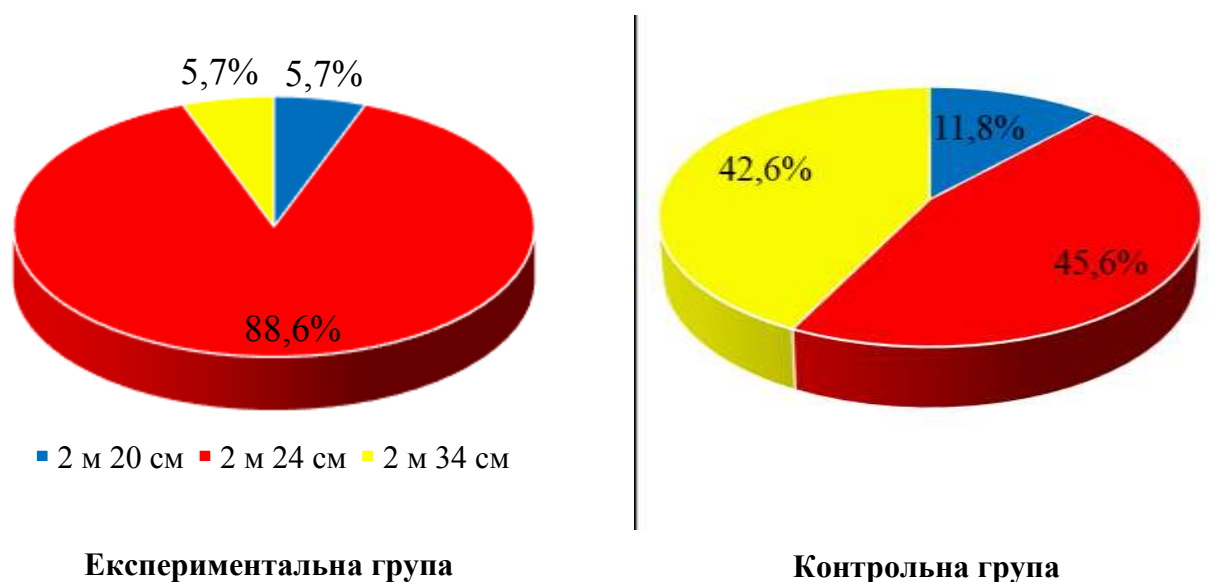
**Рис. 4.18.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо часу, який надається на подачу після свистка судді (%)

Аналіз розподілу відповідей здобувачів контрольної та експериментальної групи щодо часу, який надається на подачу після свистка судді суттєво відрізнявся. Правильну відповідь «8 секунд» надали лише 58,8%, у порівнянні зі студентами експериментальної групи – 82,9%. 29,4% здобувачів

контрольної групи вважали, що на подачу надається 5 секунд, а 11,8% - 10 секунд. Такі показники свідчать про незнання правил гри, а також про погане «відчуття часу», яке є важливим для представників саме ігрових видів спорту, у яких багато правил пов'язано з часовими обмеженнями на виконання атаки, або техніко-тактичної дії.

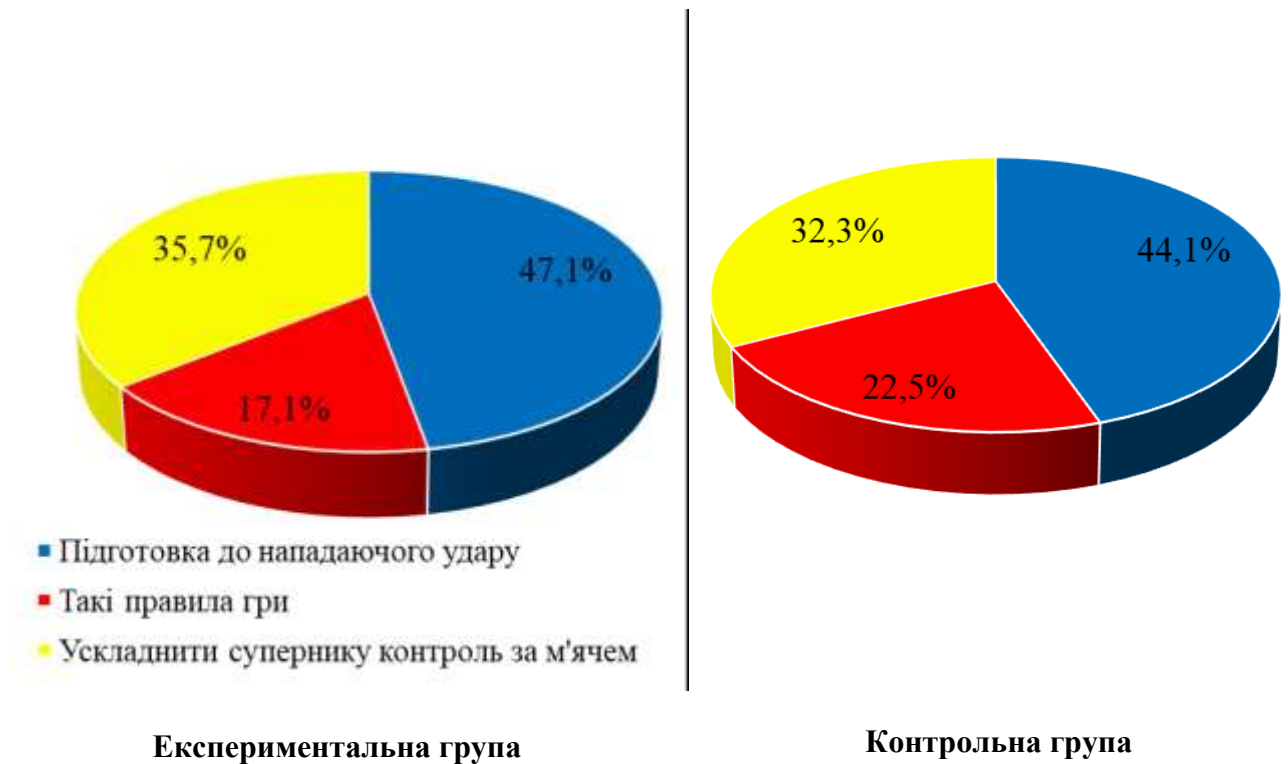


**Рис. 4.19.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо висоти волейбольної сітки для чоловіків (%)



**Рис. 4.20.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо висоти волейбольної сітки для жінок (%)

Відповіді щодо висоти волейбольної сітки для чоловіків та жінок розподілилися таким чином: майже на 30% більше представників експериментальної групи надали правильну відповідь щодо висоти сітки для чоловіків «2 м 43 см», щодо висоти жіночої сітки – майже вдвічі краще відповіли ті, хто займався за експериментальною структурою та змістом теоретичної підготовки (рис. 4.19-4.20). 42,6 % здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту вважали, що сітка для жінок на 10 см вище, ніж це встановлено правилами гри.



**Рис. 4.21.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо мети гри у волейбол у три торкання (%)

Питанням, що заплутало представників обох груп стало «Що є метою гри у волейбол у три торкання?» (рис. 4.21.). Тільки 47,1% здобувачів ПДАФКіС надали правильну відповідь «Підготовка до нападаючого удару», у контрольної групи цей показник був також низьким – 44,1%. 33,7 % та 32,3 % відповідно відмітили невірний варіант «Ускладнити супернику контроль за м'ячем».

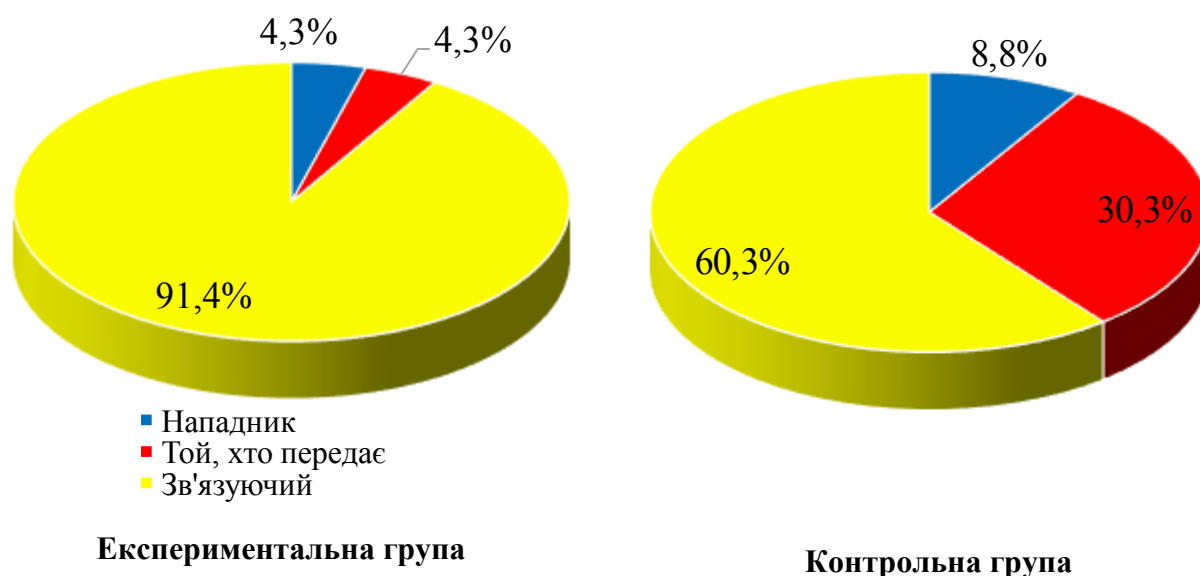
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної групи щодо особливостей умов при подачі м'яча у волейболі представлено у рисунку 4.22. Правильну відповідь «Торкання м'ячем сітки» надали 57,1 % здобувачів експериментальної групи та лише 30,9 % - контрольної. Більше половини представників контрольної групи (51,5 %) вважали, що правильна відповідь удар по нерухомому м'ячу «удар по м'ячу двома руками».



**Рис. 4.22.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо особливостей умов при подачі м'яча у волейболі (%)

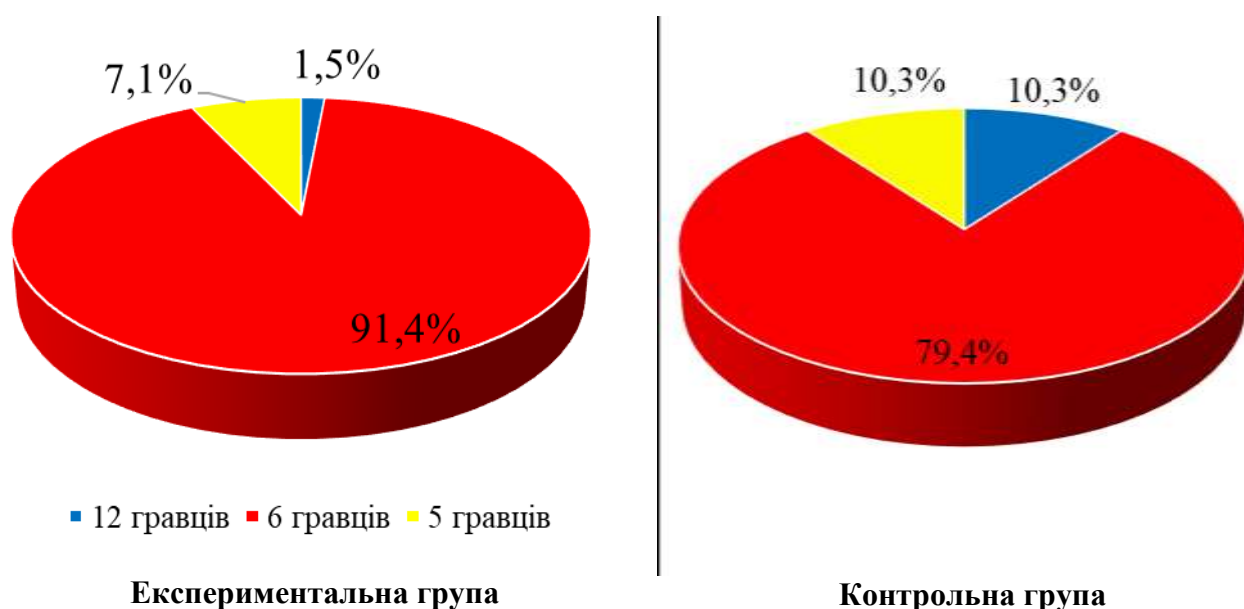
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної групи щодо назви гравця, який виконує другу передачу у волейболі представлено у рисунку 4.23.

Представники експериментальної групи (91,4%) явно переважали над здобувачами контрольної групи (60,3 %) у знаннях, що цей гравець називається «зв'язуючий». 30,3% студентів контрольної групи відмітили відповідь «той, хто передає».



**Рис. 4.23.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо назви гравця, який виконує другу передачу у волейболі (%)

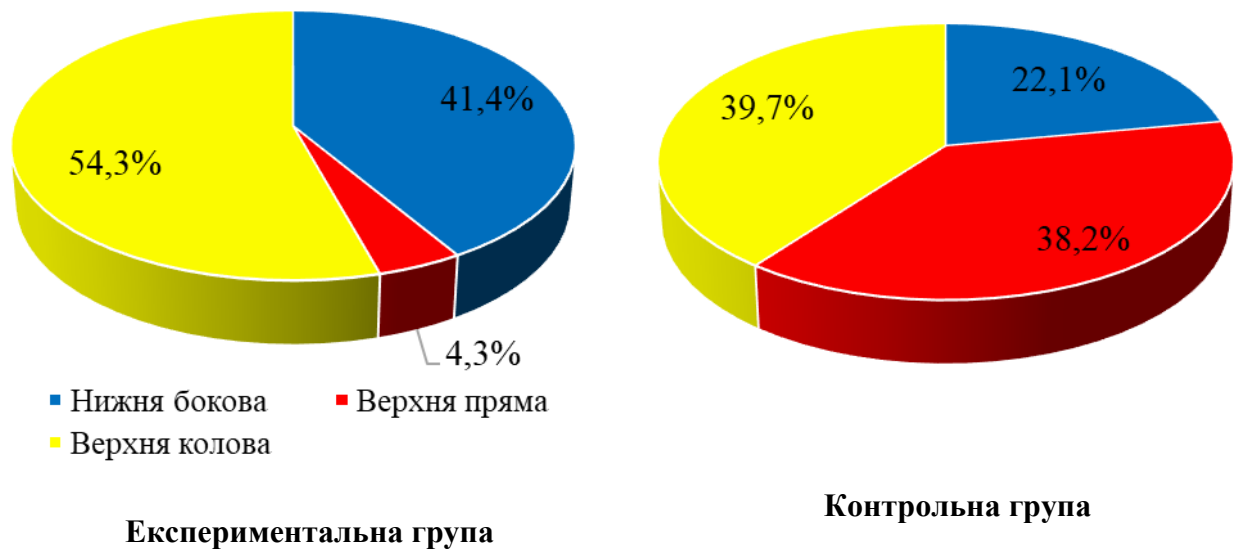
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної групи щодо кількості гравців на майданчику в одній команді у волейболі представлено у рисунку 4.24.



**Рис. 4.24.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кількості гравців на майданчику в одній команді у волейболі (%)

Аналіз відповідей здобувачів щодо кількості гравців на майданчику свідчить, що понад 20% здобувачів контрольної групи не знають правильної відподі у достатньо елементарному питанні. В експериментальній групі таких студентів було менше 10 %.

Відсоткове співвідношення правильних та неправильних відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо способів подачі м'яча, які не використовуються у волейболі представлено на рисунку 4.25.



**Рис. 4.25.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо способів подачі м'яча, які не використовуються у волейболі (%)

Нами було запропоновано такі варіанти відповідей: нижня бокова; верхня пряма; верхня колова. Питання було поставлене з заплутуванням та акцентом на те, які саме не виконуються подачі у грі волейбол. Правильно надали відповідь «Верхня колова» 54,3 % здобувачів експериментальної групи та 39,7 % - контрольної. Це на нашу думку пов'язано з недостатньою уважністю здобувачів під час читання питання. 41,1 % здобувачів експериментальної групи вважають, що це нижня бокова подача.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо місця на майданчику, з якого гравцю задньої лінії можна виконувати нападаючий удар у волейболі представлено у рисунку 4.26.



**Рис. 4.26.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо місця на майданчику, з якого гравцю задньої лінії можна виконувати нападаючий удар у волейболі (%)

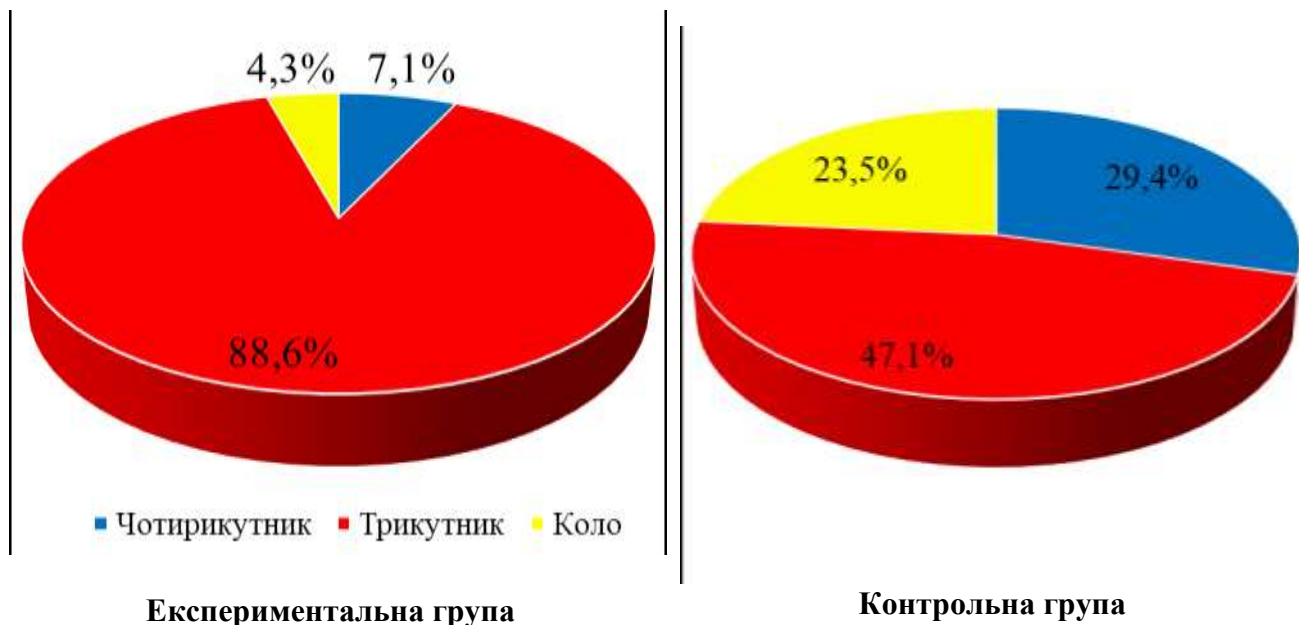
Аналіз відповідей свідчить, що представники контрольної групи в меншому ступені орієнтувалися в правилах гри, ніж ті, хто навчався за експериментальною теоретичною підготовкою.

Правильну відповідь «Тільки із-за лінії атаки» надали 68,6 % студентів експериментальної групи та лише 42,6 відсотків – контрольної. Інші неправильні відповіді зазначили достатньо велика кількість студентів, це свідчить про той факт, що дуже часто у волейбол грають без дотримання правил, особливо у ЗЗСО та на вуличних майданчиках.

Відсоткове співвідношення правильних та неправильних відповідей на запитання щодо геометричної фігури, яку нагадує розташування великих та вказівних пальців кистей при передачі м'яча зверху представлено на рисунку 4.27.

Аналіз відповідей свідчить, що правильно («Трикутник») на запитання в експериментальній групі відповіло 88,6% здобувачів, у контрольній – 47,1%. Це свідчить про те, що при дистанційній формі навчання майбутніми фахівцями з фізичної культури і спорту не засвоюється багато практичних вмінь та навичок з техніки та тактики волейболу й студентам, у яких провідний вид спорту

інший (легка атлетика, важка атлетика, єдиноборства та ін.) набагато складніше зрозуміти техніку виконання прийомів з м'ячем або групові та командні взаємодії.



**Рис. 4.27.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо геометричної фігури, яку нагадує розташування великих та вказівних пальців кистей при передачі м'яча зверху (%)

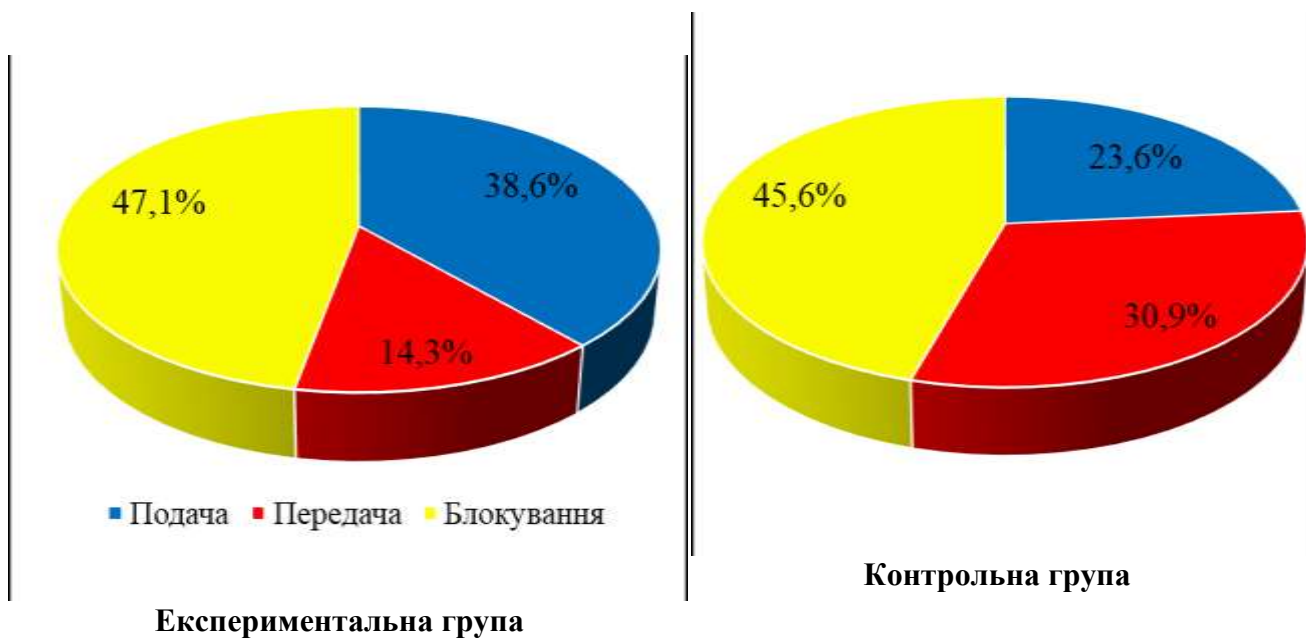
Відсоткове співвідношення відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо прямого нападаючого удару у волейболі представлено на рисунку 4.28.

Аналіз відповідей свідчить, що більшість здобувачів правильно зорієнтувалося у запропонованих відповідях – 88,6 % здобувачів експериментальної та 69,1 % - контрольної групи. Але й були також відмічені і нелогічні відповіді: так 8,6 % здобувачів експериментальної та 15,4 % контрольною зазначили, що нападаючий удар використовується для захисту, а 15,5 % здобувачів контрольної – що цей технічний прийом виконується для передачі м'яча.



**Рис. 4.28.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо прямого нападаючого удару у волейболі (%)

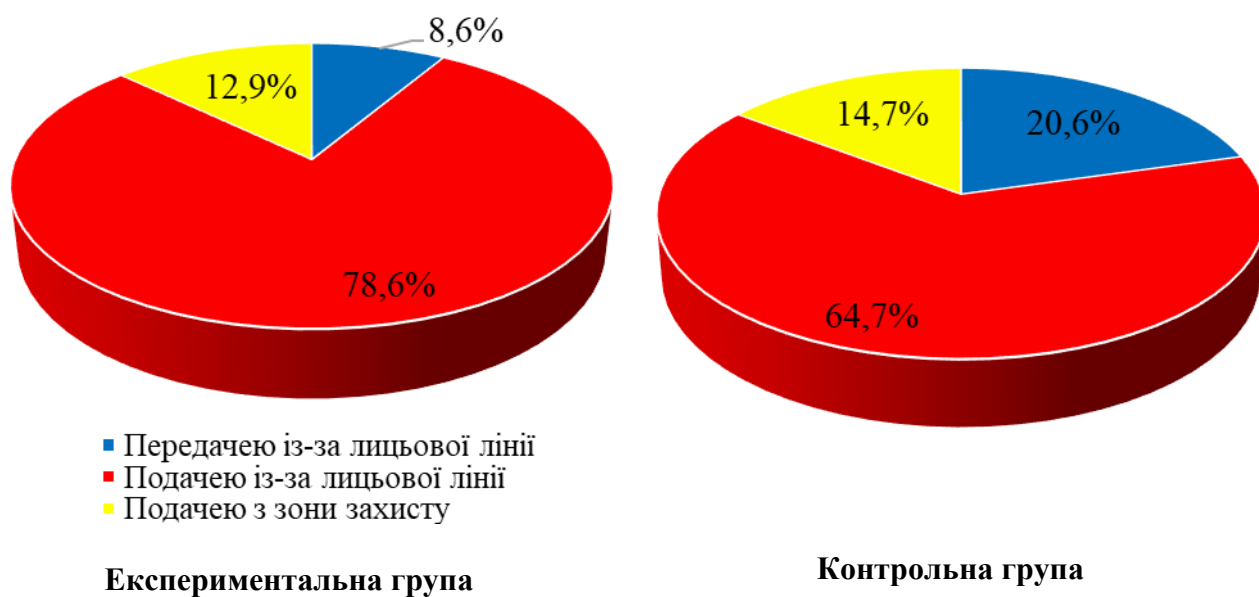
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо технічних дій, які не відносяться до нападу у волейболі представлено у рисунку 4.29.



**Рис. 4.29.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо технічних дій, які не відносяться до нападу у волейболі (%)

Майже однакова кількість здобувачів експериментальної (47,1 %) та контрольної (45,6%) груп зазначили правильну відповідь «блокування». Інші здобувачі не орієнтуються у відмінностях між технікою захисту та технікою нападу у волейболі.

Наступне питання стосувалося правил гри. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо технічних дій, з яких розпочинається партія у волейболі представлено у рисунку 4.30.



**Рис. 4.30.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо технічних дій, з яких розпочинається партія у волейболі (%)

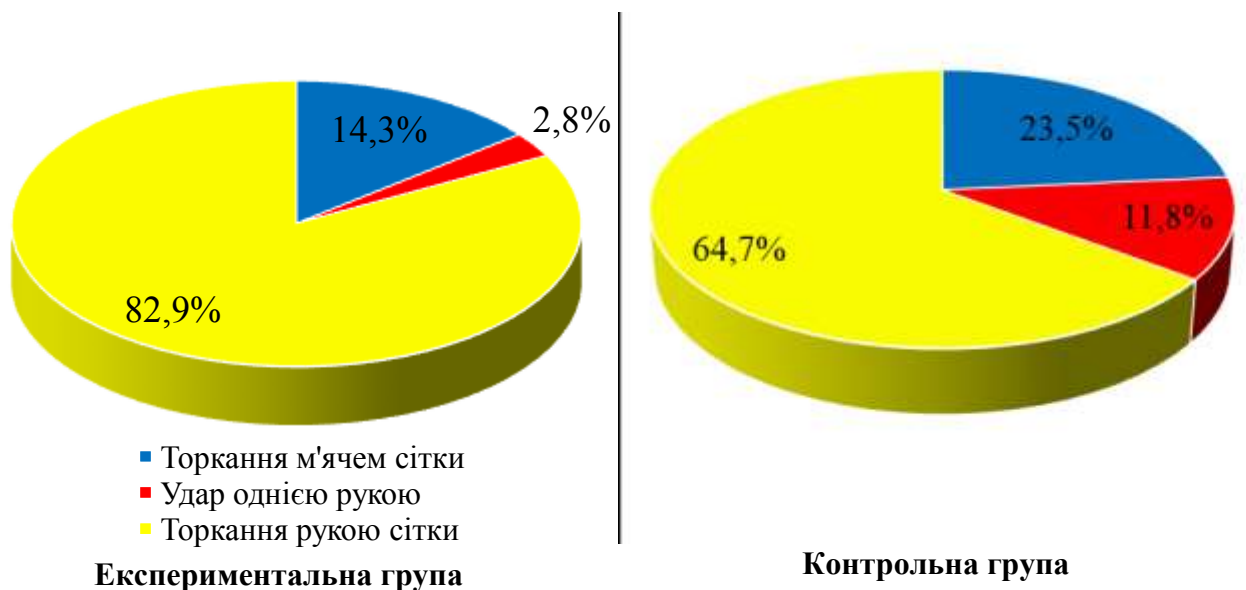
Аналіз результатів тестування свідчить, що на дане питання 78,6% експериментальної та 64,7% контрольної групи надали правильну відповідь «Подачею із-за лицьової лінії».

Співвідношення правильних та неправильних відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо зон, з яких гравець вводить м'яч в гру у волейболі представлено на рисунку 4.31.

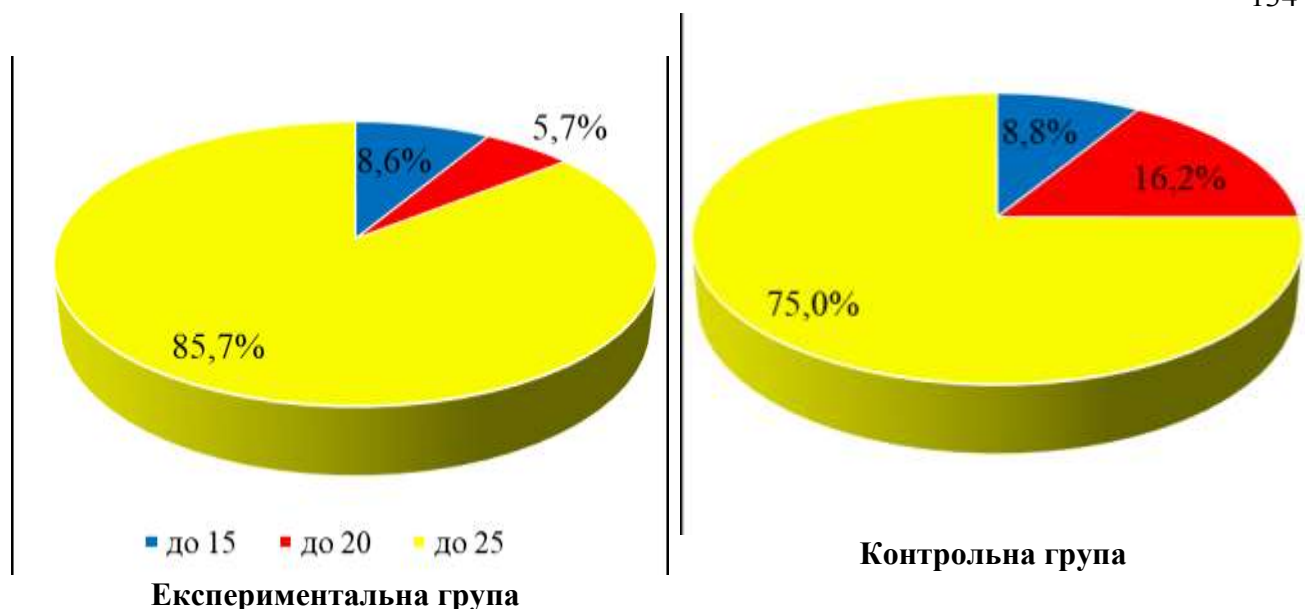


**Рис. 4.31.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо зон, з яких гравець вводить м'яч в гру у волейболі (%)

Правильну відповідь «з першої зони» зазначили лише 58,6 % здобувачів експериментальної та 49,9 % - контрольної. Такі дані ще раз підтверджують той факт, що правила гри та опанування техніко-тактичними прийомами у командних спортивних іграх та у волейболі зокрема повинне здійснюватися у реальному режимі або у комбінованому онлайн-офлайн режимі, тільки теоретичної підготовки виявляється недостатньо, або це потребує більшого терміну для вивчення при дистанційному режимі.



**Рис. 4.32.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо помилок при виконанні нападаючого удару у волейболі (%)



**Рис. 4.33.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо рахунку гри у волейбол в 1-4 партії (%)

У тестування з фундаментальних теоретичних знань з волейболу нами було також включено питання щодо правил гри, конкретно до рахунку, на якому завершується партія у волейболі (рис. 4.33).

Аналіз відповідей свідчить, що в цьому питанні правильно орієнтуються лише 71,4 % здобувачів вищої освіти ПДАФКіС та 57,3 % - БДПУ.

Такі показники взаємопов'язані з відповідями на питання з розділу «Поточні теоретичні знання з волейболу», у яких студенти не орієнтуються, бо недостатньо зацікавлені переглядом матчів чемпіонатів світу та Європи, Олімпійських ігор та чемпіонату й Кубка України й чемпіонатів інших країн.

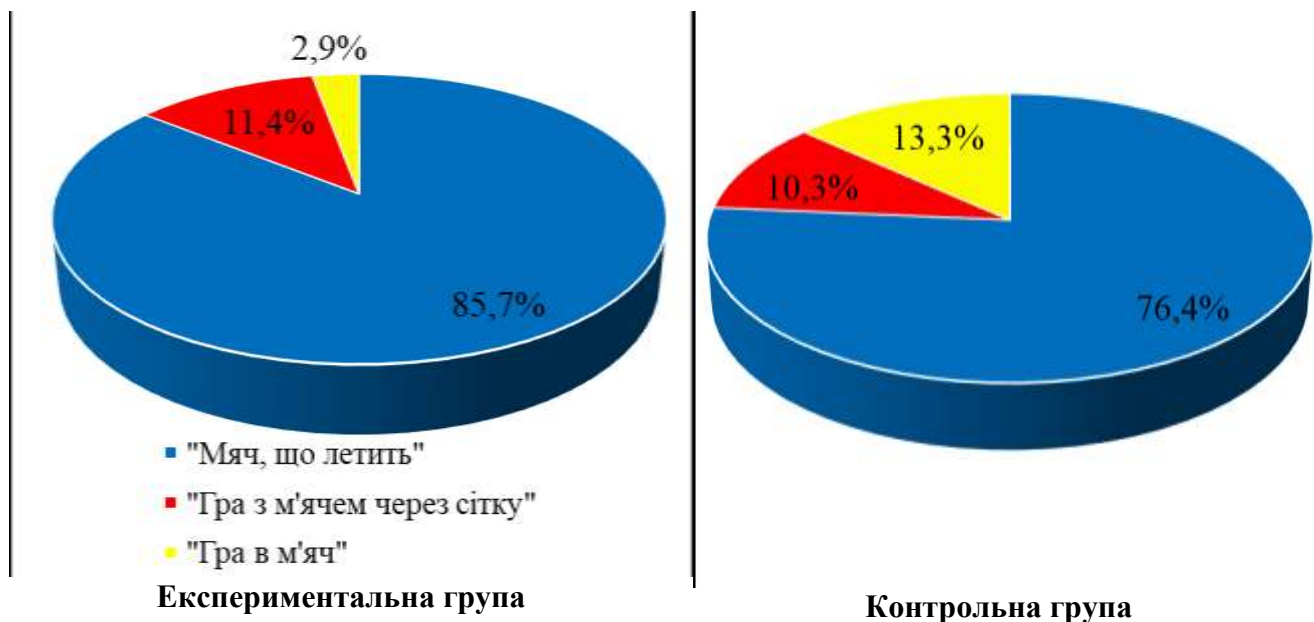
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо того, як виконується перехід з однієї зони в іншу у волейболі представлено у рисунку 4.34.

Правильну відповідь «за годинниковою стрілкою» знають лише 71,4 % здобувачів експериментальної та 57,3 % - контрольної групи. Інші студенти зазначили, що перехід здійснюється проти годинникової стрілки (27,1 % ЕГ та 28,0 % КГ), а також що перехід здійснюється в довільному порядку (1,5 % ЕГ та 14,7 % КГ).



**Рис. 4.34.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо того, як виконується перехід з однієї зони в іншу у волейболі (%)

Такі показники також взаємопов'язані з відсутністю у багатьох студентів ігрової практики.



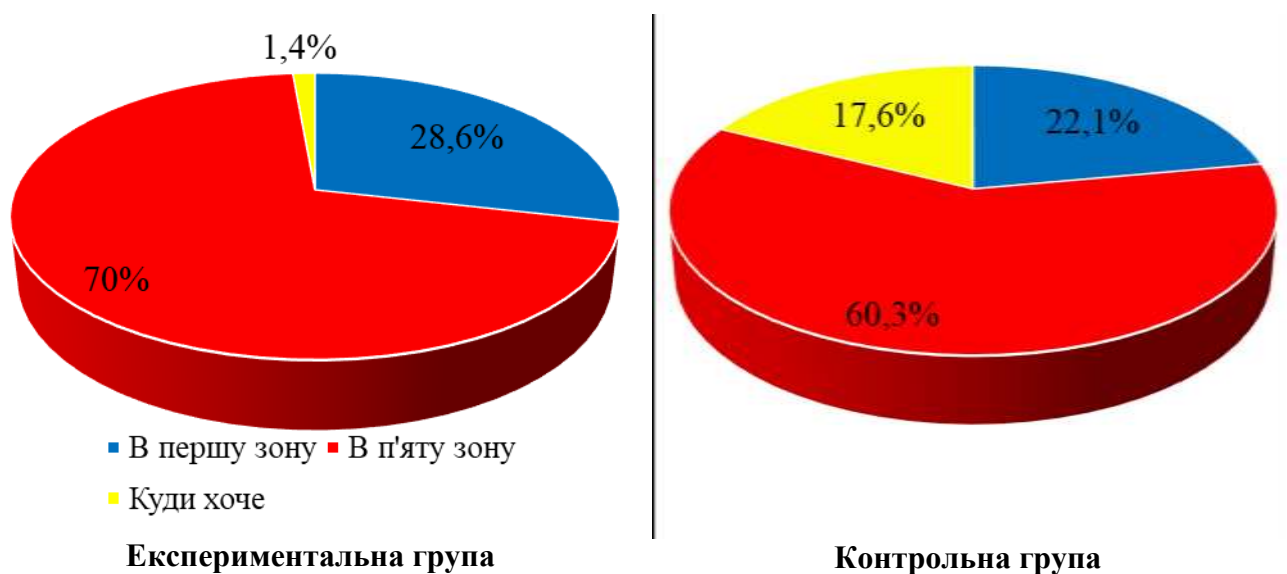
**Рис. 4.35.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо значення назви гри у волейболі (%)

У змісті теми з історії виникнення волейболу, як спортивної гри зазначається, що його назва означає – «м'яч, що летить». Правильну відповідь

на дане питання надало 85,7 % здобувачів експериментальної та 76,4% - контрольної групи. Інші студенти погано орієнтувалися в цьому понятті та зазначили неправильні відповіді, що свідчить про їх недостатню концентрацію уваги під час слухання лекції та про недостатні знання англійської мови.

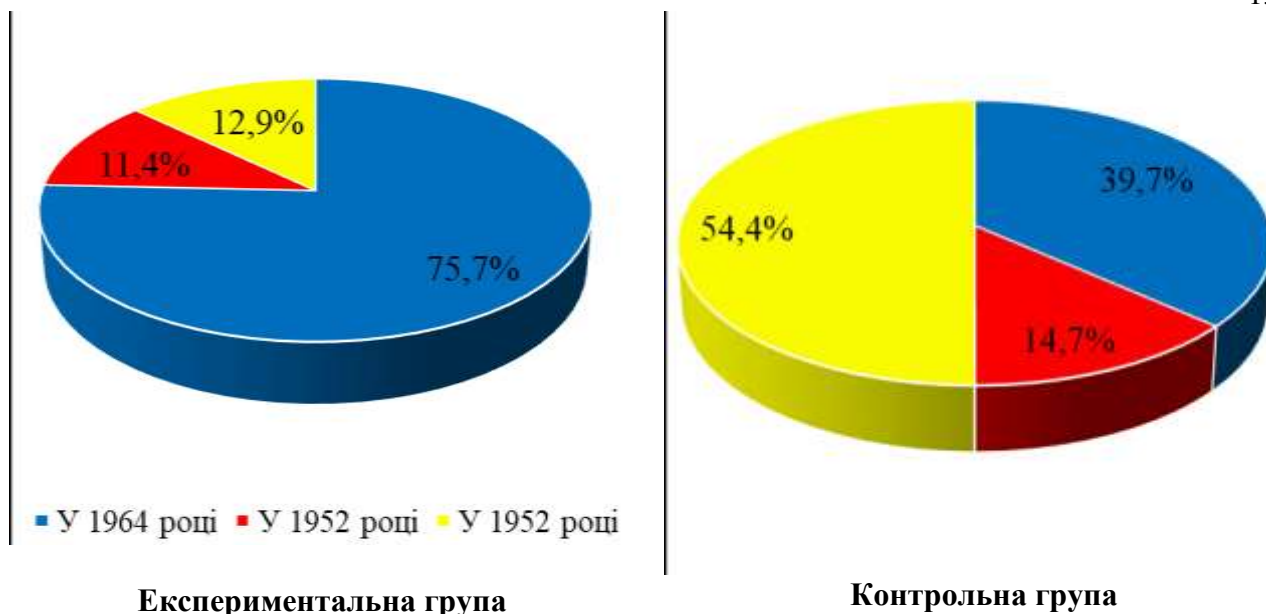
Запитання з визначення фундаментальних теоретичних знань історії та правил волейболу були спеціально міксовані нами, що інколи могло заплутувати тих, хто брав участь у тестуванні. Однак на нашу думку, саме у майбутніх фахівців у галузі фізичної культури і спорту повинні бути більш поглиблені знання, ніж у студенті, які навчаються за іншими спеціальностями.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо переміщення гравця зони 6 при виконання переходу у волейболі представлено у рисунку 4.36.



**Рис. 4.36.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо переміщення гравця зони 6 при виконання переходу у волейболі (%)

Співвідношення правильних та неправильних відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо того, коли вперше пройшли змагання з волейболу на Олімпійських іграх



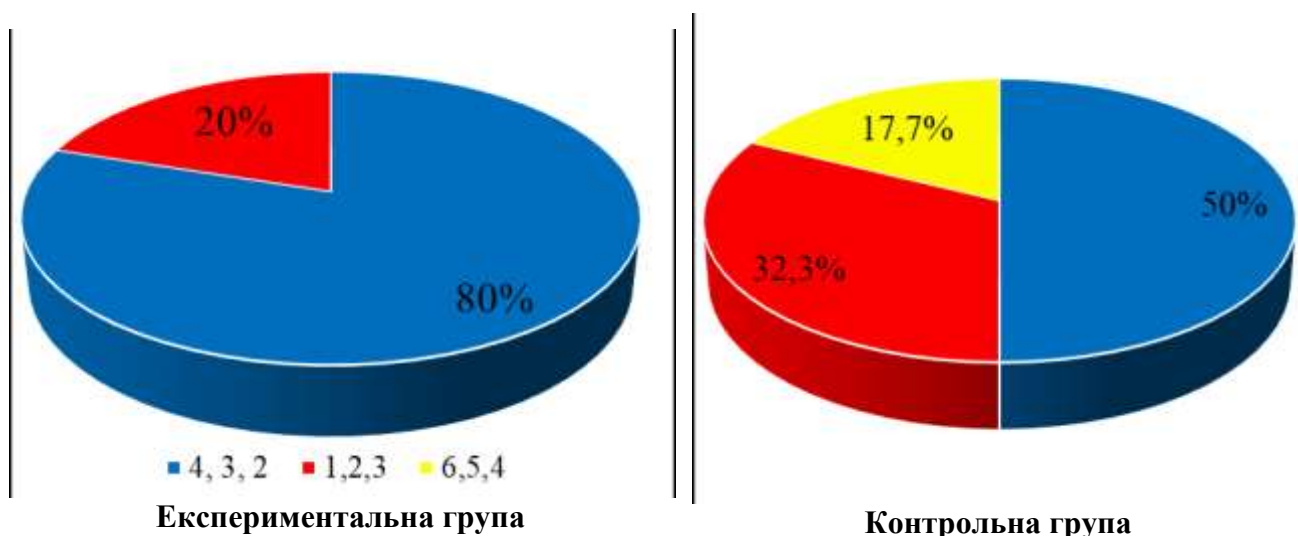
**Рис. 4.37.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо того, коли вперше пройшли змагання з волейболу на Олімпійських іграх (%)

Вперше волейбол було представлено у програмі Олімпійських ігор у 1964 році, які проходили у м.Токіо, Японія. На дане питання правильну відповідь надали 75,7% здобувачів експериментальної та 39,7 – контрольної. Низькі показники таких знань у контрольній групі свідчить про недостатню увагу збоку сучасної молоді до історичних подій минулого. Понад 50 % здобувачів контрольної групи. зазначили, що волейбол включено у 1952 році.

Наступне запитання стосувалось було таким «Гравці яких позицій є гравцями передньої лінії у волейболі?». До даного питання було запропоновано три відповіді: позицій 4, 3, 2; позицій 1, 2, 3; позицій 6, 5, 4.

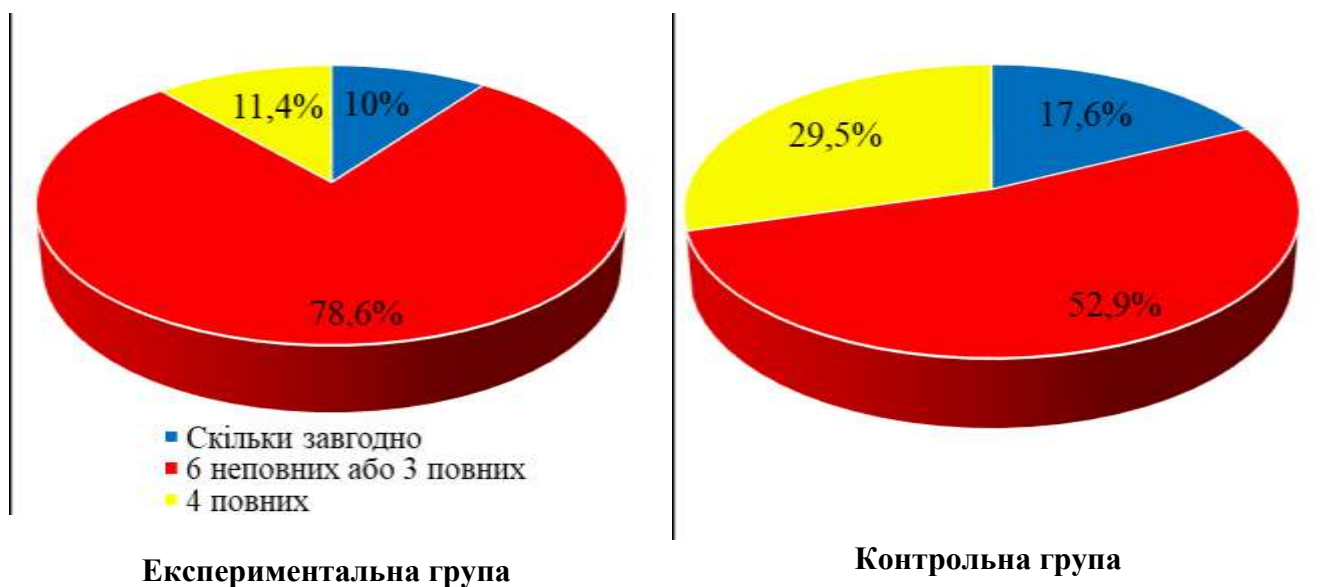
Співвідношення здобувачів контрольної та експериментальної груп, що надали правильні та неправильні відповіді щодо того гравці яких позицій є гравцями передньої лінії у волейболі представлено у рисунку 4.38. В експериментальній групі дані показники набагато кращі – 80 % здобувачів відповіли правильно – позицій 4, 3, 2. Нажаль 20 % здобувачів недостатньо засвоїли дану тему. У контрольній групі лише 50 % студентів зазначили правильну відповідь, інші 32,3 % та 17,7 % надали неправильні відповіді, що

свідчить про відсутність у них теоретичних знань та практичного й змагального досвіду в грі волейбол.



**Рис. 4.38.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо того гравці яких позицій є гравцями передньої лінії у волейболі (%)

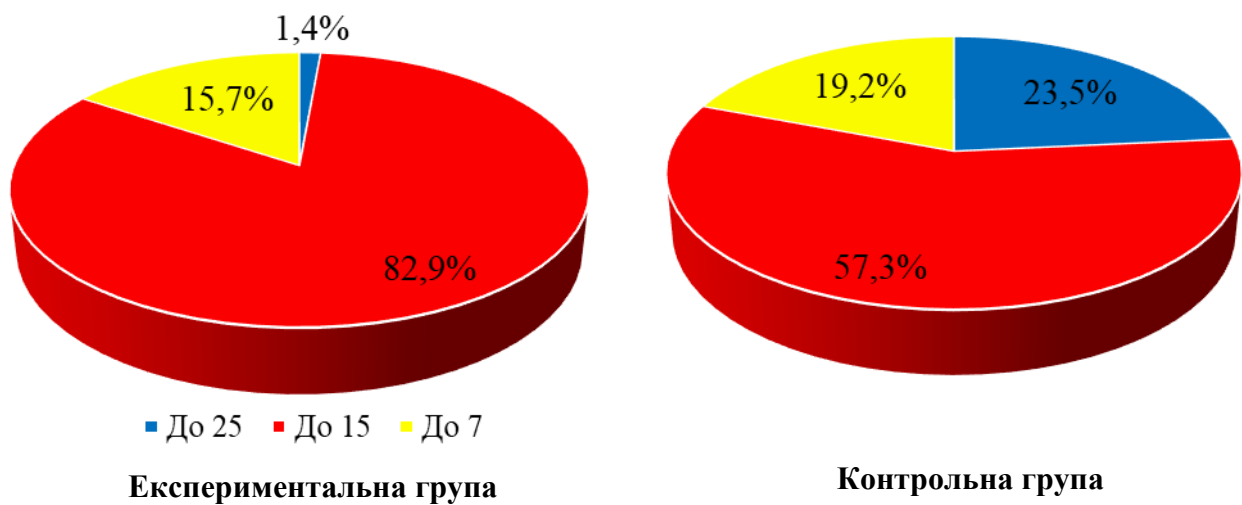
Важливим у діяльності вчителя з фізичної культури і тренера з волейболу є знання щодо кількості замінів, що дозволяється команді в кожній партії у волейболі (рис. 4.39.).



**Рис. 4.39.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо максимальної кількості замінів, що дозволяється команді в кожній партії у волейболі (%)

Отже, на дане питання 78,6% здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту експериментальної групи відмітили правильну відповідь з трьох запропонованих (6 неповних та 3 повних), що на понад 25% більше, ніж у контрольній групі – 52,9%. 17,6 % відсотків здобувачів КГ та 10 відсотків ЕГ взагалі не знали про обмеження у кількості заміни в волейболі.

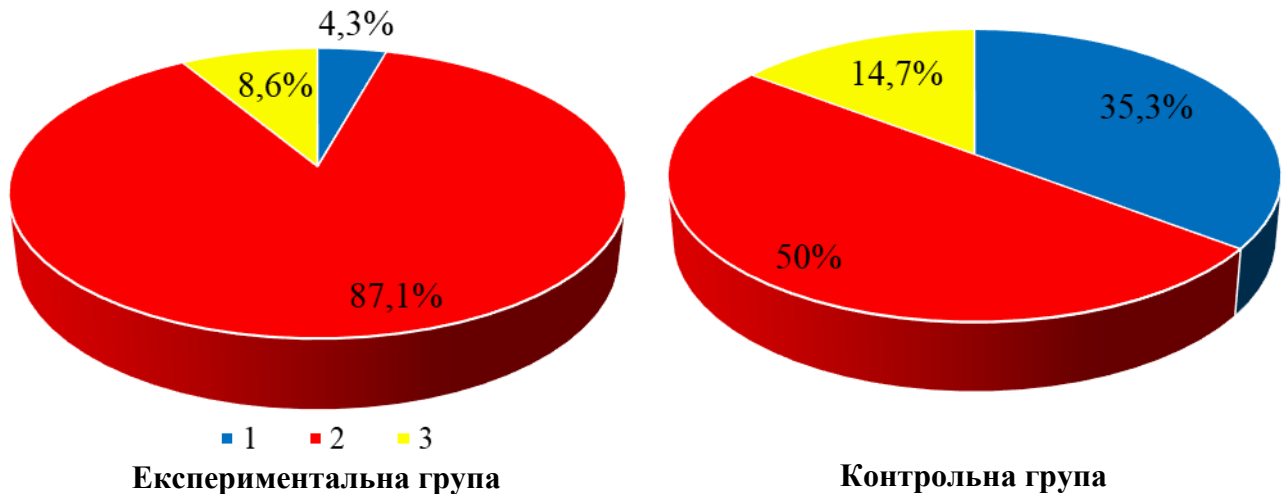
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо рахунку п'ятої (тай-брейк) партії у волейболі представлено у рисунку 4.40.



**Рис. 4.40.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо рахунку п'ятої (тай-брейк) партії у волейболі (%)

Значущими знаннями з правил гри – є розуміння студентською молоддю особливостю рахунку у тай-брейку – тобто чим закінчується гра за рівного рахунку у чотирьох попередніх партіях при рівному рахунку. 82,9% здобувачів експериментальної групи та 57,3% здобувачів контрольної групи – надали правильну відповідь, що до 15 очок. Деякі студенти контрольної групи (23,5 %) не знають правильної відповіді на це питання і зазначили, що 25 очок, як і в 1-4 партіях.

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кількості перерв, які може брати команда в кожній партії у волейболі представлено у рисунку 4.41.



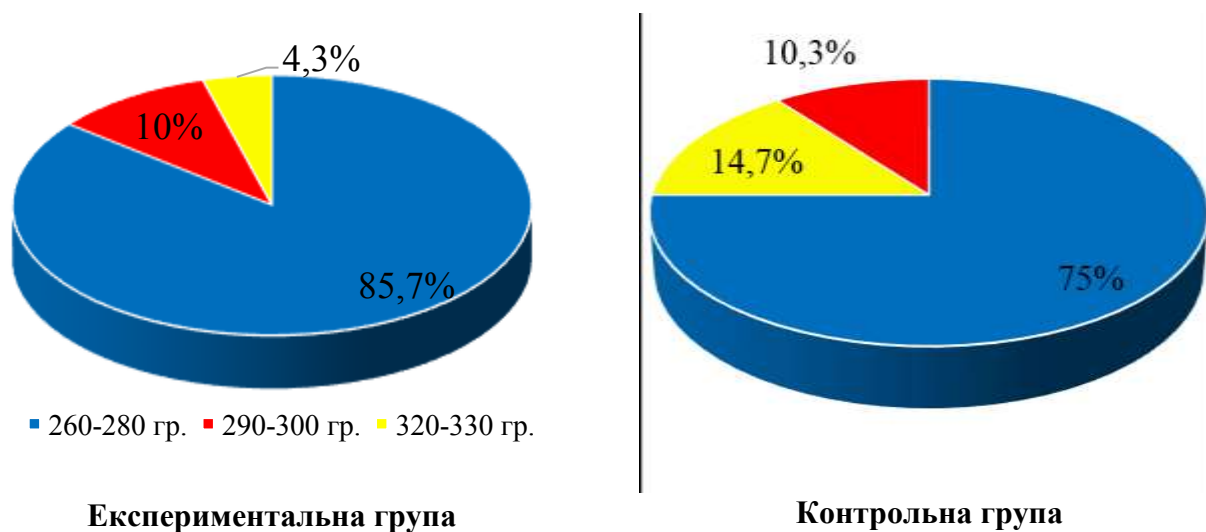
**Рис. 4.41.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кількості перерв, які може брати команда в кожній партії у волейболі (%)

В експериментальній групі 87,1% студентів відмітили правильну відповідь, що команда в кожній партії у волейболі може брати дві перерви. У контрольній групі цей показник на 30 % нижче – 50% здобувачів. 35,3 % студентів контрольної гри вказали на одну перерву, а 14,7 % - три перерви, в експериментальній групі відсоток студентів, які надали неправильні відповіді менший – 4,3% та 8,6% відповідно.

Враховуючи такі результати тестування, ми вважаємо, що при дистанційній формі навчання необхідно більше уваги надавати саме тим правилам гри, які стосуються безпосередньої участі тренера під час змагань з волейболу (заміни, перерви).

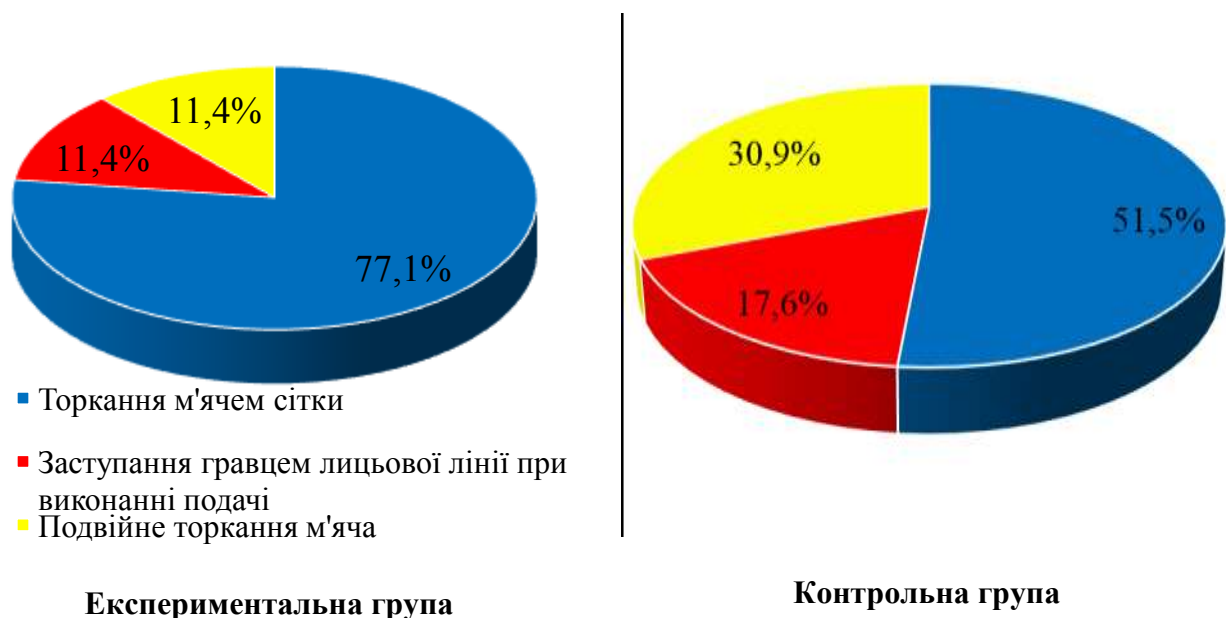
Знання про інвентар та обладнання, які застосовуються у волейболі, є не менш важливими, у порівнянні з іншими фундаментальними теоретичними знаннями. Особливо цим аспектам приділяється увага при дистанційному режимі викладання волейболу у ЗЗСО, коли вчитель може продемонструвати відео матеріали, як виглядають м'ячі, еволюцію м'ячів, як і де їх виготовляють, як тестують на міцність тощо. Тому у ЗВО фізичної культури і спорту під час підготовки майбутніх фахівців необхідно більше уваги приділяти вивченню

таких тем. Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ваги волейбольного м'яча (рис. 4.42).



**Рис. 4.42.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ваги волейбольного м'яча (%)

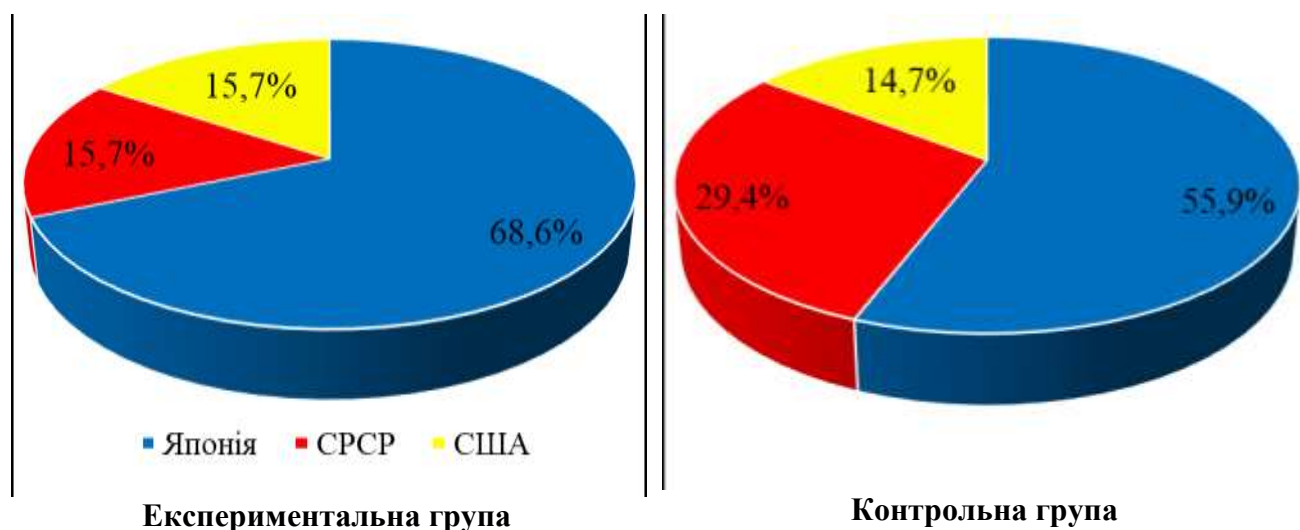
Після впровадження нашої авторської програми теоретичної підготовки відсоток студентів, які надали правильну відповідь (260-280 грам) в експериментальній групі 85,7%, а у контрольній – 75 %.



**Рис. 4.43.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дій, які не є помилковими при розіграші м'яча у волейболі (%)

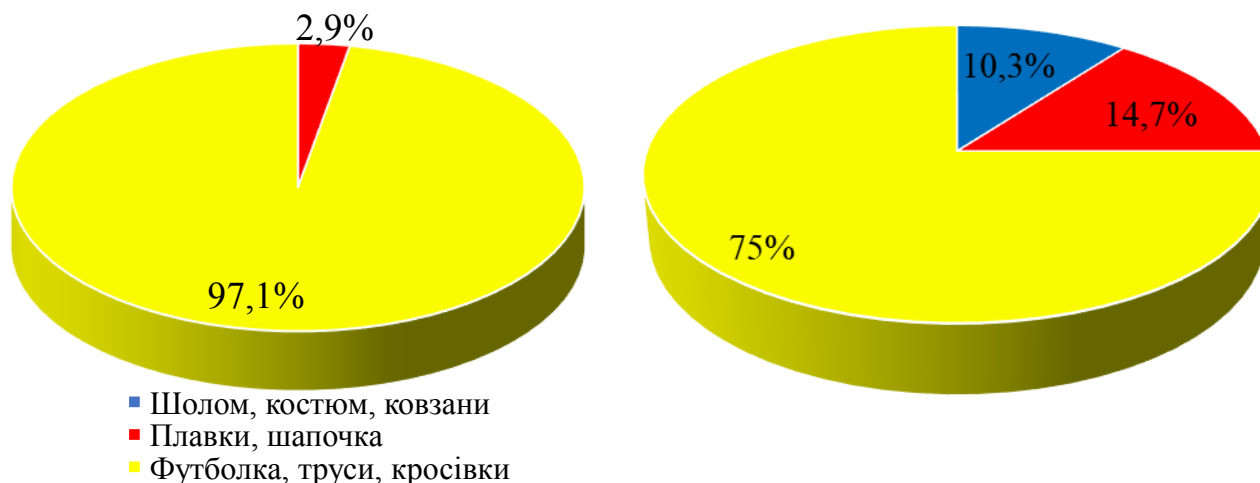
Достатньо уваги протягом впровадження авторської методики було приділено визначенню дій, які не є помилковими при розіграші м'яча у волейболі. В експериментальній групі 68,6% студентів надали правильну відповідь «Торкання м'ячом сітки», в контрольній групі таких студентів було 51,5%. Також достатньо багато (30,9%) студентів КГ зазначили, що це подвійне торкання м'яча, 17,6% студентів відмітили, що це заступання гравцем лицьової лінії при виконанні подачі. В експериментальній групі таких студентів було менше – 11,4% та 11,4% відповідно до неправильних відповідей.

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо команди перших олімпійських чемпіонів серед жінок з волейболу представлено у рисунку 4.44.



**Рис. 4.44.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо команди перших олімпійських чемпіонів серед жінок з волейболу (%)

Жіноча команда Японії є першим Олімпійським Чемпіоном, на це питання правильну відповідь надали 68,6 % представників експериментальної та 55,9 % контрольної. Інші студенти 15,7 % ЕГ та 29,7 % КГ – зазначили неправильно, що це команда СРСР та 15,7 % ЕГ та 14,7 % КГ – зазначили також неправильно, що це команда США.

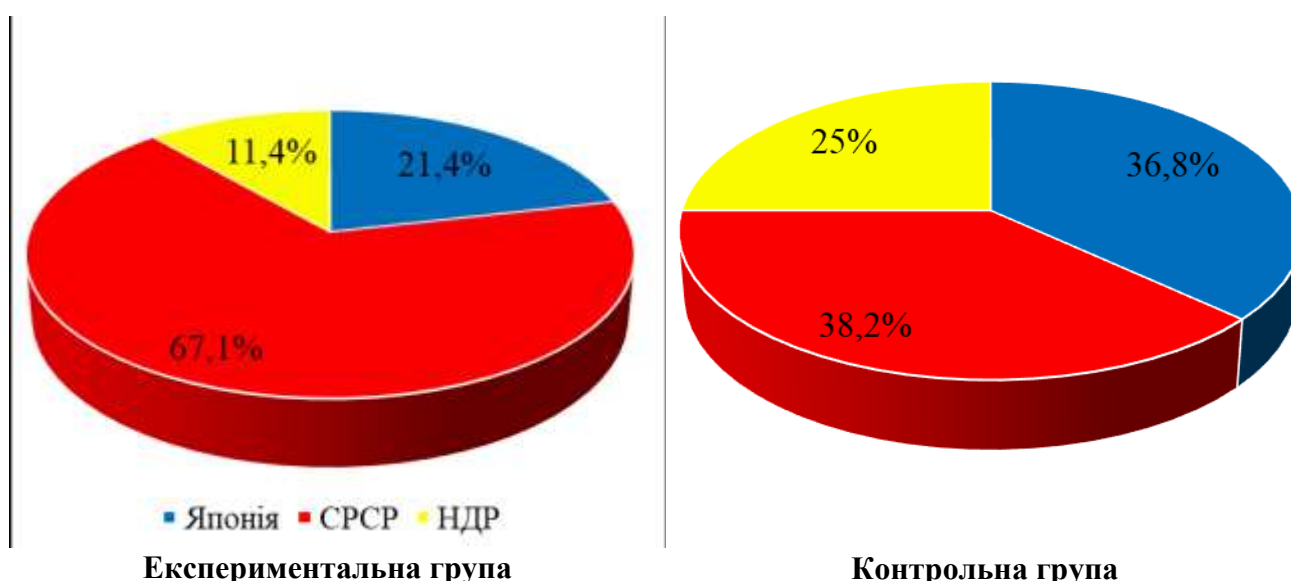


**Експериментальна група**

**Контрольна група**

**Рис. 4.45.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо екіпірування волейболістів (%)

Основне екіпірування волейболістів складається з футболки, спортивних трусів та кросівок. Результати відповідей нашого тестування засвідчили, що в експериментальній групі про це знають 97,1 % здобувачів. Не дивлячись на те, що відповіді на дане питання методом виключення неправильних відповідей було достатньо просто, 2 студенти з гумором відмітили, що це «плавки та шапочка». У контрольній групі відсоток неправильних відповідей був значно вищий (рис. 4.45.).

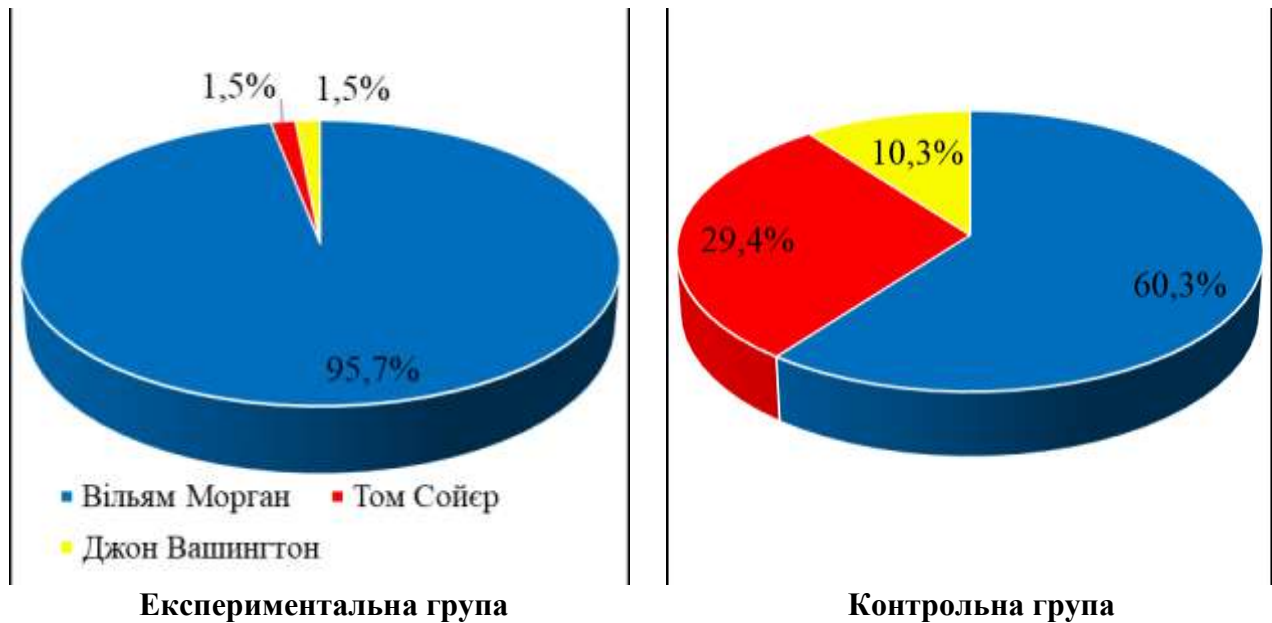


**Експериментальна група**

**Контрольна група**

**Рис. 4.46.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо команди перших олімпійських чемпіонів серед чоловіків з волейболу (%)

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо засновника гри у волейбол представлено у рисунку 4.47. 96,7% здобувачів експериментальної групи надали правильну відповідь, що це Вільям Морган (США).



**Рис.4.47.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо засновника гри у волейбол (%)

Для перевірки загального інтелекту нами спеціально були надані такі варіанти неправильних відповідей, як Том Соєр та Джон Вашингтон. Дивним фактом для нас під час аналізу результатів стало те, що 29,4 % респондентів з контрольної групи відмітили відповідь Том Соєр та 10,3 % - Джон Вашингтон.

#### **4.6. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Спеціалізовані знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

Наступним етапом було проведення тестування №2, яке містило такі запитання. Тестування № 2 «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу» включало такі питання (Додаток Е).

1. Які ігрові амплуа гравців є у волейболі?
2. Яка роль зв'язуючого гравця у команді?

3. Яку функцію виконує догравальник під час гри?
4. Доцільно узгоджені дії гравців, спрямовані на досягнення перемоги у змаганнях – це:
5. У сучасному волейболі застосовують дві тактичні системи захисту під умовними назвами (якими?)
6. До техніки гри у волейбол відноситься:
7. Діагональний гравець виконує такі дії
8. Надайте характеристику ігровому амплуа ліберо
9. Хто може звернутися до судді з проханням про надання перерви?
10. Волейбольна команда на майданчику - це
11. При проведенні змагань з волейболу застосовуються такі системи розіграшів:
12. Що відбувається у п'ятій партії, коли одна з команд набирає 8 очок?
13. На якому етапі багаторічної підготовки знаходяться діти, які вперше прийшли на заняття з волейболу?
14. Основний інвентар та обладнання у волейболі:

Після проведеного тестування №2 набуло проаналізовано відсоток правильних відповідей у здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту. Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Спеціалізовані знання з волейболу» після педагогічного експерименту представлено у таблиці 4.13.

*Таблиця 4.13*

**Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Спеціалізовані знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

№	Питання зі спеціалізованих теоретичних знань з волейболу	Відсоток правильних відповідей (%)	
		Експериментальна група (n=70)	Контрольна група (n=68)
1.	Які ігрові амплуа гравців є у волейболі?	89,5	54,4

2.	Яка роль зв'язуючого гравця у команді?	82,9	63,2
3.	Яку функцію виконує догравальник під час гри?	89,5	47,1
4.	Доцільно узгоджені дії гравців, спрямовані на досягнення перемоги у змаганнях	78,9	57,3
5.	У сучасному волейболі застосовують дві тактичні системи захисту під умовними назвами (якими?)	89,5	30,9
6.	До техніки гри у волейбол відноситься	68,4	39,7
7.	Діагональний гравець виконує такі дії	81,6	41,2
8.	Надайте характеристику ігровому амплуа ліберо	64,9	39,7
9.	Хто може звернутися до судді з проханням про надання перерви?	73,7	60,3
10.	Волейбольна команда на майданчику - це	86,8	61,7
11.	При проведенні змагань з волейболу застосовуються такі системи розіграшів:	92,1	58,8
12.	Що відбувається у п'ятій партії, коли одна з команд набирає 8 очок?	76,3	48,5

13.	На якому етапі багаторічної підготовки знаходяться діти, які вперше прийшли на заняття з волейболу?	92,1	64,7
14.	Основний інвентар та обладнання у волейболі	86,8	54,4

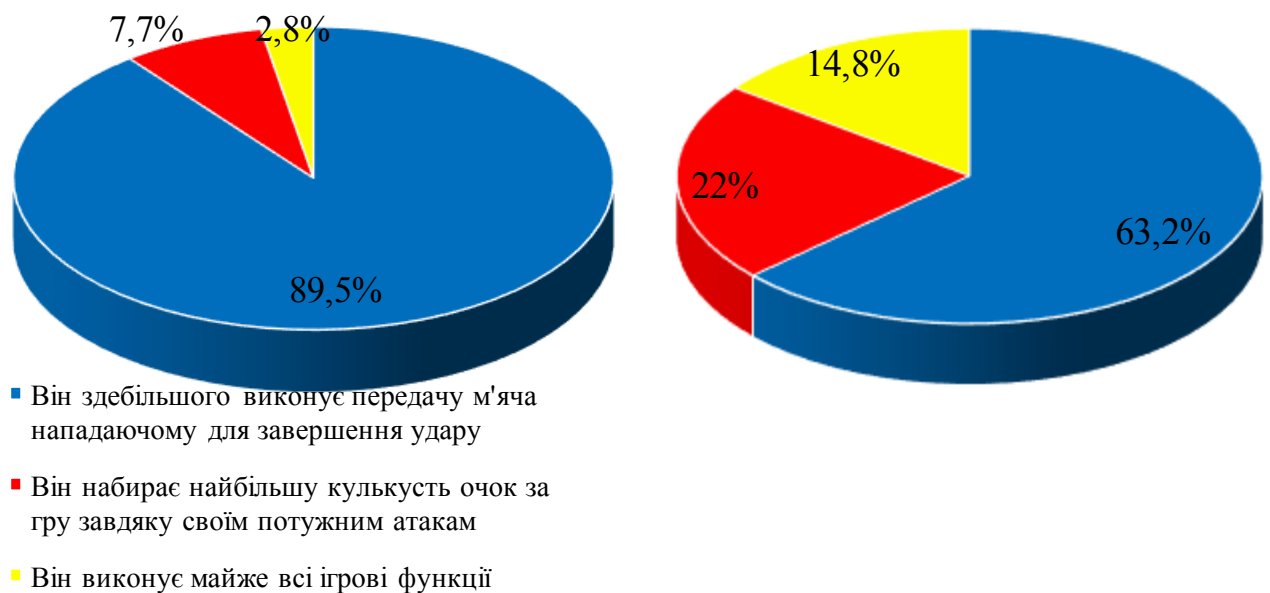
Відсоткове співвідношення студентів експериментальної та контрольної груп ЗВО фізичної культури і спорту, які надали вірні та невірні відповіді на окремі запитання представлено у рисунках 4.48. – 4.61.



**Рис. 4.48.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ігрових амплуа у волейболі (%)

Аналіз відповідей щодо ігрових амплуа у волейболі після проведення педагогічного експерименту засвідчили, що здобувачі експериментальної групи в більшому ступені орієнтуються, що «Центральний блокуючий, діагональний, догравальник, зв'язуючий, ліберо» це правильна відповідь. У контрольній групі таких студентів було лише 54,4 %. Достатньо багато студентів контрольної групи плутають ігрові амплуа з інших командних спортивних ігор таких як баскетбол «Розігравач, атакувальний захисник, легкий форвард, важкий форвард, центровий» (14,7 %) та футбол «Центральний захисник, опорний півзахисник, центральний півзахисник, лівий нападник, голкіпер» (30,9 %).

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ролі зв'язуючого гравця у волейболі представлено у рисунку 4.49.



**Експериментальна група**

**Контрольна група**

**Рис. 4.49.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ролі зв'язуючого гравця у волейболі (%)

На дане питання «Яка роль зв'язуючого гравця у команді?» у нас було запропоновано три відповіді: він здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару; він набирає найбільшу кількість очок

за гру завдяки своїм потужним атакам; він виконує майже всі ігрові функції. Правильну відповідь «він здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару» надало 89,5% здобувачів експериментальної групи, у контрольній групі таких студентів було вірогідно менше – 63,2%. Окрім того, у контрольній групі 22% здобувачів відмітили, як правильну відповідь «він набирає найбільшу кількість очок за гру завдяки своїм потужним атакам» та 14,8 % здобувачів – вважають, що зв'язуючий гравець у волейболі виконує майже всі ігрові функції.



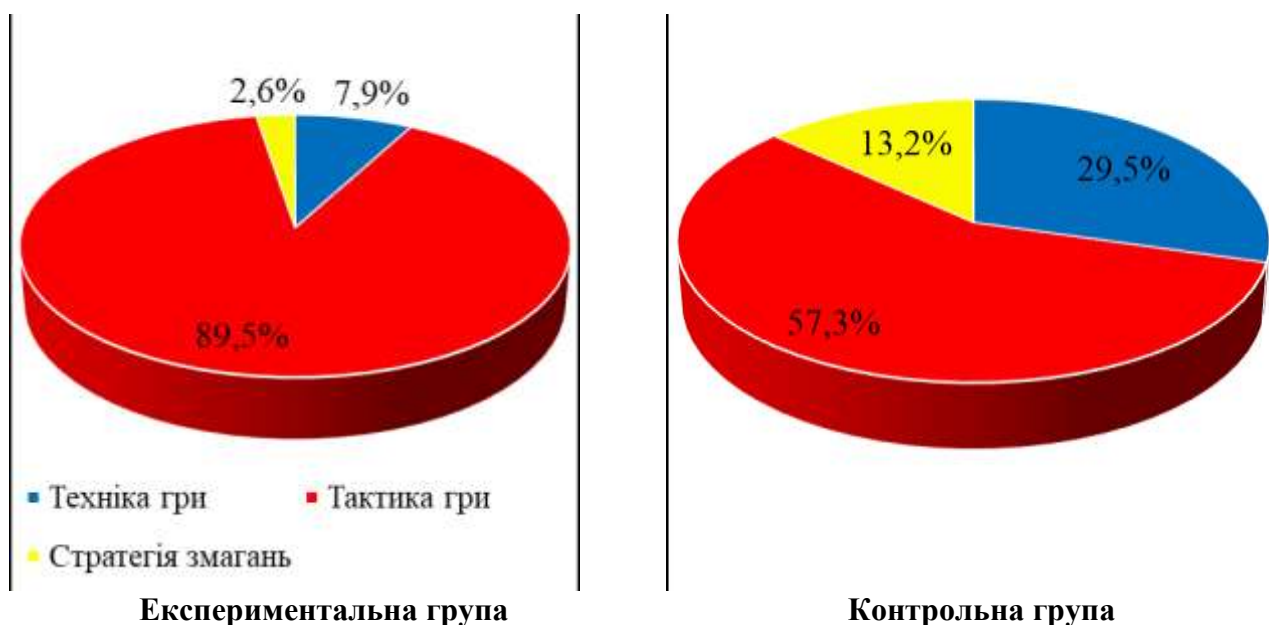
**Рис. 4.50.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо функції, яку виконує догравальник у волейболі (%)

Подібне питання стосувалося і функції, яку виконує догравальник у волейболі. На це питання у нас було запропоновано такі варіанти відповідей: виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару; головним обов'язком є блокування атакуючих ударів; універсальний гравець, який бере участь у прийманні м'ячів, атаці та захисті.

Правильну відповідь, що це універсальний гравець, який бере участь у прийманні м'ячів, атаці та захисті, зазначило 78,9% здобувачів

експериментальної групи, у контрольній групі кількість таких студентів була на понад 30% меншою – 47,1%. Майже однакова кількість студентів відмітила неправильні відповіді 27,9% та 25%. Це також підтверджує той факт, що студенти недостатньо часу приділяють перегляду змагань по Інтернету та телебаченню із супроводом коментаторів, які постійно пояснюють правила змагань та називають гравців за ігровими амплуа. У шкільних командах ЗЗСО не всі вчителі пояснюють учням ці відмінності так як інколи самі погано орієнтуються у цих спеціалізованих знаннях.

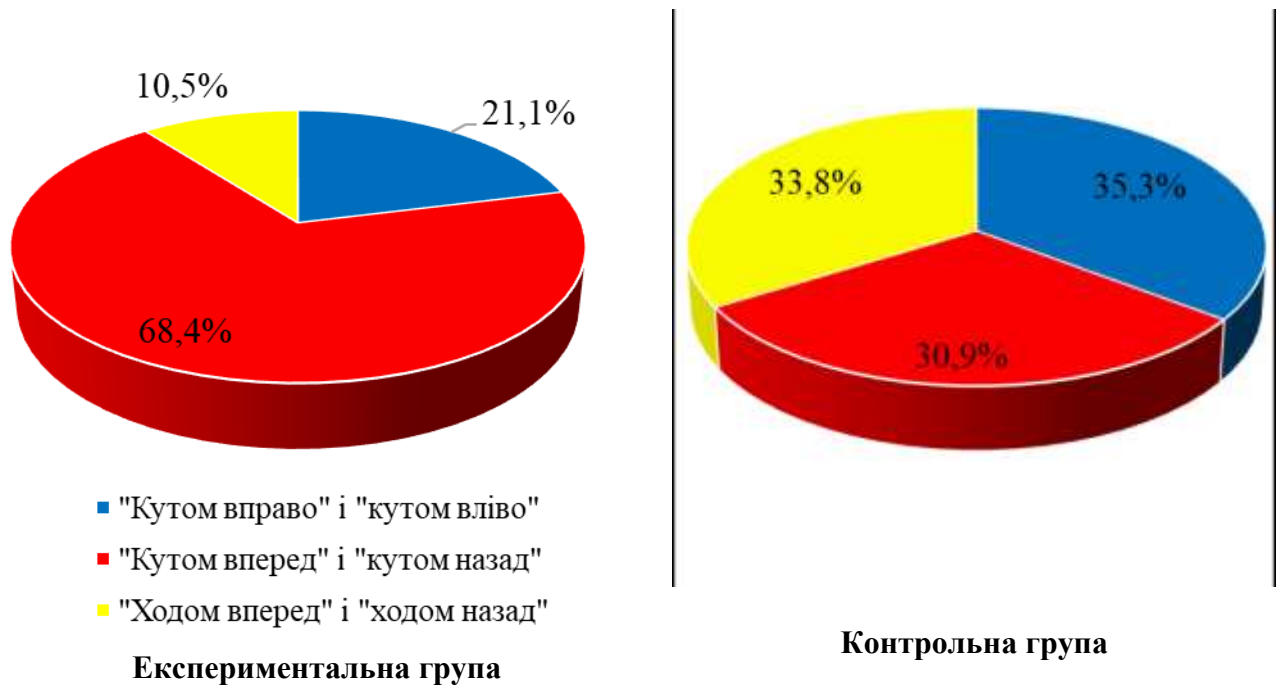
Тактика гри – є достатньо значущою темою для опанування таким командним видом спорту, як волейбол. Наступне питання стосувалося саме цього поняття (рис. 4.51).



**Рис. 4.51.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо доцільно узгоджених дій гравців, спрямованих на досягнення перемоги у волейбольному матчі (%)

Аналіз правильних та неправильних відповідей свідчить, 89,5% здобувачів експериментальної групи знають визначення поняття «тактика гри», у контрольній групі таких студентів на понад 30 відсотків менше.

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо умовних назв двох тактичних систем, які використовуються у сучасному волейболі представлено у рисунку 4.52.



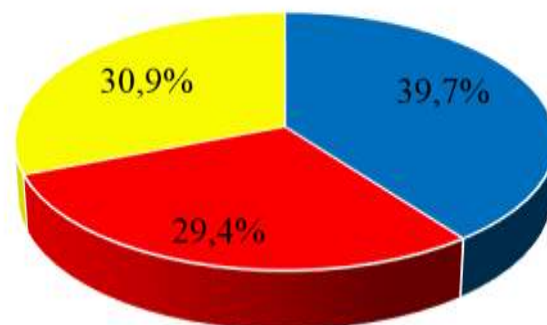
**Рис. 4.52.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо умовних назв двох тактичних систем, які використовуються у сучасному волейболі (%)

Правильну відповідь «Кутом вперед та кутом назад» відмітили 68,4% здобувачів експериментальної групи, тому що у розділі «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу» авторської теоретичної підготовки також пояснювалася специфіка тактичних схем волейболістів. Представники контрольної групи погано орієнтувалися у тактичних схемах і їх відповіді розподілилися майже на три рівних частини у відсотках: правильну відповідь відмітило лише 30,9 %, неправильні відповіді «Кутом вправо і кутом вліво» (35,3%) та «Ходом вперед і ходом назад» (33,8 %).

У питаннях щодо техніки гри волейбол було отримано достатньо багато неоднорідних відповідей у представників контрольної групи (рис. 4.53). Правильну відповідь «Подача м'яча» зазначили у тестуванні здобувачі експериментальної групи (81,6 %).



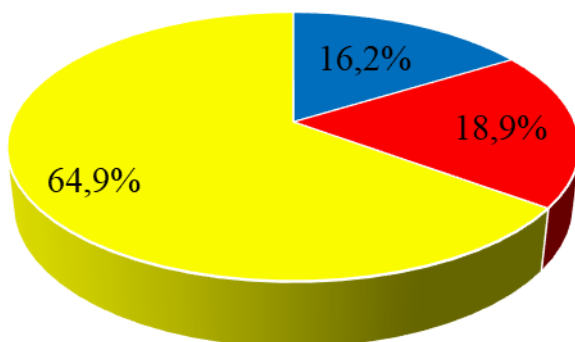
**Експериментальна група**



**Контрольна група**

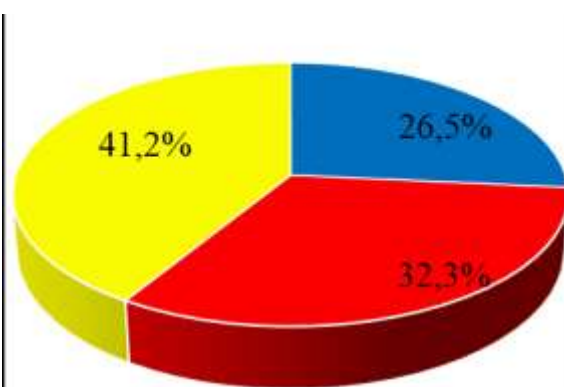
**Рис. 4.53.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо елементів техніки гри у волейбол (%)

За рахунок дистанційного режиму навчання деякі студенти плутають технічні прийоми з волейболу з технічними прийомами з баскетболу та футболу. Так, 30,9 % до техніки волейболу віднесли баскетбольний прийом у захисті – відбивання, а 29,4 % зазначили ловіння м'яча волейбольним технічним прийомом.



- Від його дій здебільшого залежить успіх у боротьбі з блокуючими гравцями
- Він здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару
- Атакує в основному з задньої лінії, не бере участь у прийомі м'яча

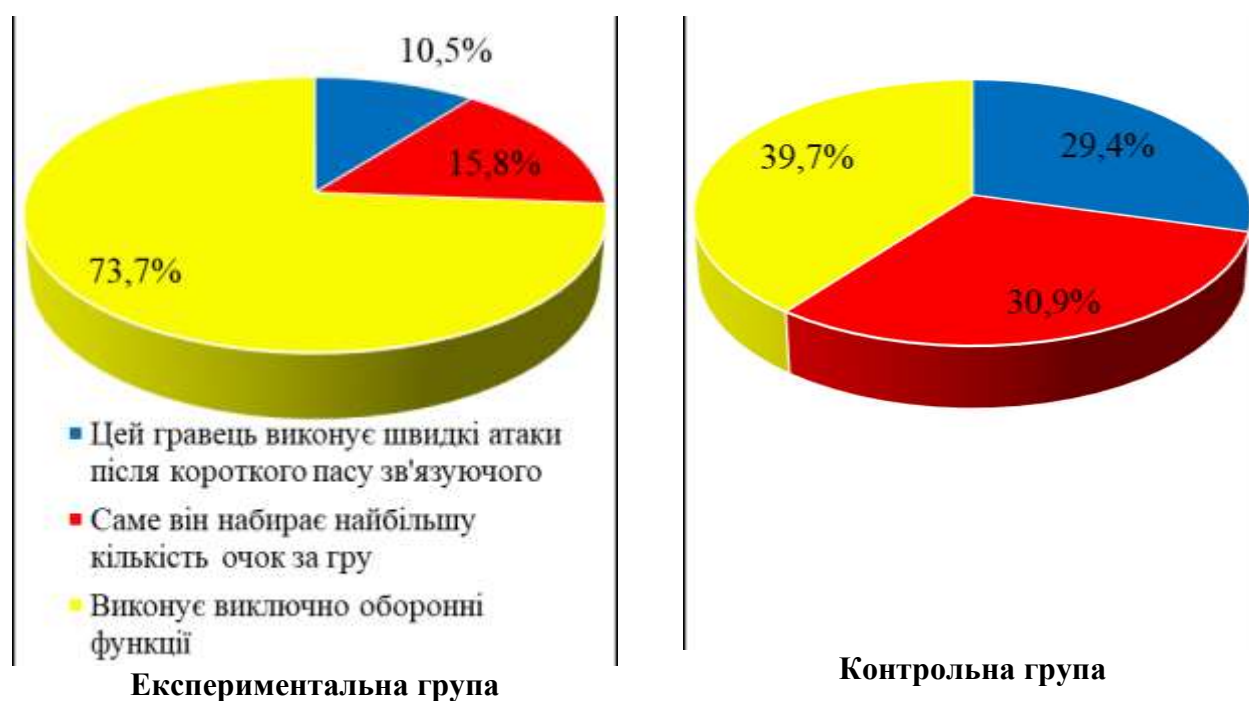
**Експериментальна група**



**Контрольна група**

**Рис. 4.54.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дій діагонального гравця у волейболі (%)

Питання щодо функціональних обов'язків таких ігрових амплуа, як діагональний і ліберо для студентів контрольної групи виявилися достатньо складними і вони надали неоднорідні відповіді, за відсотком лише 39,7% надали правильну відповідь (що діагональний гравець атакує в основному з задньої лінії, не бере участь у прийомі м'яча), неправильні відповіді були у 32,3% (що діагональний здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару) та 26,5% надало неправильну відповідь (від його дій здебільшого залежить успіх у боротьбі з блокуючими гравцями). У представників експериментальної групи правильну відповідь надало 64,9 % здобувачів.



**Рис. 4.55.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо характеристики ігрового амплуа ліберо у волейболі (%)

По ігровому амплуа ліберо 73,4% студентів відмітили правильну відповідь та орієнтуються у функціональних обов'язках гравця, що він виконує виключно оборонні функції.

У контрольній групі респонденти не були настільки ж переконливими: лише 39,7 % надали правильну відповідь.

Відсотковий розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо того, хто може звернутися до судді з проханням про надання перерви у волейбольному матчі представлено у рисунку 4.56.



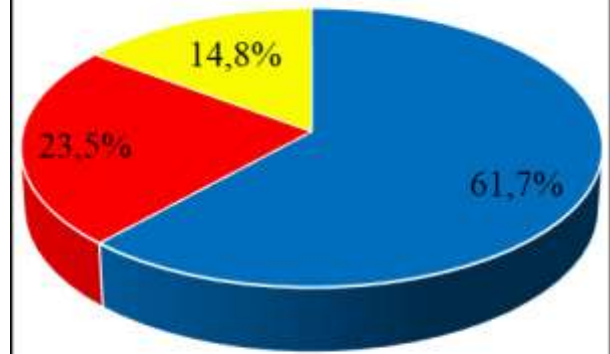
**Рис. 4.56.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо того, хто може звернутися до судді з проханням про надання перерви у волейбольному матчі (%)

Аналіз відповідей свідчить, що з трьох запропонованих варіантів відповіді: тренер або капітан команди; запасний гравець; будь-хто з гравців команди на майданчику, правильну відповідь «тренер або капітан команди» відмітили 86,8% представників експериментальної та 60,3% - контрольної групи, також 30,9 % студентів контрольної групи зазначили невірно (будь-хто з гравців команди на майданчику) і лише 8,8 % - нерівну відповідь (запасний гравець).

Відсотковий розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кількості гравців у волейбольній команді на майданчику представлено у рисунку 4.57.



Експериментальна група



Контрольна група

**Рис. 4.57.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кількості гравців у волейбольній команді на майданчику (%)

Аналіз відповідей засвідчив чітке запам'ятовування кількості гравців на майданчику у волейболі – це 6 гравців. Таку відповідь відмітили 92,1% студентів ЕГ та 61,7% КГ. У представників контрольної групи були ще вагання на рахунок складу команди, деякі зазначили, що 5 гравців (23,5%), інші (14,8%), що 7 гравців.

Такі показники правильних та неправильних відповідей можуть свідчити про той факт, що освітній компонент «Теорія і методика спортивних ігор» на спеціальностях фізкультурного профілю охоплює 5 спортивних ігор, а в деяких ЗВО ще більше, тому здобувачі, які спеціалізуються у інших видах спорту не завжди можуть зорієнтуватися і плутають кількість з баскетболом (5 гравців), гандболом (7 гравців).

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо систем розіграшів, які застосовуються при проведенні змагань з волейболу представлено у рисунку 4.58. Системи розіграшів під час проведення змагань з волейболу також було включено, як окрему тему до нашої структури та змісту теоретичної підготовки.



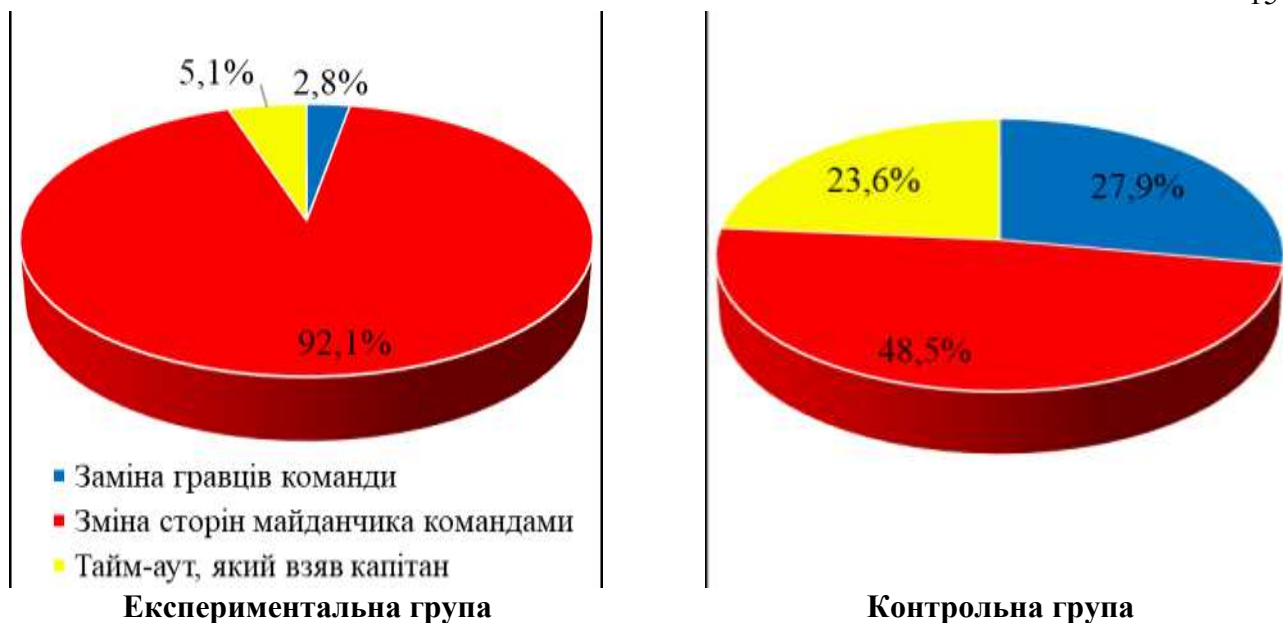
**Рис. 4.58.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо систем розіграшів, які застосовуються при проведенні змагань з волейболу (%)

До даного питання були надані три варіанти відповіді: «колова; з вибуванням після поразки, змішана (поєднання двох перших систем)»; «з розсіюванням, ланцюжком, піраміда»; «плей-оф».

Правильну відповідь зазначили (колова; з вибуванням після поразки, змішана (поєднання двох перших систем) 76,3 % у експериментальній та 58,8 % - у контрольній групі. Неправильні для волейболу систему розіграшу стосувалися інших спортивних ігор: тенісу та баскетболу.

Наступним питанням було з приводу дій, які відбуваються у п'ятій партії, коли одна з волейбольних команд набирає 8 очок.

До цього питання також було запропоновано три варіанти відповідей 1 - заміна гравців команди; 2 - зміна сторін майданчика командами; 3 - тайм-аут, який взяв капітан. Правильну відповідь (зміна сторін майданчика командами) надали 92,1 % студентів в експериментальній групі та лише 48,5% - в контрольній.

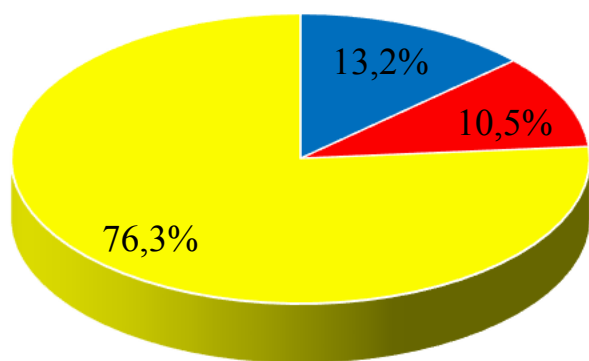


**Рис. 4.59.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дій, які відбуваються у п'ятій партії, коли одна з волейбольних команд набирає 8 очок (%)

Також було питання щодо етапів багаторічної підготовки волейболістів «На якому етапі багаторічної підготовки знаходяться діти, які вперше прийшли на заняття з волейболу?» й три варіанти відповідей: етап попередньої базової підготовки, етап спеціалізованої базової підготовки, етап початкової підготовки. правильну відповідь надали 76,3 та 64,7 студентів ЕГ та КГ відповідно (рис. 4.60.).

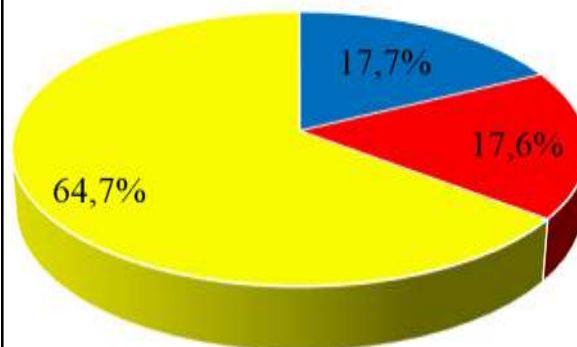
Але нажаль деякі студенти погано орієнтуються у цьому питанні і по 17,7 % студентів контрольної групи зазначили етап попередньої базової та етап спеціалізованої базової підготовки.

Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо основного інвентаря та обладнання у волейболі представлено у рисунку 4.61. В даному питанні надавалося три варіанти відповідей: сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки/стійки для сітки; спеціальні «антени» для волейболу і кишені для них; кошик, волейбольний м'яч, трос для сітки; спеціальні «антени» для волейболу і кишені для них; сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки; прапорці для кутових.



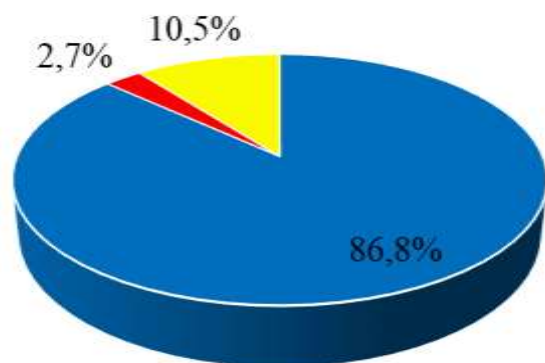
- Етап попередньої базової підготовки
- Етап спеціалізованої базової підготовки
- Етап початкової підготовки

**Експериментальна група**



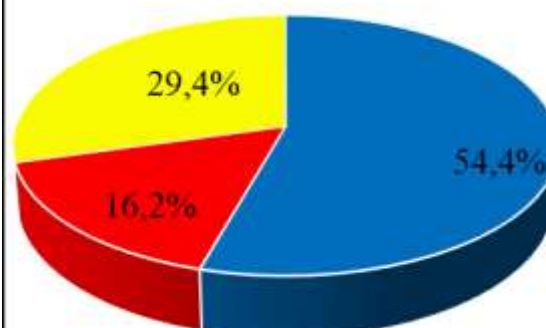
**Контрольна група**

**Рис. 4.60.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо етапу багаторічної підготовки, на якому знаходяться діти, які вперше прийшли на заняття з волейболу (%)



- Сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки/стійки; спеціальні "антени" для волейболу і кишені для них
- Кошик, волейбольний м'яч, трос для сітки; спеціальні "антени" для волейболу і кишені для них
- Сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки; прапорці для кутових

**Експериментальна група**



**Контрольна група**

**Рис. 4.61.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо основного інвентаря та обладнання у волейболі (%)

Аналіз результатів свідчить, що правильну відповідь (сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки/стійки для сітки) відмітило 86,8 % здобувачів вищої освіти експериментальної групи та лише 54,4% - контрольної. Також студентами КГ були обрані й невірні відповіді 29,4% та 16,2%.

В цілому представники експериментальної групи надавали вірогідно більшу кількість правильних відповідей за всіма питаннями з розділу «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу» у порівнянні зі студентами контрольної групи, у яких не впроваджувалася авторська теоретична підготовка при дистанційній формі навчання.

#### **4.7. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Поточні знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

Аналогічним чином було розроблено питання з варіантами відповідей для контролю засвоєння знань з розділу теоретичної підготовки «Поточні теоретичні знання з волейболу» (Додаток Ж).

##### **Тестування № 3 «Поточні теоретичні знання з волейболу»**

1. Оберіть найтитулованішого волейболіста України
2. Оберіть найтитулованішу волейболістку України
3. Найкращий волейболіст України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)
4. Найкраща волейболістка України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)
5. Який український чоловічий волейбольний клуб є найтитулованішим?
6. Який український жіночий волейбольний клуб є найтитулованішим?
7. Які показники враховують аналітики в статистичному протоколі волейбольного матчу?
8. Основна мета статистики під час змагальної діяльності у волейболі:

9. Призери (медалісти) змагань з волейболу серед чоловічих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024.
10. Призери (медалісти) змагань з волейболу серед жіночих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024.
11. Найціннішим гравцем олімпійського волейбольного турніру серед чоловіків у Парижі – 2024 визнано
12. Найціннішою гравчиною олімпійського волейбольного турніру серед жінок у Парижі – 2024 визнано
13. Визначить топові змагання, у яких брала участь чоловіча збірна України за роки Незалежності
14. Визначить топові змагання, у яких брала участь жіноча збірна України за роки Незалежності
15. Чоловічі топові команди України з волейболу
16. Жіночі топові команди України з волейболу
17. Який тренер очолював чоловічу збірну України на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі
18. Який тренер очолював жіночу збірну України у Євролізі 2023 року
19. Яка кінострічка присвячена спортивній та тренерській кар'єрі Лан Пін?
20. В якому клубі суперліги розпочав свою професійну кар'єру Олег Плотницький?
21. Які дитячі змагання з волейболу проводяться на всеукраїнському рівні?
22. Вкажіть свою спеціалізацію (вид спорту), за яким Ви навчаєтесь в ЗВО фізичної культури і спорту

Нами було проаналізовано відповіді здобувачів вищої освіти після впровадження структури та змісту теоретичної підготовки на заняттях з освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (волейбол)». Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Поточні знання з волейболу» після педагогічного експерименту представлено у таблиці 4.14

**Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури  
і спорту з рівня «Поточні знання з волейболу» після педагогічного  
експерименту**

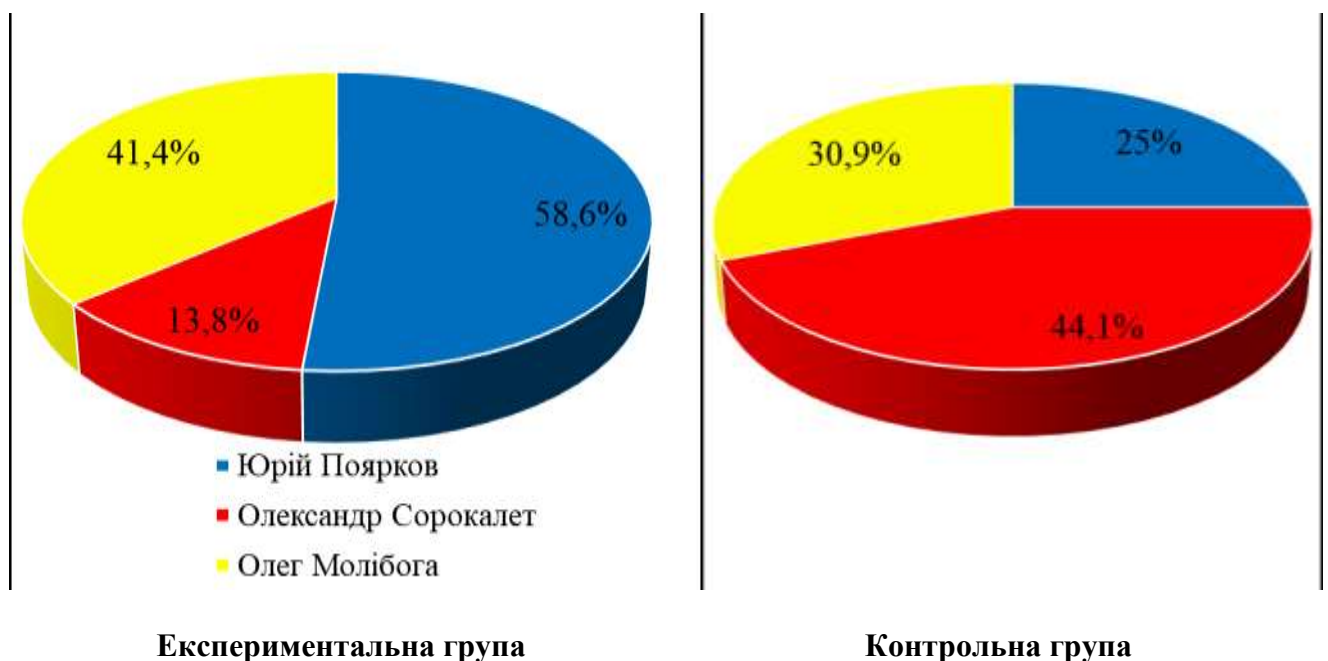
№	Питання з поточних теоретичних знань з волейболу	Відсоток правильних відповідей (%)	
		Експериментальна група (n=70)	Контрольна група (n=68)
1.	Оберіть найтитулованішого волейболіста України	58,8	25,0
2.	Оберіть найтитулованішу волейболістку України	37,9	29,4
3.	Найкращий волейболіст України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)	65,5	45,6
4.	Найкраща волейболістка України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)	53,6	27,9
5.	Який український чоловічий волейбольний клуб є найтитулованішим?	72,4	36,7
6.	Який український жіночий волейбольний клуб є найтитулованішим?	51,7	20,6
7.	Які показники враховують аналітики в статистичному протоколі волейбольного матчу?	75,9	20,6
8.	Основна мета статистики під час змагальної діяльності у волейболі	41,4	30,9

9.	Призери (медалісти) змагань з волейболу серед чоловічих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024.	51,7	30,9
10.	Призери (медалісти) змагань з волейболу серед жіночих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024	65,5	26,5
11.	Найціннішим гравцем олімпійського волейбольного турніру серед чоловіків у Парижі – 2024 визнано	51,7	27,9
12.	Найціннішою гравчиною олімпійського волейбольного турніру серед жінок у Парижі – 2024 визнано	58,6	29,4
13.	Визначить топові змагання, у яких брала участь чоловіча збірна України за роки Незалежності	41,4	26,5
14.	Визначить топові змагання, у яких брала участь жіноча збірна України за роки Незалежності	44,8	35,3
15.	Чоловічі топові команди України з волейболу	55,2	30,9
16.	Жіночі топові команди України з волейболу	37,9	25,0
17.	Який тренер очолював чоловічу збірну України на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі	34,5	25,0
18.	Який тренер очолював жіночу збірну України у Євролізі 2023 року	51,7	29,4

19.	Який тренер очолював жіночу збірну України у Євролізі 2023 року	31,0	25,0
20.	В якому клубі суперліги розпочав свою професійну кар'єру Олег Плотницький?	69,0	38,2
21.	Які дитячі змагання з волейболу проводяться на всеукраїнському рівні?	65,5	41,2

Відсоткове співвідношення вірних та невірних відповідей на окремі запитання у здобувачів ЗВО експериментальної та контрольної груп представлено у рисунках 4.62. – 4.83.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо найтитулованішого волейболіста України представлено у рисунку 4.62. Так, 58,6% представники експериментальної групи, відмітили правильну відповідь, однак, ми сподівалися, що після перегляду кінострічки про видатного українського волейболіста Юрія Пояркова, цю відповідь відмітять набагато більше здобувачів ЗФО фізкультури і спорту. У студентів контрольної групи вірний варіант обрало лише 25%, інші відповіді відмітило набагато більше здобувачів – Олександр Сорокалет (44,1 %) та Олег Молібога (30,9%).



**Рис. 4.62.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найтитулованішого волейболіста України (%)

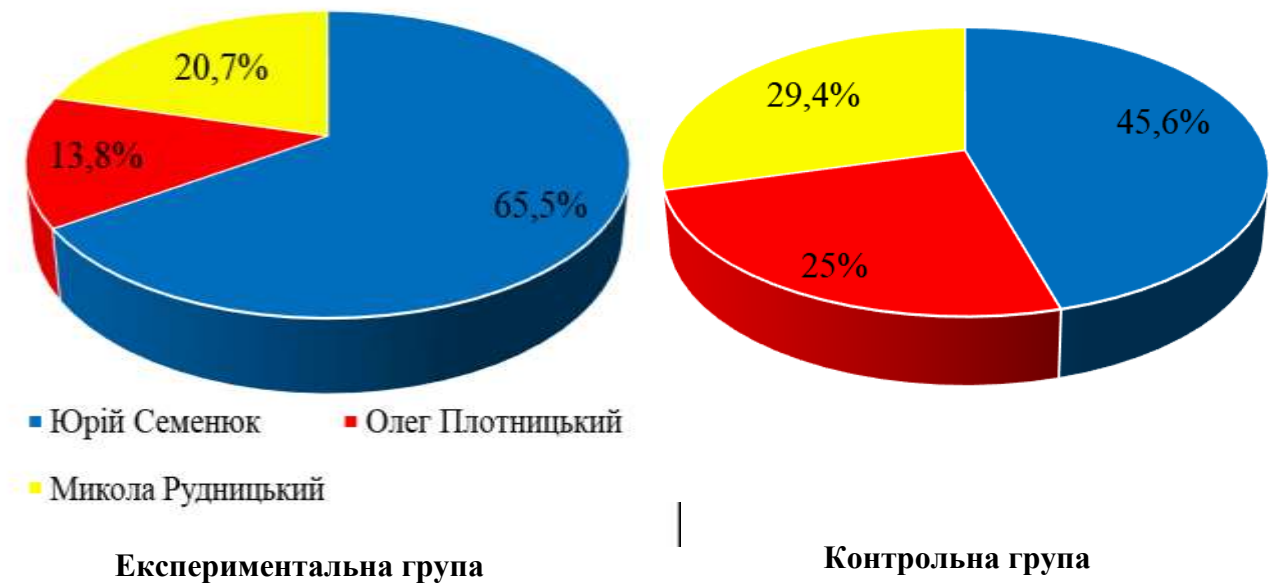
Подібна ситуація спостерігалася при аналізі відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо найтитулованішої волейболістки України (рис. 4.63.). Лише 37,0 % здобувачів експериментальної та 29,4% - контрольної надали правильну відповідь – Ольга Шкурнова.



**Рис. 4.63.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найтитулованішої волейболістки України (%)

Інші варіанти «Лідія Осадча» та «Любов Рудовська» були обрані також представниками контрольної (33,8 % та 36,8 % відповідно) та експериментальної груп (31,0 % та 31,0%) майже однаковою кількістю респондентів. Це свідчить про деяку випадковість при обранні правильної відповіді та недостатню зацікавленість молодим поколінням студентів історією досягнень українських волейболістів.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо найкращого волейболіста України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) представлено у рисунку 4.64.



**Рис. 4.64.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найкращого волейболіста України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) (%)

Не дивлячись на значну популярність Олега Плотницького, найкращим волейболістом України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) визнано Юрія Семенюка. Про це повідомлялось здобувачам експериментальної групи в ході вивчення тем з розділу «Поточні теоретичні знання з волейболу», тому переважна більшість учасників тестування експериментальної групи обрали правильну відповідь (65,5%), однак у контрольній групі ця відповідь була обрана значно меншою кількістю студентів – 45,6%. Олег Плотницький та Микола Рудницький були обрані 25% та 29,4%. У експериментальній групі їх обрали 13,8 % та 20,7 % відповідно. Такі результати свідчать про більшу зацікавленість здобувачами закладів ЗВО фізичної культури і спорту сучасними змаганнями та участю національної збірної у міжнародних змаганнях та кубках.

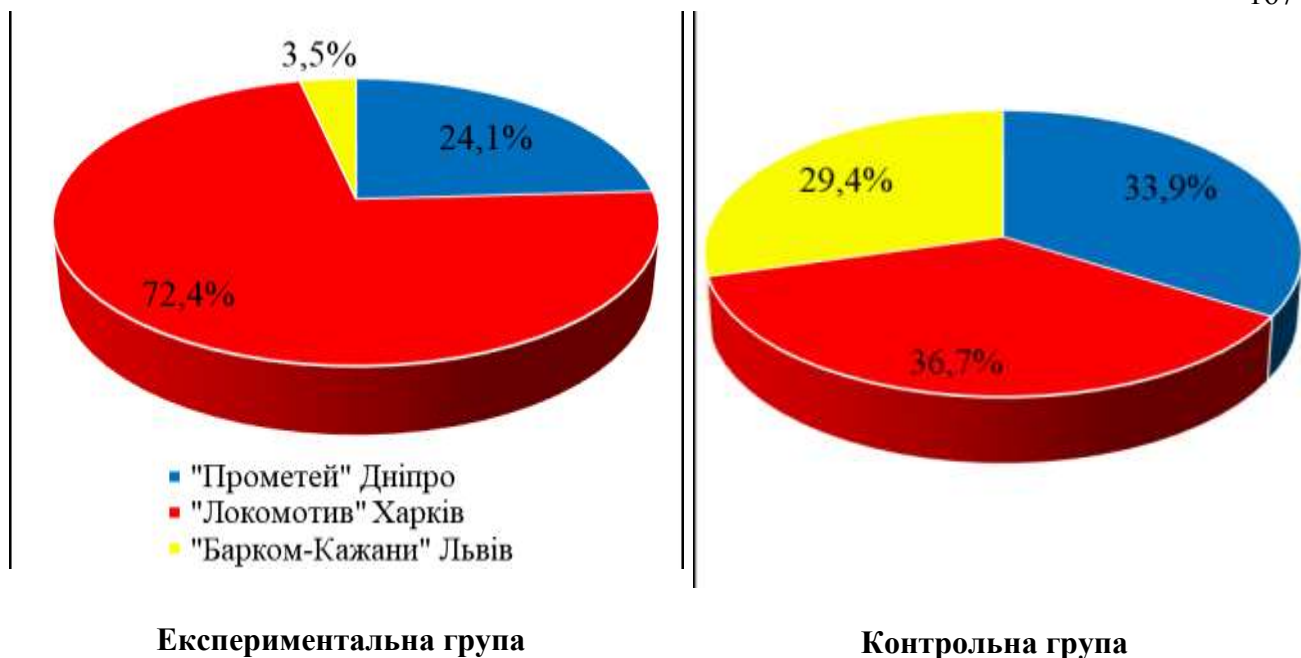
Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо найкращої волейболістки України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) представлено у рисунку 4.65.



**Рис. 4.65.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найкращої волейболістки України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) (%)

Найкращою волейболісткою України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua) визнано Валерію Якушеву, її обрала переважна більшість учасників тестування експериментальної групи (53,6%), однак у контрольній групі ця відповідь була обрана значно меншою кількістю студентів – 27,9%. Представники контрольної групи (48,5%) вважають, що це Світлана Дорсман. Такі результати свідчать з одного боку про майже однакову цінність двох гравчинь, однак про меншу зацікавленість студентами поточними новинами спорту і волейболу зокрема, недостатні бажанням щодо систематичного відвідування сайту Федерації волейболу України або висвітлення рейтингів гравців у соціальних мережах.

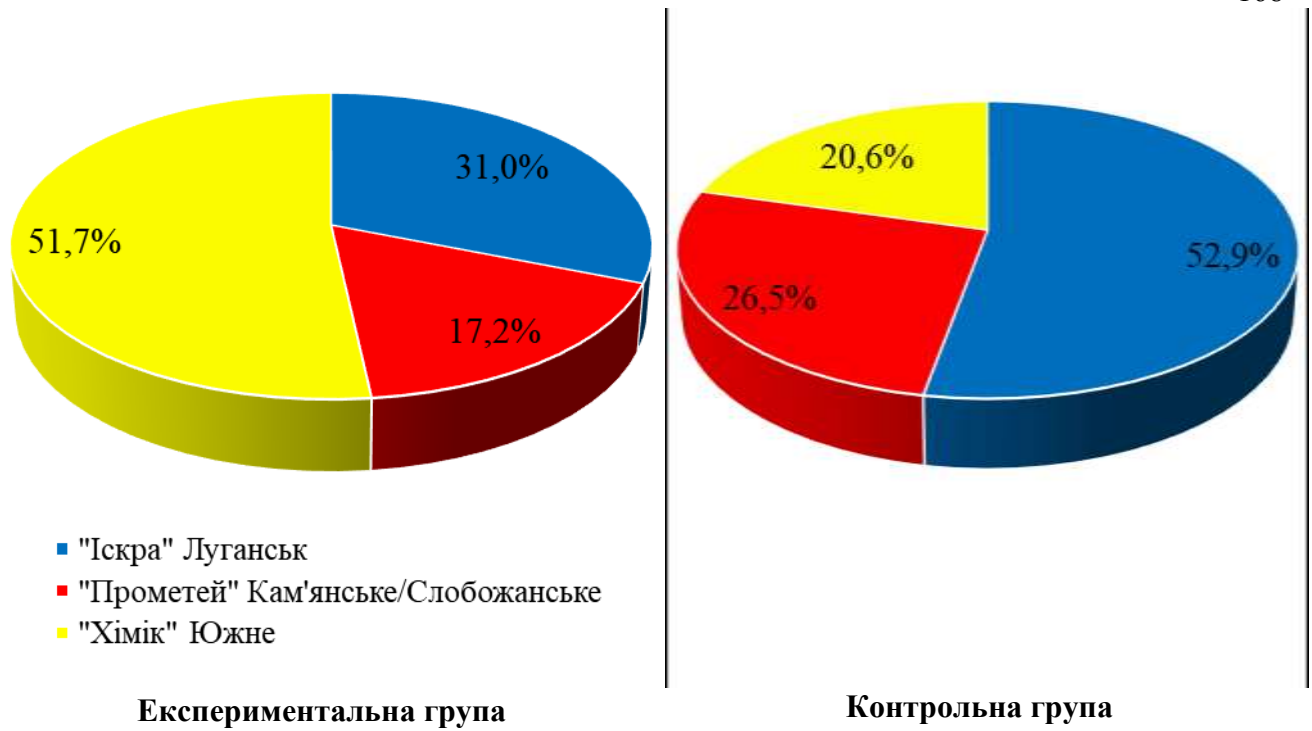
Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найтитулованішого українського чоловічого волейбольного клубу представлено у рисунку 4.66.



**Рис. 4.66.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найтитулованішого українського чоловічого волейбольного клубу (%)

Історія українського волейболу має свої досягнення, як у роки до 1991 року, так і за період Незалежності країни. Здобувачі експериментальної групи відмітили, що найтитулованішим клубом чоловічого волейболу є «Локомотив» Харків (72,4 %), у контрольній групі відповіді свідчать, що майже рівна кількість здобувачів відмітила, як правильний варіант (36,7%), так і неправильні – «Прометей» Дніпро (33,9 %) та «Барком-Кажани» Львів (29,4 %). Це в більшому ступені свідчить про нестабільність Чемпіонату України у воєнні часи, особливо у таких містах як Харків та Дніпро і про участь їх клубів, до яких залучалося багато легіонерів та вітчизняних волейболістів, які зараз виступають у закордонних клубах.

Жіночий волейбол не менш привабливий у порівнянні з чоловічим, а в деяких країнах є навіть домінуючим (Бразилія, Італія, Франція). Нами також було задане питання щодо найтитулованішого жіночого українського клубу. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп представлено у рисунку 4.67.

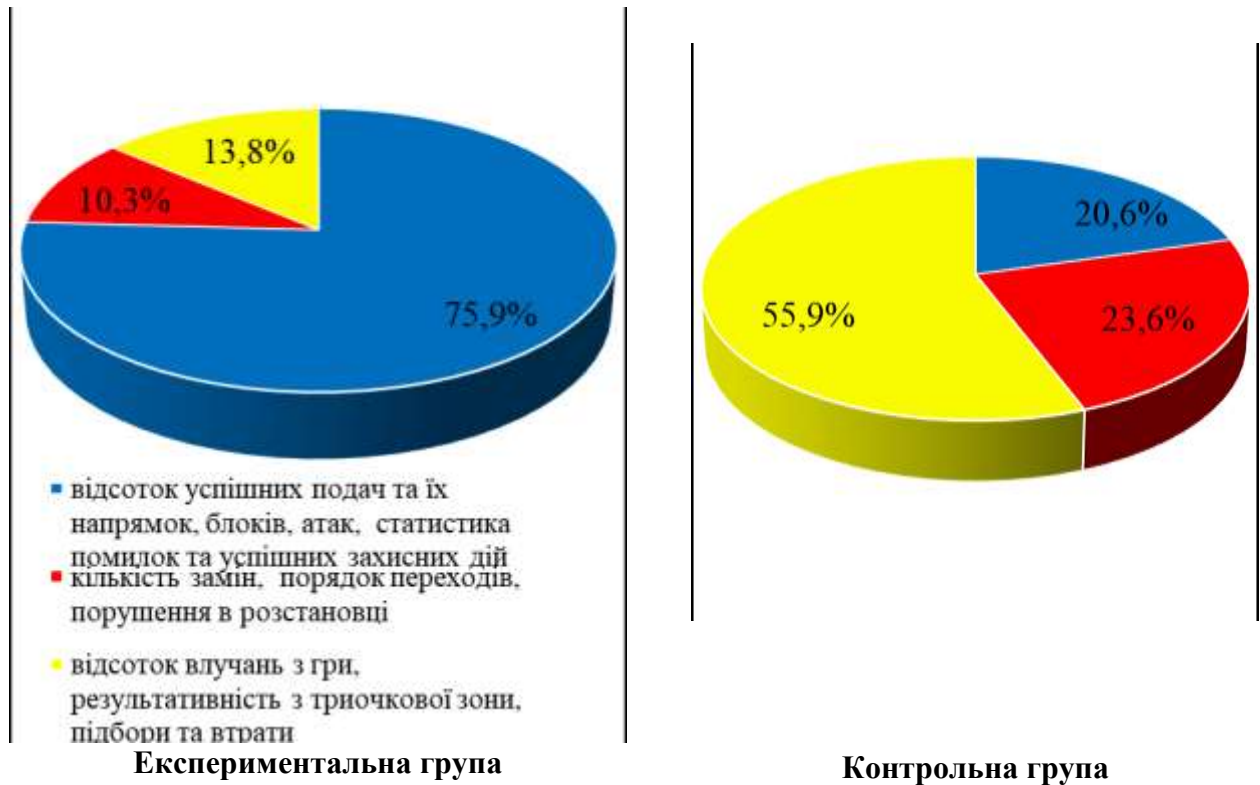


**Рис. 4.67.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найтитулованішого українського жіночого волейбольного клубу (%)

Аналіз відповідей свідчить, що правильну відповідь «Хімік» Южне – відмітило 51,7% представників експериментальної групи, у контрольній цих студентів було на 31,1 % менше. Достатньо популярний останніми роками волейбольний клуб «Прометей» Слобожанське відмітило 17, 2 % студентів експериментальної та 26,5 % контрольної групи. Це в більшому ступені пов'язано з припиненням діяльності цього клубу у 2024 році та висвітленням цієї інформацію у всіх спортивних новинах та соціальних мережах. «Іскра» Луганськ також достатньо видатний клуб, але цю відповідь, на нашу думку, більшість респондентів, які брали участь у тестуванні надали, як правильну відповідь, майже випадково достатньо високий відсоток досліджуваних (31,0% та 52,9%).

Багато уваги впродовж впровадження експериментальних структури та змісту теоретичної підготовки приділялося змісту статистичного протоколу змагальної діяльності у волейболі, вмінню орієнтуватися та аналізувати техніко-тактичні показники.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо показників, які враховують аналітики в статистичному протоколі волейбольного матчу представлено у рисунку 4.68.

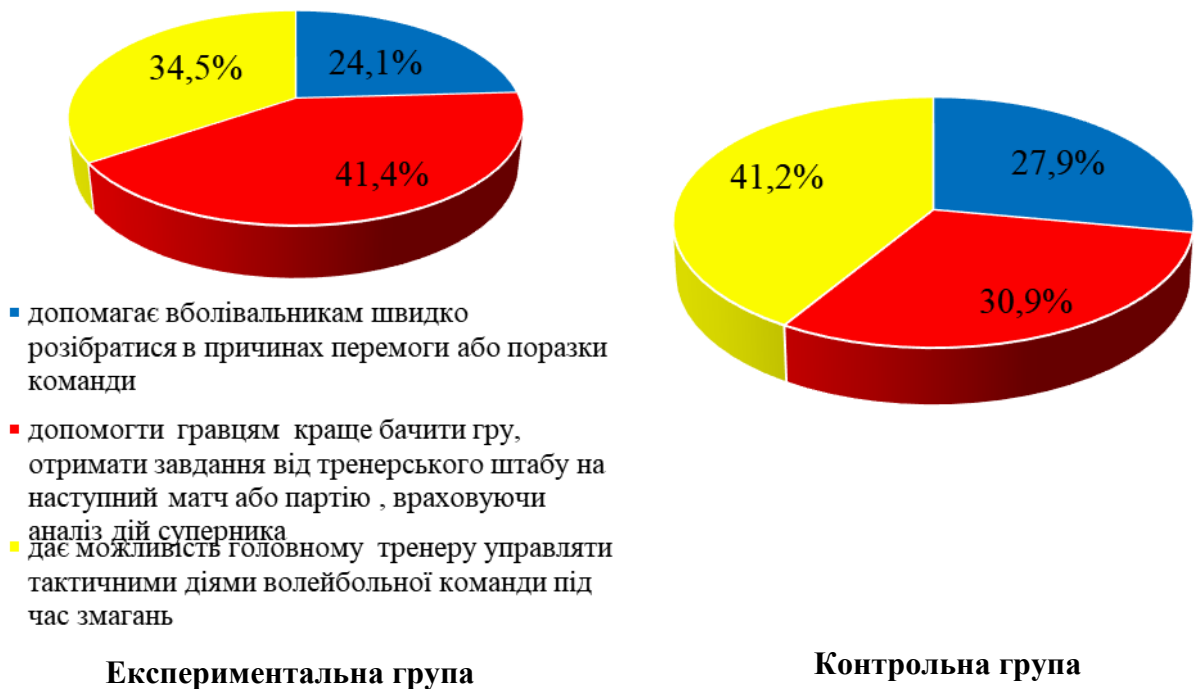


**Рис. 4.68.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо показників, які враховують аналітики в статистичному протоколі волейбольного матчу (%)

Нас приємно здивувало, що саме цю тему здобувачі експериментальної групи достатньо опанували (75,9%), у контрольній групі правильне визначення відмітило лише 20,6% здобувачів.

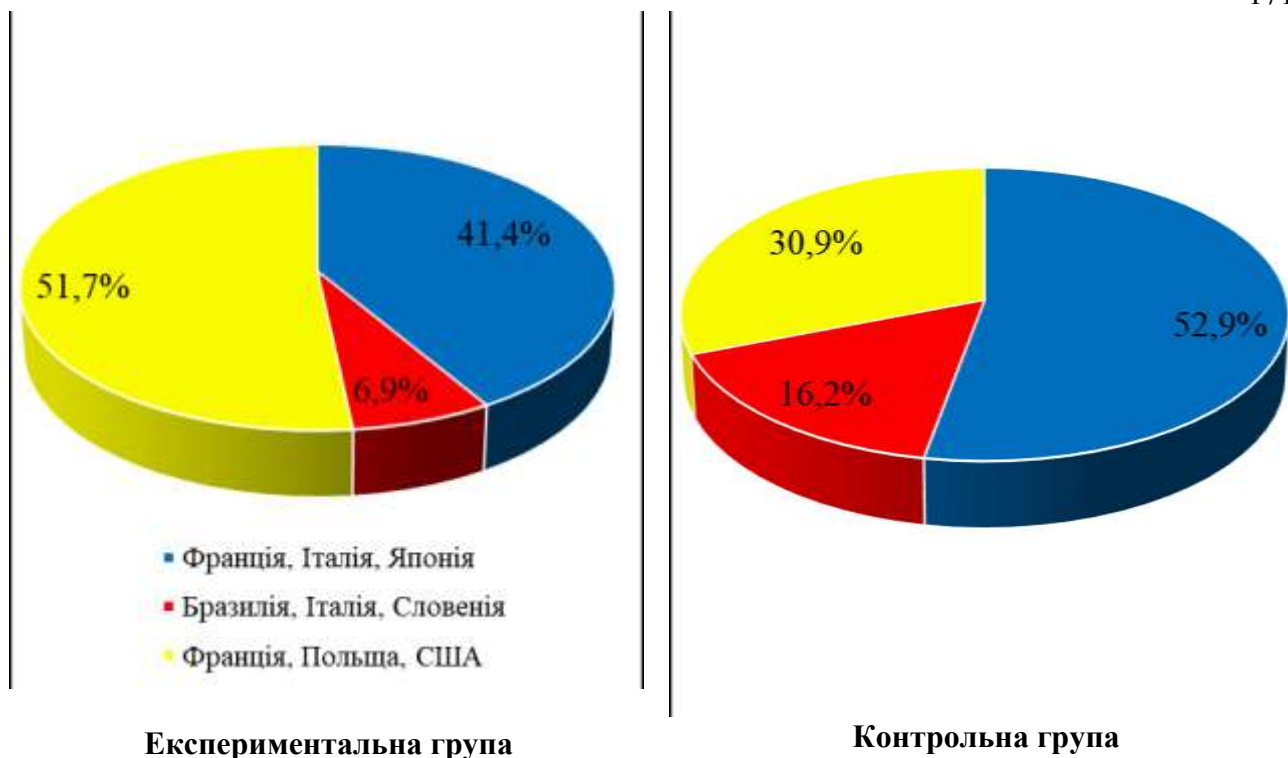
Щодо основної мети статистики під час змагальної діяльності у волейболі (рис. 4.69.) у здобувачів, як експериментальної, так і контрольної групи не спостерігалось єдиної думки. Правильну відповідь «Допомогти гравцям краще бачити гру, отримати завдання від тренерського штабу на наступний матч або партію, враховуючи аналіз дій суперника» відмітили лише 41,4 та 30,9 студентів відповідно. Інші відповіді «Допомагає вболівальникам швидко розібратися в причинах перемоги або поразки команди» (24,1 % здобувачів

експериментальної та 27,9 % контрольної) та «Дає можливість головному тренеру управляти тактичними діями волейбольної команди під час змагань» (34,5 % здобувачів експериментальної та 41,2 % контрольної групи).



**Рис. 4.69.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо основної мети статистики під час змагальної діяльності у волейболі (%)

У ході впровадження експериментальної програми теоретичної підготовки здобувачів закладів вищої освіти фізкультурного профілю нами було здійснено спробу пригорнути увагу до олімпійського волейбольного турніру в Парижі – 2024, який пройшов на найвищому рівні за участю провідних команд світу з цікавими розіграшами не тільки медалями, але й кожного етапу змагань. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо призерів (медалістів) змагань з волейболу серед чоловічих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024 представлено у рисунку 4. 70.



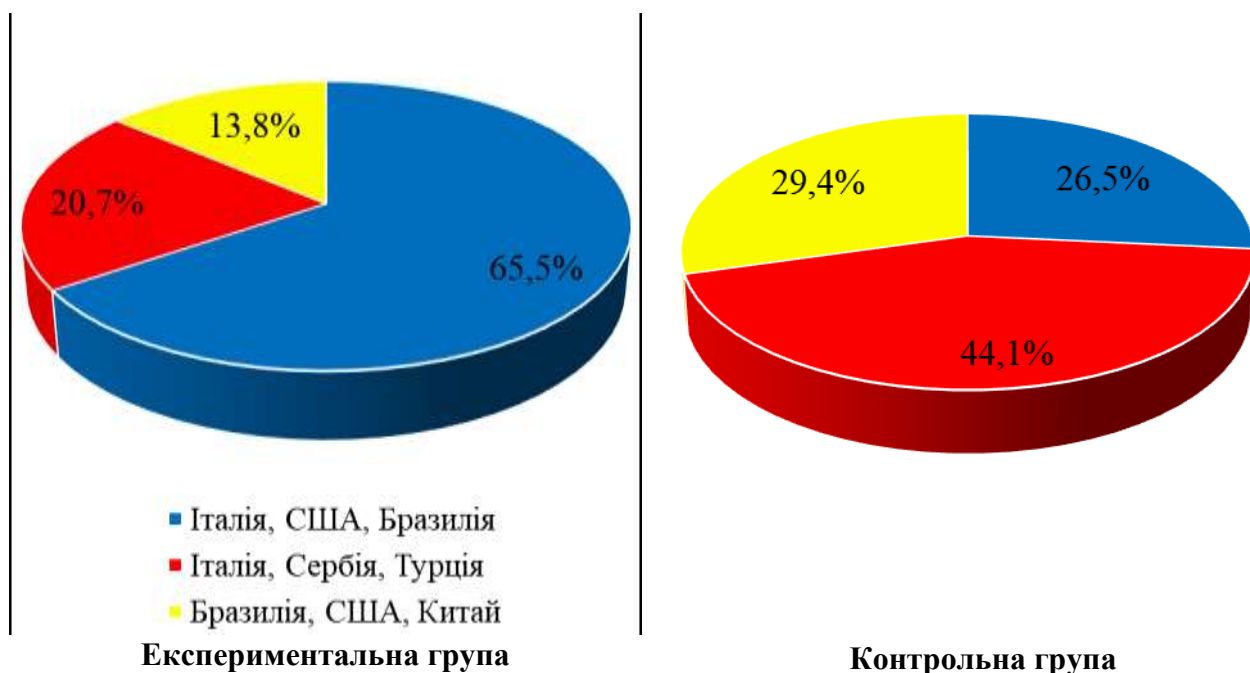
**Рис. 4.70.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо призерів (медалістів) змагань з волейболу серед чоловічих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024 (%)

Аналіз результатів тестування теоретичної підготовленості свідчить, що лише 51,7 % здобувачів ПДАФКіС відповіли вірно «Франція, Польща, США», у контрольній групі цей показник ще гірший майже на 20 відсотків.

Щодо призерів Олімпійських ігор серед жіночих команд 65,5 % здобувачів експериментальної групи та лише 26,5 % - контрольної відмітили вірну відповідь (Італія, США, Бразилія) з трьох запропонованих варіантів (рис. 4.71).

Такі неконкретні відповіді щодо результатів Олімпійських ігор поточного року свідчать про недостатню усвідомленість здобувачів фізичної культури і спорту у спостереженні за світовими тенденціями розвитку спорту та волейболу зокрема, як одного з найпопулярніших видів спорту у світі. Дані відповіді свідчать, що студенти або не дивилися Олімпійські ігри взагалі або мають недостатню довгострокову пам'ять та недостатню зацікавленість

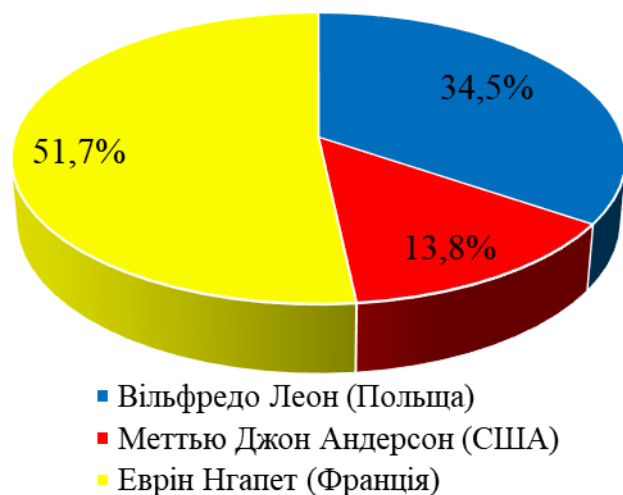
світовим волейболом. Багато хто з досліджуваних здобувачів під час аналізу відповідей зазначили, що їм більш цікавіше просто грати у волейбол з друзями.



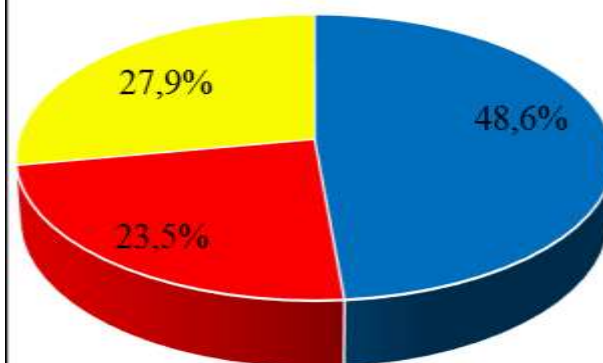
**Рис. 4.71.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо призерів (медалістів) змагань з волейболу серед жіночих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024 (%)

Вплив видатних спортсменів на популяризацію спорту у світі та своїх країн було доведено досвідом таких зірок спорту, як Криштіану Роналду, Лео Мессі, Девід Бекхем у футболі, Майкл Джордан, Кобі Брайант, Лука Дончич, Нікола Йокіч, Леброн Джеймс – у баскетболі, Ярослава Магучіх – у легкій атлетиці та інших видах спорту. Нами також багато уваги було приділено відео матеріалів щодо ознайомлення здобувачів експериментальної групи з видатними гравцями, яких було визнано за результатами олімпійського волейбольного турніру, як найцінніших серед чоловіків та жінок.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо найціннішого гравця олімпійського волейбольного турніру серед чоловіків у Парижі – 2024 представлено у рисунку 4.72.



Експериментальна група



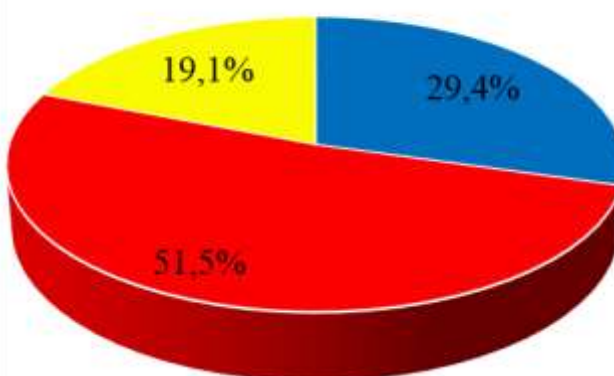
Контрольна група

**Рис. 4.72.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найціннішого гравця олімпійського волейбольного турніру серед чоловіків у Парижі – 2024 (%)

Отже, правильний варіант щодо найціннішого гравця «Еврін Нгапет з Франції» відмітило лише 51,7 % здобувачів експериментально та лише 27,9 % - контрольної групи. Іншим відповіді також відмітило багато студентів, майже 49% здобувачів контрольної групи вважають, що це Вільфредо Леон з Польщі, а 23,5%, що це – Меттью Джон Андерсон з США. В експериментальній групі ці показники були 34,5% та 13,8 № відповідно.



Експериментальна група



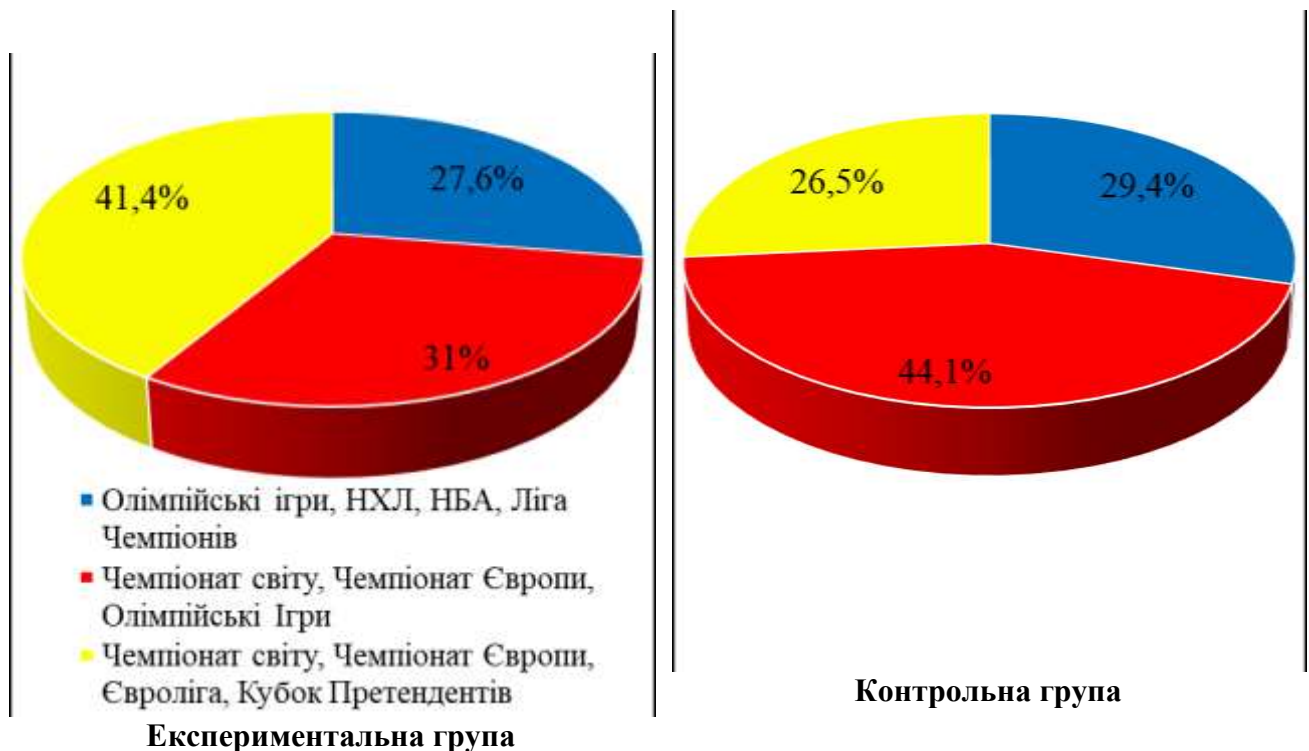
Контрольна група

**Рис. 4.73.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо найціннішої гравчині олімпійського волейбольного турніру серед жінок у Парижі – 2024 (%)

Найціннішою гравчиною олімпійського волейбольного турніру серед жінок у Парижі – 2024 визнано Паолу Огечі Егону зі збірної Італії, таку відповідь надало лише 58,6% представників експериментальної та 29,4 % контрольної групи. Як правило дана нагорода надається гравчині, команда якої завоювала золоті олімпійські нагороди.

Представницю Бразилії – Габріелу Брагу Гімарайнс відмітили 27,6% - ЕГ та 51,5% - КГ. Представницю збірної команди Сербії – Тіану Бошкович відмітила найменша кількість студентів (13,8% - ЕГ та 19,1% - КГ).

Українські збірні команди України з волейболу, як чоловіча, так і жіноча за роки Незалежності брали участь у різних топових змаганнях. Тому нами було запропоновано таке питання «Визначить топові змагання, у яких брала участь чоловіча збірна України за роки Незалежності» і запропоновано три варіанти відповідей, навіть із варіантами із інших командних спортивних ігор. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо топових змагань, в яких брала участь чоловіча збірна команда України з волейболу за роки Незалежності (%) представлено у рисунку 4.74.



**Рис. 4.74.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо топових змагань, в яких брала участь чоловіча збірна команда України з волейболу за роки Незалежності (%)

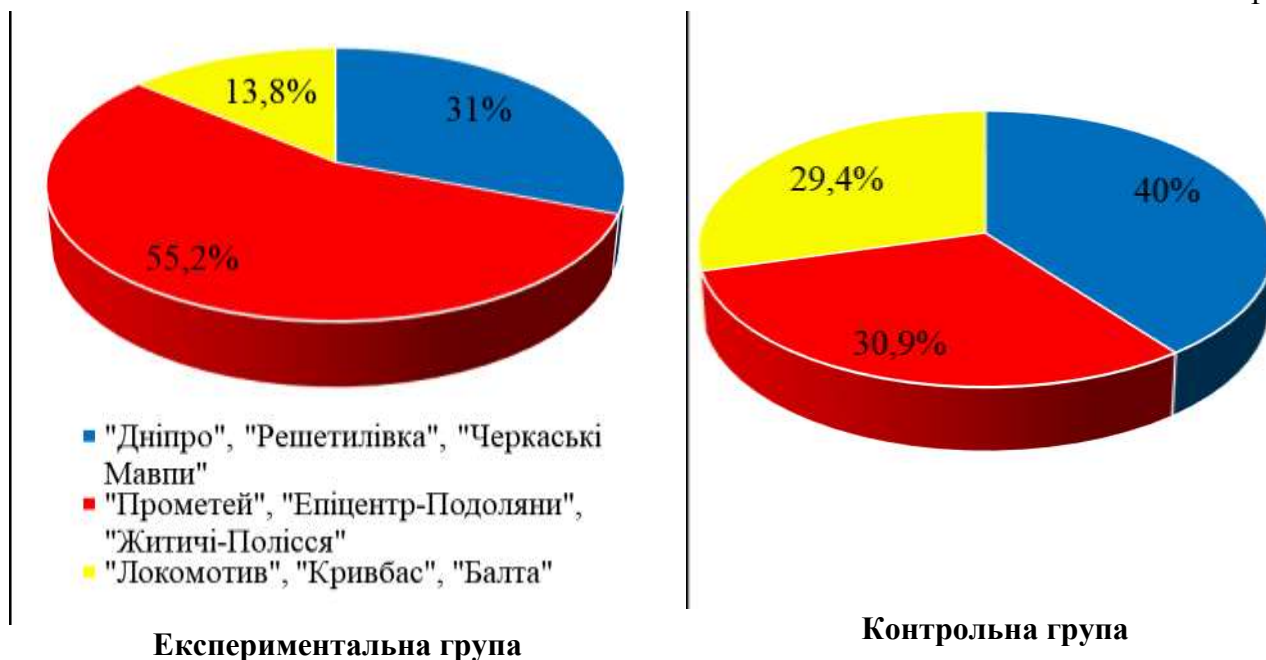
Аналіз відповідей респондентів свідчить про недостатню обізнаність майбутніх вчителів з фізичної культури і тренерів з виду спорту у турнірах, які існують в волейболі, а також участі вітчизняних команд у цих турнірах.

Лише 41,4% здобувачів експериментальної та 26,5% - контрольної групи відмітили правильну відповідь щодо участі чоловічої збірної України «Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Євроліга, Кубок Претендентів» та 44,8% здобувачів експериментальної та 35,3% - контрольної групи відмітили правильну відповідь щодо участі жіночої збірної України «Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Олімпійські ігри, Золота Євроліга, Кубок Претендентів» (рис. 4.75.).



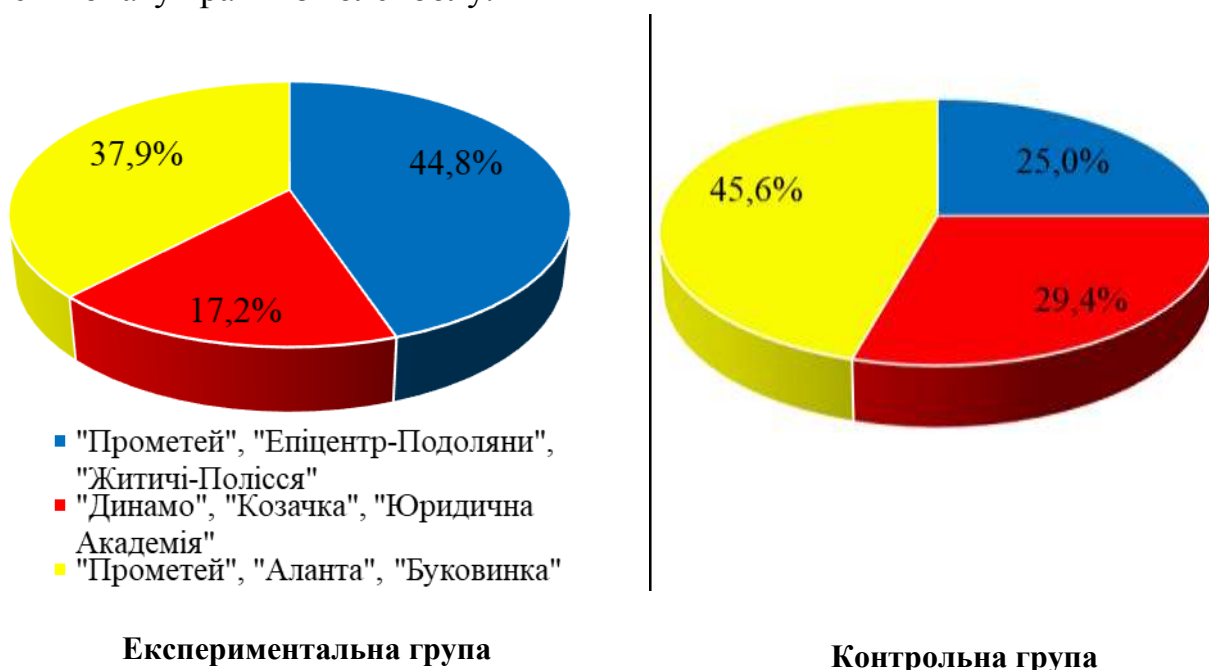
**Рис. 4.75.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо топових змагань, в яких брала участь жіноча збірна команда України з волейболу за роки Незалежності (%)

Наступним питанням стосувалося визначення чоловічих та жіночих топових команд України з волейболу (рис. 4.76.-4.77.).



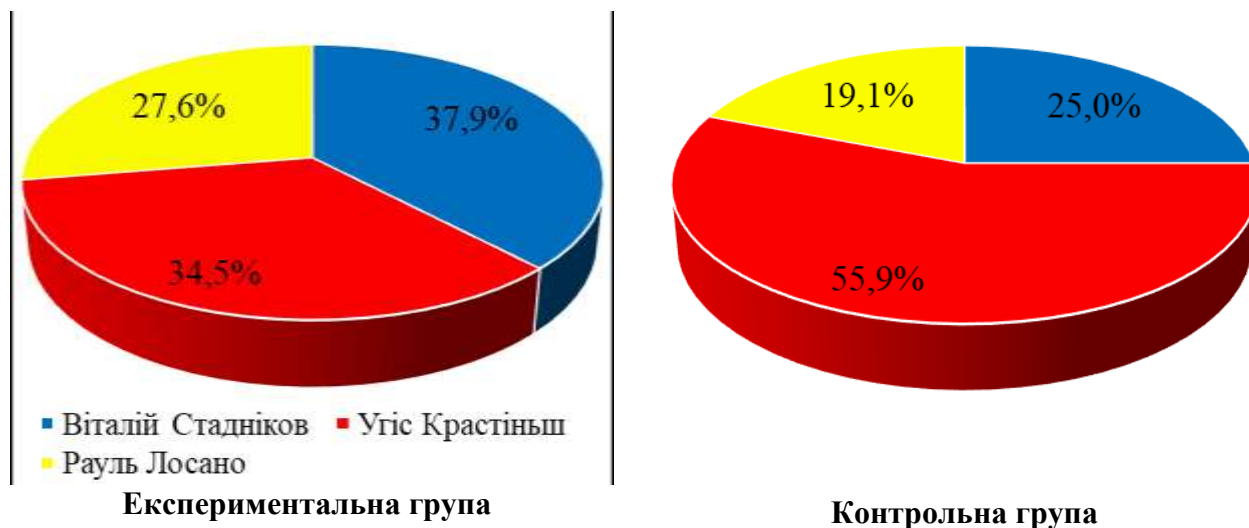
**Рис. 4.76.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо чоловічих топових команд України з волейболу (%)

Аналіз відповідей свідчить, що правильну відповідь щодо чоловіків «"Прометей", "Епіцентр-Подолляни", "Житичі-Полісся"» надали лише 55,2 % здобувачів експериментальної групи та ще менше 30,9 % - контрольної. Стосовно жіночих команд, правильну відповідь «"Прометей, Аланта, Буковина» надали 37,9 % здобувачів експериментальної групи та 25 % - у контрольній. Такі низькі показники свідчать, що студенти 2 курсу ЗВО фізкультури і спорту майже не спостерігають за матчами та турнірною таблицею топового чемпіонату країни з волейболу.

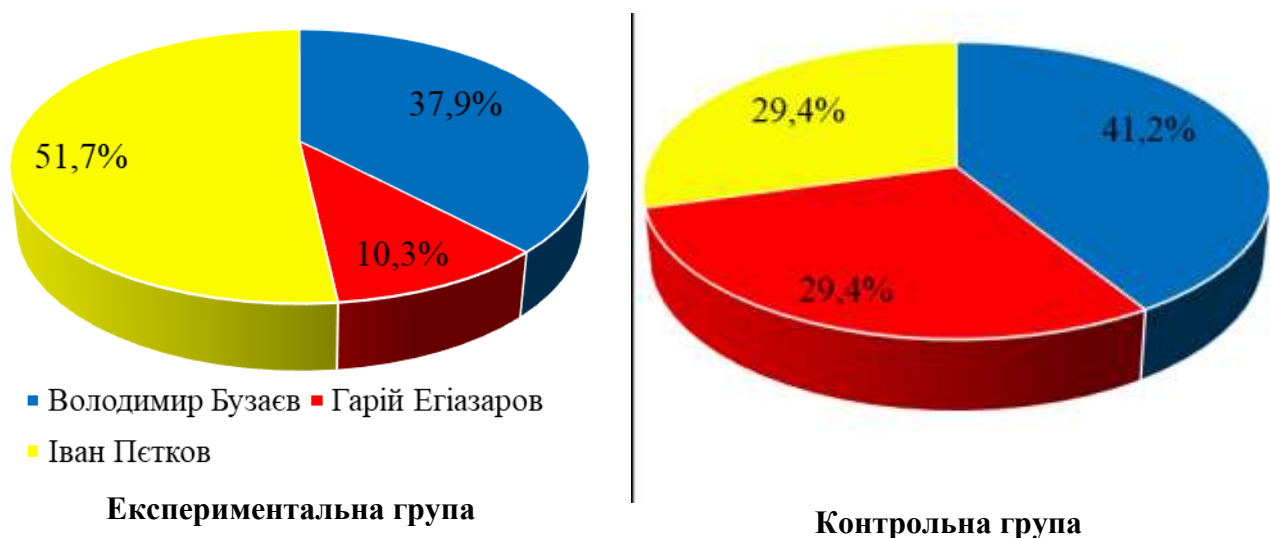


**Рис. 4.77.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо жіночих топових команд України з волейболу (%)

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо тренера, який очолював чоловічу збірну команду України з волейболу на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі представлено у рисунку 4.78. Дане питання стосувалося керманичів збірних команд, а саме головних тренерів чоловічих та жіночих збірних.



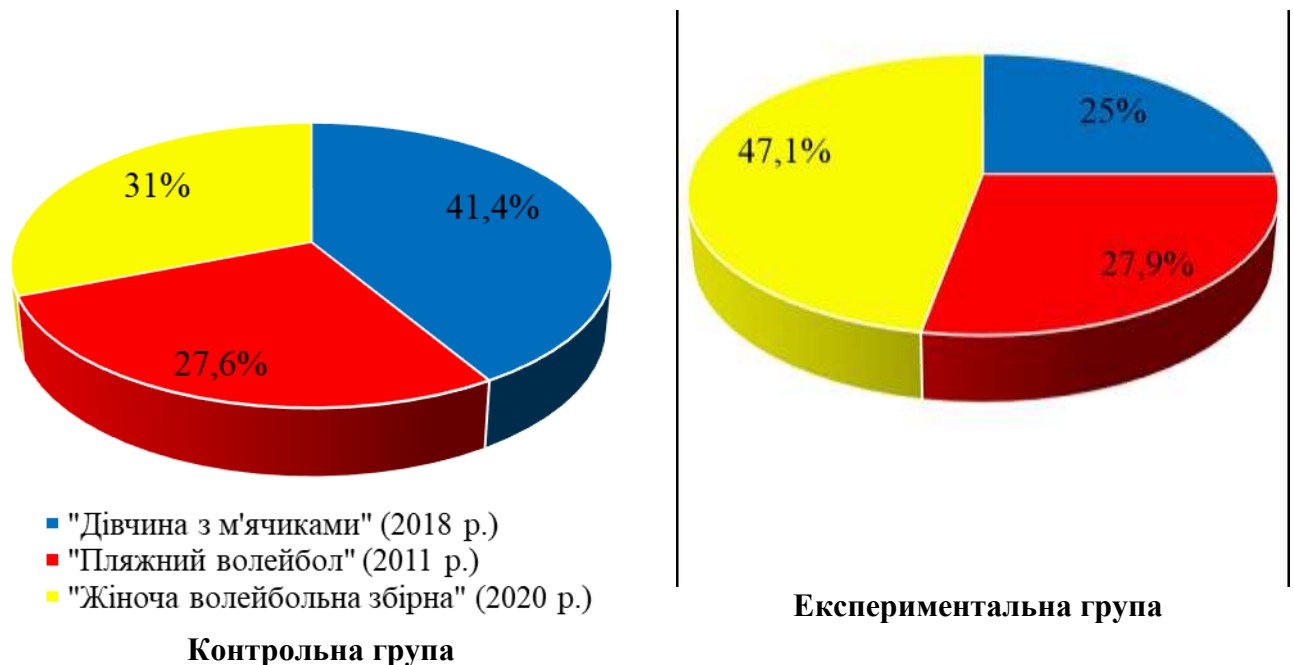
**Рис. 4.78.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо тренера, який очолював чоловічу збірну команду України з волейболу на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі (%)



**Рис. 4.79.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо тренера, який очолював жіночу збірну команду України з волейболу на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі (%)

Стосовно правильної відповіді на рахунок головного тренера чоловічої збірної Угіс Крастиньш було отримано такі результати – в ЕГ лише 34,5%, у КГ – 25%. Жіночого тренера збірної України – Івана Петкова було відмічано лише 51,7 % представників ЕГ, та 29,4 – КГ.

У розділі теоретичної підготовки нами було запропоновано здобувачам експериментальної групи переглянути кінострічку «Жіноча волейбольна команда» про китайську жіночу збірну команду, олімпійського чемпіона та їх тренерку Лан Пін. Відповідно до цього завдання було задане питання щодо змісту цієї кінострічки, яка присвячена спортивній та тренерській кар'єрі Лан Пін. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп представлено на рисунку 4.80.

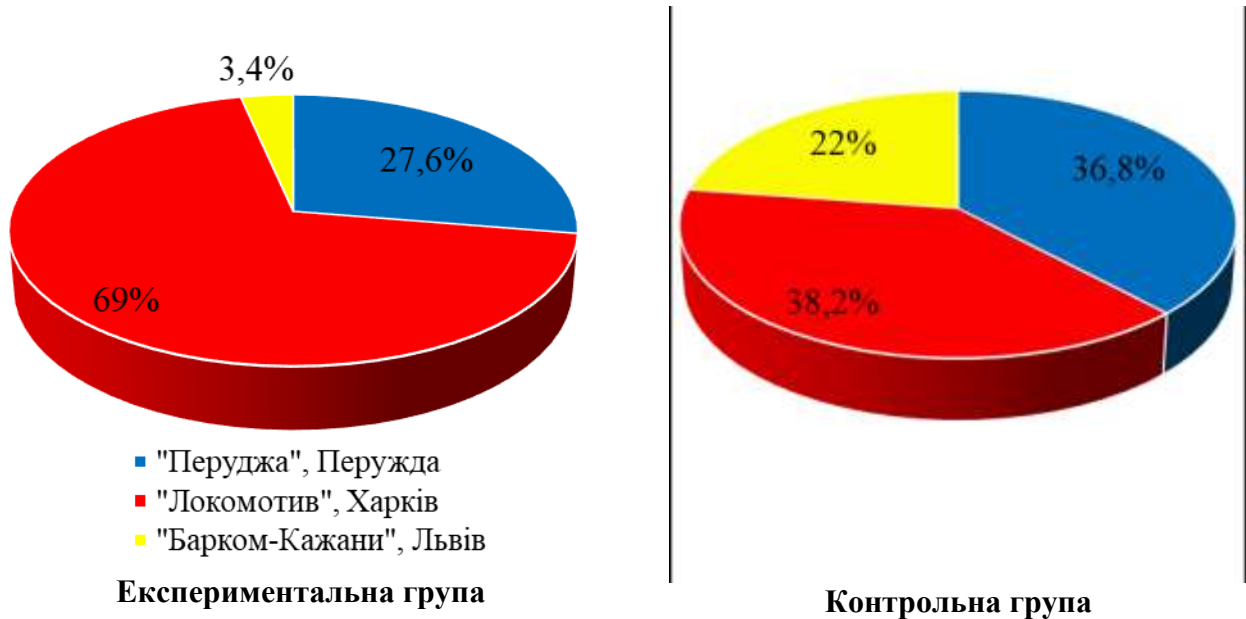


**Рис. 4.80.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо кінострічки, яка присвячена спортивній та тренерській кар'єрі Лан Пін (%)

Правильну відповідь «Жіноча волейбольна збірна, 2020 р.» надали лише 47,1% здобувачів експериментальної групи та 31,0 % - контрольної групи. Нажаль не всі здобувачі під час тестування змогли згадати назву кінострічки, це також може бути пов'язано із поганим запам'ятовуванням студентами

іноземних прізвищ та імен, недостатньою мотивацією щодо історичних та сучасних фільмів про спорт та волейбол зокрема.

Цікавим на нашу думку є питання щодо початку кар'єри одного з видатних українських волейболістів сучасності – Олега Плотницького. Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо клубу суперліги, в якому розпочав свою професійну кар'єру цей спортсмен представлено у рисунку 4.81.

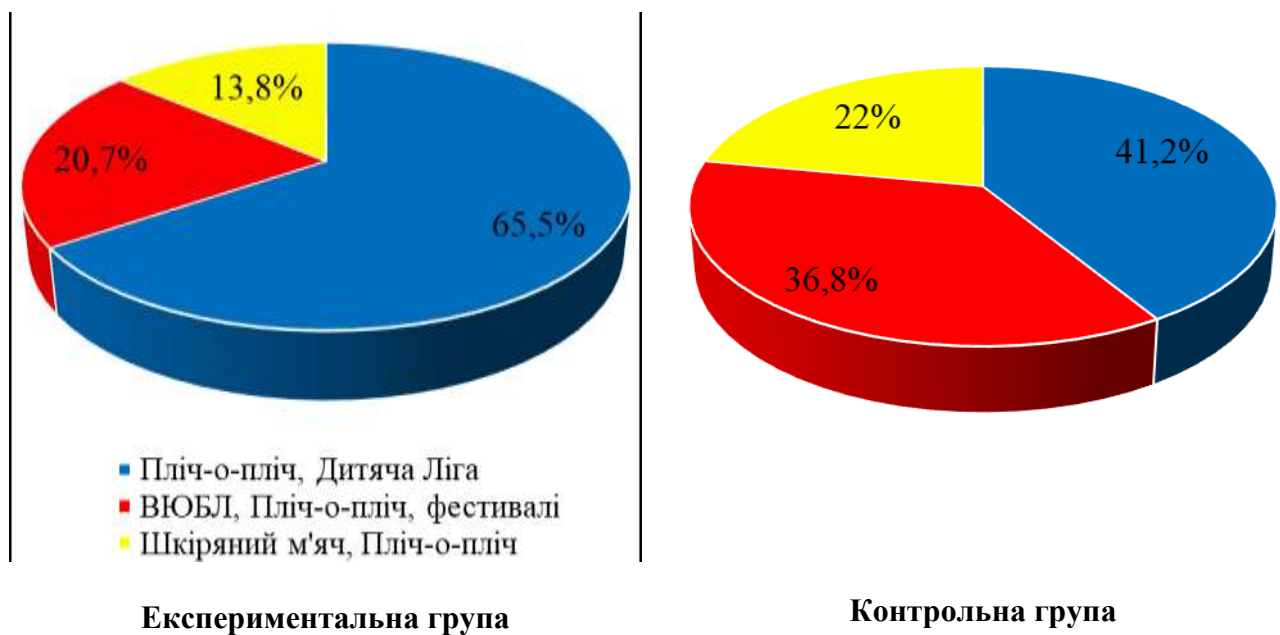


**Рис. 4.81.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо клубу суперліги, в якому розпочав свою професійну кар'єру Олег Плотницький (%)

Отже, правильну відповідь «Локомотив, Харків» надали 69,0 % представників експериментальної групи та 38,2 – контрольної. Деякі здобувачі (27,6 – в ЕГ та 36,8% у КГ) вважали, що Олег Плотницький розпочав свою спортивну кар'єру у клубі, за який він виступає зараз «Перуджа» Перуджа, Італія. Такі показники свідчать про погану орієнтацію студентів у знаннях та надію на те, що згадав під час тестування.

Сучасні дитячо-юнацькі змагання вже другий рік поспіль з 2023 року проводяться у рамках Всеукраїнського проекту «Пліч-о-пліч», окрім того проводяться і інші змагання про які ми повідомляли студентам експериментальної групи в ході експерименту під час аналізу інформації на сайті Федерації волейболу України та під час вивчення змагальної діяльності.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо дитячих змагань з волейболу, які проводяться н всеукраїнському рівні представлено у рисунку 4.82.



**Рис. 4.82.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дитячих змагань з волейболу, які проводяться н всеукраїнському рівні (%)

Правильну відповідь «Пліч-о-пліч та Дитяча ліга» зазначила більша кількість здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту експериментальної групи (65,5%) та на понад 20 відсотків менше – представників контрольної групи. Інші відповіді були також відмічені достатньою кількістю студентів, не дивлячись на те, що у відповідях були задіяні дитячо-юнацькі змагання з баскетболу (ВЮБЛ – Всеукраїнська дитячо-юнацька баскетбольна ліга) та з футболу - дитячий турнір «Шкіряний м'яч». Нажаль це свідчить про погану

орієнтацію студентів у дитячих змаганнях, а також про той факт, що вони в них не брали участь до вступу у спеціалізований ЗВО фізкультурного профілю.

Підсумовуючи відповіді на запитання розділу «Поточні теоретичні знання з волейболу» можна зазначити, що питання стосовно теоретичних знань виявилися достатньо складними для здобувачів. На нашу думку саме цей розділ в більшому ступеню потребує постійного вдосконалення, як під час подачі матеріалу, постійного пошуку сучасних засобів та методів, так і при організації навчальних занять і самостійної роботи здобувачів, й головне – під час здійснення оперативного та етапного контролю щодо виконання завдань з цього розділу та перевірки остаточних знань.

#### **4.8. Аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Допоміжні знання з волейболу» після педагогічного експерименту**

Наступним етапом нашого дослідження було детальний аналіз рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Допоміжні знання з волейболу» після педагогічного експерименту.

Нами було запропоновано здобувачам відповісти на 12 питань.

#### **Тестування № 4 теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО "Допоміжні теоретичні знання з волейболу" (Додаток 3)**

1. Мінімальна та максимальна температура в залі, при якій проводять офіційні змагання з волейболу (ФІВБ, Світові):
2. До навчально-тренувальних занять з волейболу допускаються учні або спортсмени:
3. Які правильні умови надання першої допомоги потерпілому під час навчально-тренувального процесу
4. Перед початком занять з волейболу необхідно:
5. Під час занять з волейболу необхідно:

6. Якщо учень або спортсмен отримав травму або погіршилося самопочуття, необхідно в першу чергу:
7. Питний режим волейболістів стосується споживання рідини протягом дня:
8. Рекомендується споживати їжу перед матчем або тренуваннями:
9. Після занять волейболом для профілактики захворювань рекомендовано:
10. Ефективною профілактикою травматизму під час занять волейболом може бути:
11. Яким повинно бути освітлення ігрового поля?
12. Яка відстань повинна бути від бокових ліній до стійок

Нами було проаналізовано відповіді здобувачів вищої освіти після впровадження структури та змісту теоретичної підготовки на заняттях з освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (волейбол)». Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО фізкультури і спорту з рівня «Допоміжні знання з волейболу» після педагогічного експерименту представлено у таблиці 4.15.

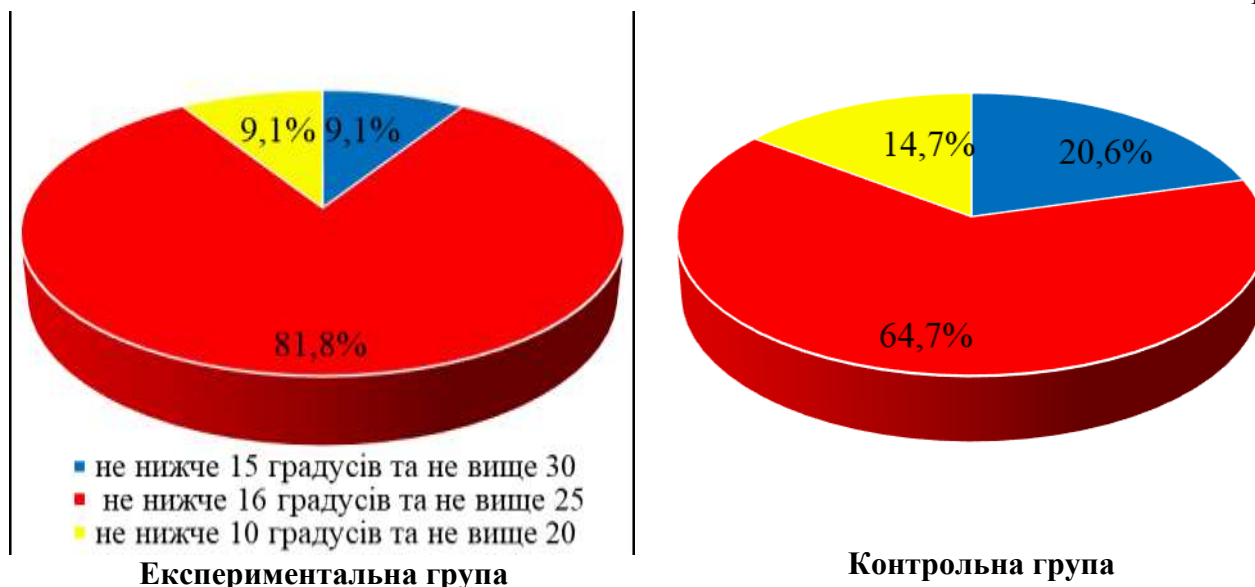
Таблиця 4.15

**Показники рівня теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО  
фізкультури і спорту з рівня «Допоміжні знання з волейболу» після  
педагогічного експерименту**

№	Питання з допоміжних теоретичних знань з волейболу	Відсоток правильних відповідей (%)	
		Експериментальна група (n=70)	Контрольна група (n=68)
1.	Мінімальна та максимальна температура в залі, при якій проводять офіційні змагання з волейболу (ФІВБ, Світові)	81,8	64,7
2.	До навчально-тренувальних занять з волейболу допускаються учні або спортсмени	95,5	67,6

3.	Які правильні умови надання першої допомоги потерпілому під час навчально-тренувального процесу	90,0	66,1
4.	Перед початком занять з волейболу необхідно	95,5	76,4
5.	Під час занять з волейболу необхідно	90,9	64,7
6.	Якщо учень або спортсмен отримав травму або погіршилося самопочуття, необхідно в першу чергу	54,5	41,2
7.	Питний режим волейболістів стосується споживання рідини протягом дня	100,0	60,3
8.	Рекомендується споживати їжу перед матчем або тренуваннями	100,0	80,9
9.	Після занять волейболом для профілактики захворювань рекомендовано	100,0	70,6
10.	Ефективною профілактикою травматизму під час занять волейболом може бути	100,0	86,7
11.	Яким повинно бути освітлення ігрового поля?	86,4	76,4
12.	Яка відстань повинна бути від бокових ліній до стійок	90,6	63,2

Відсоткове співвідношення вірних та невірних відповідей на окремі запитання розділу теоретичної підготовки «Допоміжні знання з волейболу» у здобувачів ЗВО експериментальної та контрольної груп представлено у рисунках 4.83. – 4.94.



**Рис. 4.83.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо температури в залі, при якій проводять офіційні змагання з волейболу (ФІВБ, світові) (%)

Важливими для майбутніх фахівців фізичної культури і спорту є знання щодо техніки безпеки та гігієни, питного та харчового режимів під час тренувального процесу та змагальної діяльності.

Аналіз відповідей на запитання щодо температури в залі, при якій проводять офіційні змагання з волейболу (ФІВБ, світові) свідчить, що правильну відповідь «не нижче 16 градусів та не вище 25» зазначили 81,8% представників експериментальної та 64,7 % - контрольної групи. Інші відповіді також зазначалися студентами, що свідчить про їх необізнаність у цих знаннях та відсутністю власних відчуттів на практичному досвіді у зв'язку з дистанційним режимом навчання під час пандемії KOVID-19 та під час воєнного стану в Україні. Деякі студенти нажаль вже понад 5 років не займалися волейболом з 2020 року.

Відсотковий розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо допуску спортсменів до навчально-тренувальних занять з волейболу представлено у рисунку 4.84.



**Рис. 4.84.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо допуску спортсменів до навчально-тренувальних занять з волейболу (%)

Важливою умовою для участі у руховій та змагальній діяльності на уроці фізичної культури з волейболу та тренуваннях з цього виду спорту є проходження медичного огляду відповідно до Положення про медико-педагогічний контроль. Дані питання розглядалися у таких темах експериментальної теоретичної підготовки, як «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу», «Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу».

Правильну відповідь відмітило 95,5 % здобувачів експериментальної групи та 67,6 % - контрольної. Це можна пов'язати з акцентованим викладанням даних тем в запропонованій нами теоретичній підготовці з волейболу, а також тим, що студенти перед вступом в ЗВО фізичної культури повинні також надати довідку про стан здоров'я.

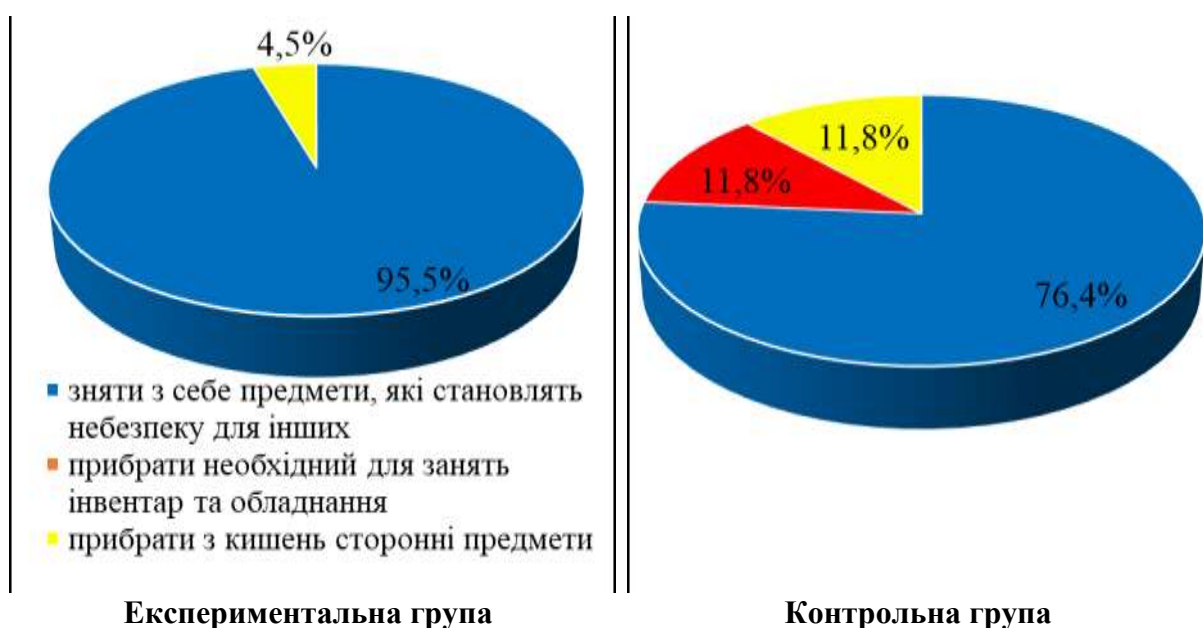
Відсоткове співвідношення відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо правильних умов надання першої допомоги

потерпілому під час навчально-тренувального процесу у волейболі представлено на рисунку 4.85.

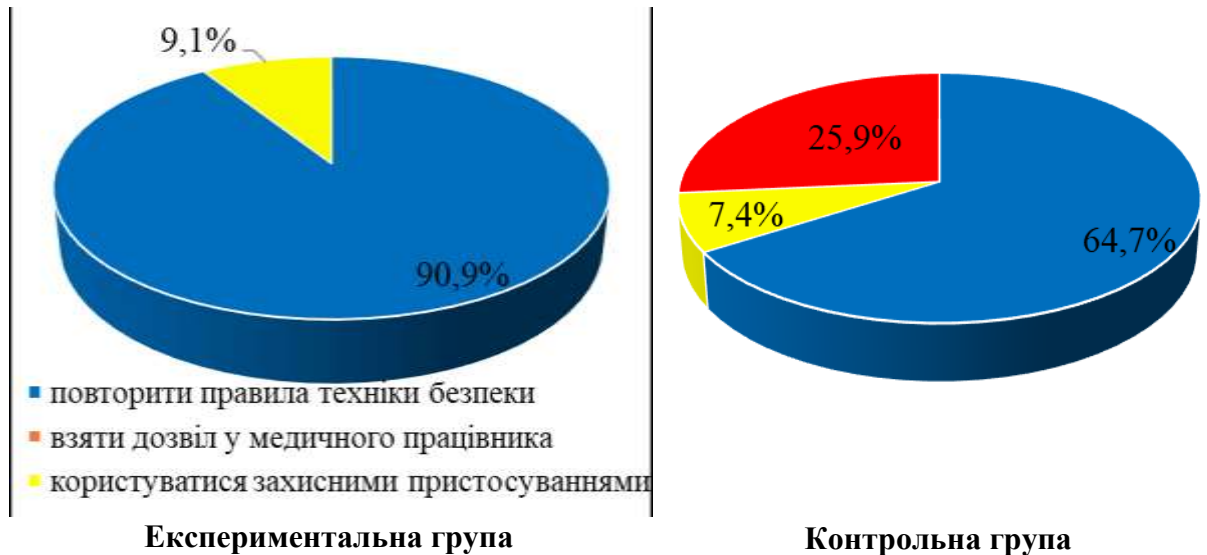


**Рис. 4.85.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо правильних умов надання першої допомоги потерпілому під час навчально-тренувального процесу у волейболі (%)

Правильну відповідь «Першу допомогу надає вчитель фізичної культури, фахівець з фізичної культури і спорту, гравці команди» надали 90 % здобувачів експериментальної групи та 66,1 % – контрольної.



**Рис. 4.86.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дій перед початком занять з волейболу (%)



**Рис. 4.87.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо дій під час занять з волейболу (%)

Аналіз відповідей здобувачів щодо дій перед початком та під час занять (рис. 4.86. та 4.87.) свідчить про високий рівень засвоєння даних тем здобувачами експериментальної групи (95,5%) та (90,9 %) відповідно. У контрольній групі правильні відповіді «зняти з себе предмети, що становлять небезпеку для інших» та «повторити правила техніки безпеки» надала менша частина досліджуваних (76,4) та (64,7%) відповідно.

Відсотковий розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо першочергових дій, якщо учень або спортсмен отримав травму або погіршилося самопочуття представлено у рисунку 4.88.

Нами було запропоновано три варіанти відповідей «викликати швидку допомогу», «повідомити адміністрацію закладу», «повідомити батьків та звернутися до медичного працівника». Правильну відповідь «викликати швидку допомогу» відмітили 54,5 % здобувачів експериментальної групи та 36,8 % - контрольної. 45,5 % ЕГ обрали «повідомити батьків та звернутися до медичного працівника» у порівнянні з 22% КГ. 41,2 % здобувачів ЗВО контрольної групи вважають, що треба повідомити адміністрацію закладу.

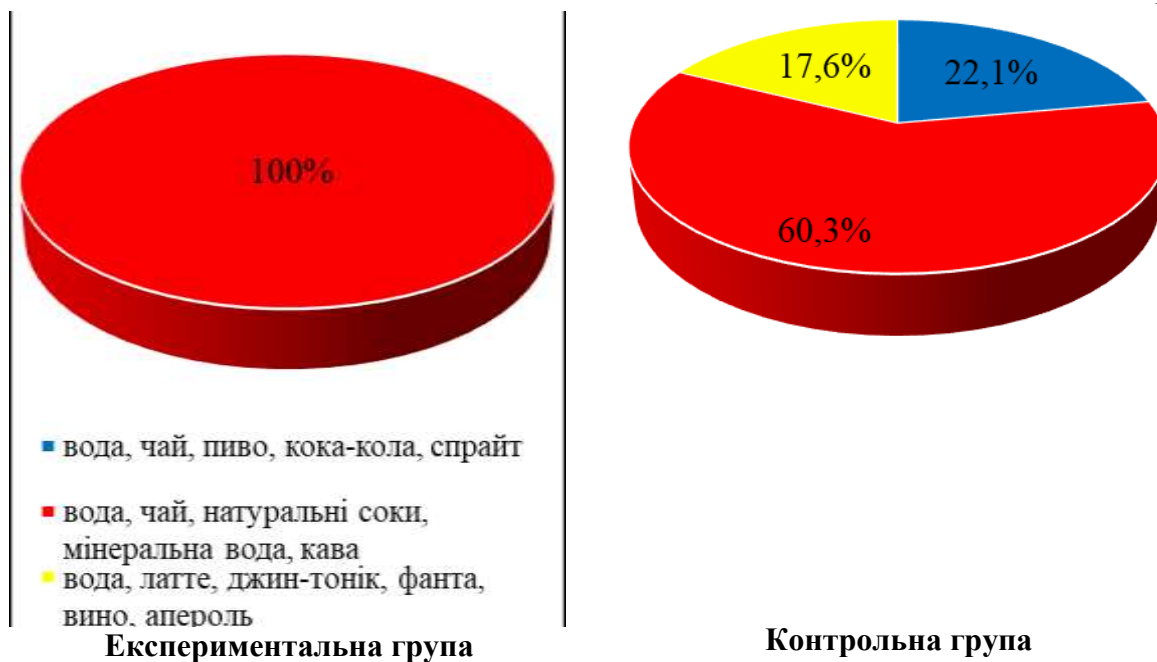
Аналіз відповідей свідчить, що всі ці етапи треба здійснити, але у запитанні було зроблено акцент на те, що необхідно зробити першочергово.



**Рис. 4.88.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо першочергових дій, якщо учень або спортсмен отримав травму або погіршилося самопочуття (%)

Під час вивчення тем «Харчування волейболістів» та «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу» було багато надано інформації щодо чітких норм. Відсотковий розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо питного режиму волейболістів протягом дня та харчового режиму представлено на рисунках 4.89.-4.90.

Приємним фактом було те, що всі 100 відсотків здобувачів ПДАФКіС надали правильну відповідь «вода, чай, натуральні соки, мінеральна вода, кава», в контрольній групі – лише 60 % здобувачів.



**Рис. 4.89.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо питного режиму волейболістів протягом дня (%)



**Рис. 4.90.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо споживання їжі перед матчем або тренуванням з волейболу (%)

Відповіді щодо споживання їжі перед матчем або тренуванням з волейболу були також на високому рівні: ЕГ – 100% здобувачів надали правильну відповідь «мінімум за 2 години до тренування або матчу», у контрольній групі – майже на 20 % студентів менше обізнані в цьому питанні.

Відсоткове співвідношення правильних та неправильних відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо рекомендованих дій після занять волейболом для профілактики захворювань представлено у рисунку 4.91.



**Рис. 4.91.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо рекомендованих дій після занять волейболом для профілактики захворювань (%)

На дане питання було запропоновано три варіанти відповідей: не приймати душ, а скористатися дезодорантом; прийняти душ або скористатися вологими серветками, обов'язково вимити руки та обличчя милом; не мити руки та обличчя. Аналіз відповідей свідчить, що 100% здобувачів експериментальної групи надали правильну відповідь «прийняти душ або скористатися вологими серветками, обов'язково вимити руки та обличчя милом». У контрольній групі таку відповідь зазначили 70,3% здобувачів, по 14,7% вважають, що можна «не

приймати душ, а скористатися дезодорантом» та «не мити руки та обличчя». На нашу думку, відсутність знань з цієї теми може призвести до різних шкіряних хвороб. Але умови наших спортивних залів у ЗЗСО та відкритих вуличних майданчиків не завжди забезпечені душовими кабінами або умивальниками з проточною водою.

Розподіл відповідей здобувачів контрольної та експериментальної груп щодо ефективних засобів профілактики травматизму під час занять волейболом представлено на рисунку 4.92.

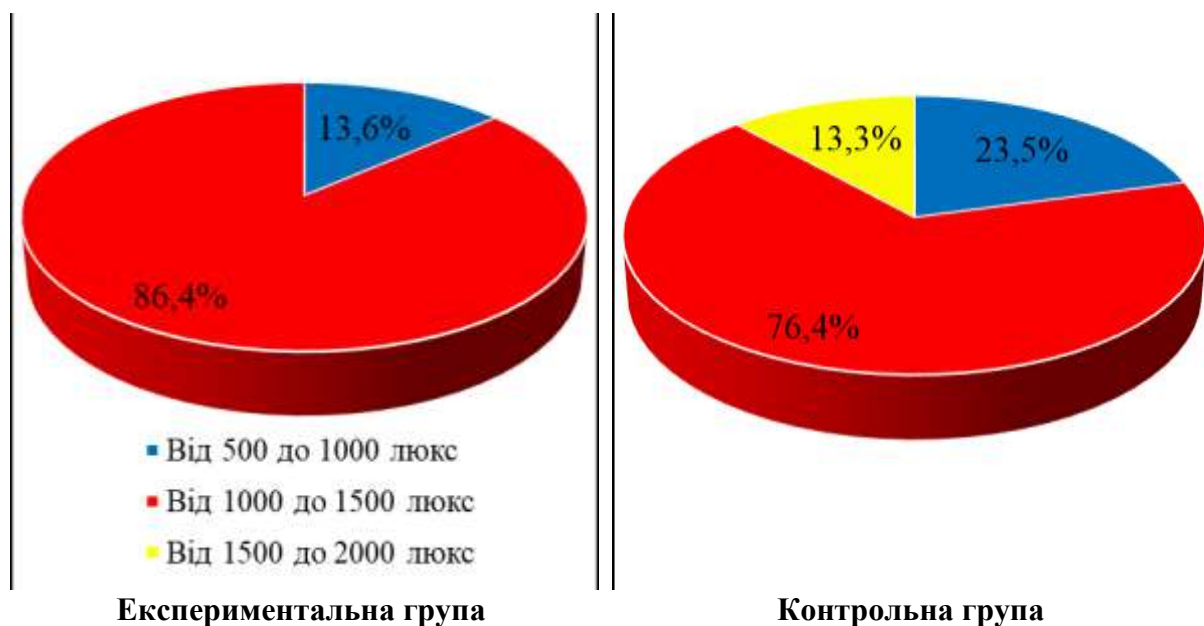


**Рис. 4.92.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо ефективних засобів профілактики травматизму під час занять волейболом (%)

Тема «Профілактика травматизму» була забезпечена в нашій програмі теоретичної підготовки наочною презентацією та детальним аналізом різних травм та їх профілактики, тому 100 % здобувачів ПДАФКіС, які брали участь в експерименті надали правильну відповідь «Розминка та розтягування на початку заняття». У контрольній групі 86,7 % обізнані у цьому питанні.

Не менш важливим чинником, що впливає на правильне опанування техніко-тактичними діями волейболу під час уроків ФК та тренувальних занять

є освітлення ігрового майданчика. Правильною відповіддю щодо дотримання належних норм освітлення – є від 1000 до 1500 люкс.

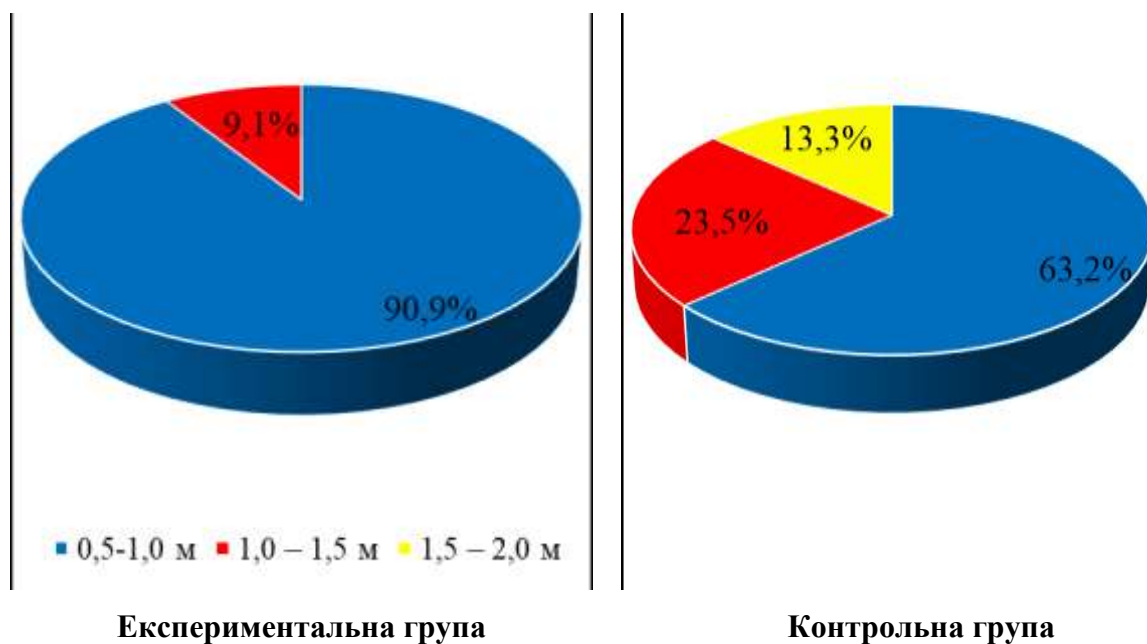


**Рис. 4.93.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо освітлення ігрового волейбольного поля (%)

Аналіз відповідей здобувачів експериментальної (86,4 % - правильні) та контрольної груп (76,4 %) свідчить про належну увагу до норм освітлення збоку здобувачів, але ще не стовідсоткову орієнтацію у показниках цих норм.

Також на нашу думку важливим у волейболі є дотримання норм щодо відстані від бокових ліній до стійок. Нами було запропоновано обрати правильну відстань з трьох варіантів: від 0,5 до 1,0 м; від 1.0 до 1,5 м; від 1,5 до 2.0 м.

Показники відсотку студентів, які надали правильну відповідь в експериментальній групі були на 26,7 % більше, ніж у контрольній (рис. 4.94).



**Рис. 4.94.** Розподіл здобувачів контрольної та експериментальної груп, які надали відповіді щодо відстані від бокових ліній до стійок у волейболі (%)

Середні показники правильних відповідей у здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту після впровадження експериментальної теоретичної підготовки з волейболу представлено в таблиці 4.16.

Таблиця 4.16

**Середні показники правильних відповідей у здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту після впровадження експериментальної теоретичної підготовки з волейболу**

№	Розділи знань	Експериментальна група (n=70)	Контрольна група (n=68)
1.	«Фундаментальні знання з волейболу»	77,87*	56,11
2.	«Спеціалізовані знання з волейболу»	82,56*	51,66
3.	«Поточні знання з волейболу»	53,12*	29,90
4.	«Допоміжні знання з волейболу»	90,43*	68,23

Примітки: достовірність відмінностей при  $p < 0,05$

У результаті проведеного тестування теоретичних знань з волейболу виявлено, що середні показники правильних відповідей у здобувачів вищої освіти експериментальної групи були на високому рівні й достовірно відрізнялися (при  $p < 0,05$ ) у порівнянні з представниками контрольної групи: правильні відповіді з фундаментальних теоретичних знань у ЕГ склали 77,87%, у КГ – 56,11%; зі спеціалізованих теоретичних знань у ЕГ – 82,56%, у КГ – 51,66%; з поточних теоретичних знань у ЕГ – 53,12%, у КГ – 29,90%; з допоміжних теоретичних знань у ЕГ – 90,43%, у КГ – 68,23%.

Отже, встановлено, що найкраще здобувачі експериментальної групи стали орієнтуватися у допоміжних знаннях з волейболу, потім спеціалізованих, фундаментальних та найгіршими були відповіді з поточних знань. У контрольній групі перевагу мали показники з розділів допоміжних та фундаментальних знань, трохи гіршими – з спеціалізованих і найгіршими – з поточних знань.

#### **4.9. Аналіз рівня мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю до занять спортом та майбутньої професії після впровадження експериментальної структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу**

Після впровадження експериментальної структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу нами було проведене психолого-педагогічної діагностику щодо визначення мотивації до занять спортом за Адаптованим опитувальником SMS-28 (Шкала спортивної мотивації) (Л.Пелетї зі співавт., 1995 рік, адаптація – Чопко Х.Б., 2023р.).

Результати представлено у таблиці 4.17.

Аналіз мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю свідчить про те, що у здобувачів експериментальної групи внутрішня мотивація, що орієнтована на знання значно вище, ніж у студентів контрольної групи. Такі ж суттєві відмінності спостерігаються у мотивації, що орієнтована на досягнення. У той же час у контрольній групі виявлено більше студентів, у яких амотивація (тобто зворотня мотивація) проявлена на високому рівні.

**Показники рівня мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю до занять спортом після впровадження експериментальної структури та змісту теоретичної підготовки з волейболу**

№	Вид мотивації	Орієнтація мотивації	Експериментальна група (n= 70)	Контрольна група (n=68)	Достовірність
1.	Внутрішня мотивація	Орієнтація на знання	25,60±1,618	19,04±2,168	p<0,05
2.	Внутрішня мотивація	Орієнтація на досягнення	23,87±2,896	18,13±3,534	p<0,05
3.	Внутрішня мотивація	Орієнтація на чуттєву стимуляцію	23,27±3,302	16,03±2,855	p<0,05
4.	Зовнішня мотивація	Орієнтація на виявлення	24,00±4,743	16,96±2,749	p<0,05
5.	Зовнішня мотивація	Інтроєктована орієнтація	22,76±3,376	18,64±1,708	p<0,05
6.	Зовнішня мотивація	Орієнтація на зовнішню регуляцію	19,47±5,015	15,21±3,978	p<0,05
7.	Амотивація	-	13,50±4,740	13,50±2,834	p>0,05

Що підтверджує, що дистанційна форма навчання при вивченні спортивних ігор не завжди задовольняє потреби студентів до опанування спеціалізованими знаннями, вміннями та навичками при онлайн умовах, у порівнянні з офлайн заняттями та тренуваннями.

#### 4.10. Рівень опанування технічними прийомами волейболу у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі навчання

На наступному етапі нами було проведене педагогічне тестування з виявлення технічної підготовленості у волейболі студентів факультету фізичного виховання в якому взяло участь 70 студентів, які проходили дисципліну «Теорія та методика волейболу». Результати здачі контрольних нормативів представлено у таблиці 4.18.

Таблиця 4.18

#### Показники рівня опанування технічними прийомами з волейболу у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту при дистанційній формі навчання (n=70)

Спеціалізації студентів	Передача зверху двома руками в колі, к-ть		Передача знизу двома руками в колі, к-ть	
	результат	оцінка	результат	оцінка
Легка атлетика (n=7)	6,3 ± 0,2	Добре	6,0 ± 0,3	Добре
Плавання (n=5)	4,8 ± 0,5	Задовільно	4,7 ± 0,5	Задовільно
Веслувальний та вітрильний спорт (n=4)	3,5 ± 0,4	Незадовільно	3,9 ± 0,3	Незадовільно
Баскетбол (n=5)	5,8 ± 0,3	Задовільно	5,7 ± 0,2	Задовільно
Волейбол (n=5)	6,2 ± 0,2	Добре	6,3 ± 0,4	Добре
Теніс та настільний теніс (n=4)	3,7 ± 0,4	Незадовільно	4,0 ± 0,3	Незадовільно
Важка атлетика (n=5)	5,1 ± 0,2	Задовільно	4,8 ± 0,2	Задовільно

Гімнастика (n=6)	3,7 ± 0,6	Незадовільно	3,5 ± 0,4	Незадовільно
Бокс (n=6)	5,8 ± 0,2	Задовільно	5,9 ± 0,3	Задовільно
Боротьба (n=7)	5,6 ± 0,4	Задовільно	5,4 ± 0,2	Задовільно
Футбол (n=9)	5,5 ± 0,3	Задовільно	5,0 ± 0,3	Задовільно
Середня освіта (n=7)	4,6 ± 0,4	Незадовільно	4,0 ± 0,2	Задовільно
Середній показник	5,5 ± 0,2	Незадовільно	4,9 ± 0,2	Незадовільно

Основними технічними елементами у волейболі, які можна опанувати самостійно при дистанційній формі навчального процесу у ЗВО є передача двома руками зверху та знизу. Найкраще впорались з цими тестами студенти таких спеціалізацій, як: легка атлетика та волейбол.

Представники цих спеціалізацій в середньому продемонстрували результат 6,0-7,3, що відповідало оцінці добре. Якщо показники студентів спеціалізації волейбол це очевидний результат, то вдала задача нормативів студентів-легкоатлетів вказує на їх бездоганний рівень фізичної підготовленості, й особливо, координаційних здібностей.

Це надало суттєве підґрунтя для ефективного виконання технічних елементів з волейболу. Найгірші показники було виявлено у студентів спеціалізації веслувальний спорт, вітрильний спорт та гімнастики, їх середній результат за виконання тесту 3,7-4,0; що відповідає оцінці задовільно. Але це не може вказувати на їх низький рівень фізичної підготовленості.

Якщо проаналізувати кожний тест окремо, то можна побачити такі особливості. Найкращі результати в тесті «передача двома руками зверху в колі» у студентів спеціалізації легка атлетика ( $6,3 \pm 0,2$ ), що відповідає оцінці добре. Найгірші показники у спеціалізації вітрильний та веслувальний спорт ( $3,5 \pm 0,4$ ), що відповідає оцінці незадовільно. Всі інші студенти склали нормативи у діапазоні від 3,7-6,2.

У наступному тесті «передача знизу двома руками в колі» були такі показники: у студентів спеціалізації волейбол – найкращий результат ( $6,3 \pm 0,4$ ), що відповідає оцінці добре; найслабші показники у здобувачів спеціалізації гімнастики, їх результат в середньому ( $3,5 \pm 0,4$ ), що відповідає оцінці незадовільно. Всі інші спеціалізації були в діапазоні від 3,9 до 6,0 балів.

У третьому тесті подача по зонам найбільш успішно впорались студенти спеціалізації волейбол з результатом ( $7,3 \pm 0,2$ ), що відповідає оцінці добре. Найменші результати показали представники спеціалізації гімнастика з показником ( $3,8 \pm 0,4$ ), що відповідає оцінці незадовільно. Інші спеціалізації продемонстрували результати в діапазоні від 4,0 до 7,0. Результати аналізу педагогічного спостереження під час виконання контрольних нормативів свідчать, що студенти намагаються виконувати технічний прийом з перенесенням рухів зі свого виду спорту. Так, наприклад, студенти-гімнасти намагаються зробити все плавно та повільно, студенти-баскетболісти розводять руки після передачі зверху. Футболісти – не щільно складають руки при виконанні передачі знизу, що дуже важливо, тому що м'яч провалиться між руками.

Також достатній рівень виконання контрольних нормативів продемонстрували студенти спеціалізацій бокс та боротьба, їх середній показник 5,6-6,3, але у них також є проблеми, що пов'язані зі специфічними навичками з їх провідного виду спорту; вони постійно дуже сильно згинають ноги у колінному суглобі під час подачі та передачі зверху двома руками. Крім того, педагогічне спостереження дозволило виявити наявність характерних помилок у студентів різних спеціалізацій під час виконання тесту, а також відсоток студентів, який їх припускається, як представлено у (табл. 4.19.).

Таблиця 4.19

**Показники кількості здобувачів (у %), які припускаються характерних помилок під час виконання контрольних нормативів з освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор (волейболу)» (n= 70)**

Характерні помилки при виконанні тесту	Спеціалізація											
	Легка атлетика (n=7)	Плавання (n=5)	Важка атлетика (n=5)	Баскетбол (n=5)	Волейбол (n=5)	Футбол (n=9)	Теніс настільний, теніс (n=4)	Веслувальний та вітрильний спорт (n=4)	Гімнастика (n=6)	Боротьба (n=7)	Бокс (n=6)	Середня освіта (n=7)
<b>Тест №1 «Передача м'яча двома руками зверху в колі»</b>												
1. Неузгоджена робота рук і ніг	30,0	45,5	40,0	49,8	20,0	53,0	75,0	83,0	57,0	33,3	33,2	65,0
2. Широке та вузьке розведення рук	40,0	54,5	60,0	66,4	30,0	47,7	50,0	66,4	64,6	44,4	33,2	60,0
3. Неповне випрямлення рук	30,0	36,4	40,0	66,4	20,0	42,4	75,0	66,4	68,4	22,2	49,8	60,0
<b>Тест №2 «Передача м'яча двома руками знизу в колі»</b>												
1. Неузгоджена робота рук і ніг	25,0	45,5	40,0	33,2	20,0	42,4	75,0	49,8	49,4	33,3	33,2	70,0
2. Недостатньо витягнуті та не щільно складені руки	30,0	54,4	40,0	16,6	30,0	37,1	50,0	49,8	49,4	44,4	33,2	65,0
3. Неправильне положення рук під час виконання техн. прийому	40,0	45,5	30,0	33,2	30,0	37,1	75,0	49,8	64,6	44,4	16,6	60,0

При виконанні технічного прийому головним показником є раціональна техніка його виконання. У ході проведеного дослідження визначено характерні помилки для студентів різних спеціалізацій під час виконання тесту, а також відсоток студентів, який їх припускається.

В першому тесті «Передача м'яча двома руками зверху над собою» характерними помилками було неузгоджена робота рук та ніг, найменша кількість студентів, які їх припускалися - це студенти спеціалізації волейбол (20,0% від кількості студентів), найбільше (83,0%) студентів спеціалізації веслувальний спорт та вітрильний спорт та 75% студентів, представників тенісу та настільного тенісу й 65% «середня освіта» припускались цієї помилки. Від 30,0 до 50,0% студентів інших спеціалізацій також припускались цієї помилки. Також основною характерною помилкою було широке та вузьке розведення рук. 66,4% студентів спеціалізації баскетбол та вітрильного спорту були «лідерами» в цьому аспекті.

Краще впорались з цим контрольним нормативом представники спеціалізації волейбол (30,0%). Діапазон відсотку студентів, які припускались цієї помилки, в інших спеціалізаціях коливався від 33,2% - 60,0%.

Під час здачі другого тесту «Передача м'яча двома руками знизу» характерними помилками було недостатньо витягнуті та нещільно складені руки. Найбільша кількість студентів, яка їх робила, це студенти спеціалізації «середня освіта» 65,0%. А найменша кількість студентів, яка їх припускалась, це спеціалізація баскетбол, що склала 16,6% від кількості студентів.

У всіх інших спеціалізаціях діапазон був від 30,0% до 54,4%. Також багато студентів спеціалізації тенісу та настільного тенісу, саме – 75,0% та 60 % студентів «середня освіта», припускались помилки неправильне положення рук під час виконання технічного прийому, і менше за всіх 16,6% студентів спеціалізації боксу. У всіх інших спеціалізаціях діапазон складав 30,0-45,0%.

Якщо розбирати конкретно помилки за видами спорту то можна вказати на те, що дуже важливим чинником, що впливає на низький рівень виконання тесту є перенесення навичок зі спорту, яким займається студент, на техніку виконання волейбольних прийомів: так 40% баскетболістів постійно роблять

захльосний рух руки після передачі зверху двома руками, що характерно для їх виду спорту, 49% гімнастів роблять передачу на прямих ногах, 60% студентів від загальної кількості мали проблеми при виконанні передачі, головною причиною було неправильне підкидання м'яча (за голову або далеко вперед), особливо у студентів спеціалізацій боротьба, бокс, важка атлетика, які не мають такої якості, як відчуття м'яча та орієнтації у часі та просторі з м'ячем.

#### **Висновки до розділу 4**

Розроблено та експериментально обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту.

Теоретична підготовка була розроблена з дотриманням основних принципів: дидактичних і специфічних, особливістю теоретичної підготовки була розробка алгоритму подачі теоретичного матеріалу в дистанційній формі навчального процесу. Структура теоретичної підготовки була представлена у вигляді піраміди, складалася з 4 взаємопов'язаних рівнів. Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу».

На основі експертного оцінювання було визначено значущість запропонованих розділів знань та тем у кожному розділі. Результати експертної оцінки було враховано під час розподілу змісту теоретичної підготовки, як в загальній структурі, так і у кожному з чотирьох розділів авторської теоретичної підготовки.

Зміст теоретичної підготовки складався з форм та засобів для онлайн навчально-тренувального процесу та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації,

мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) форм організації занять з теоретичної підготовки: індивідуальні, групові та командні; г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична; д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

Розроблено алгоритм контролю теоретичних знань, що містив 4 види тестування: тестування фундаментальних знань включало (32 питання); тестування спеціалізованих знань включало (14 питання); тестування поточних знань включало (21 питання); тестування допоміжних знань включало (12 питань). Дане тестування було розроблено у Google-forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання. Алгоритм контролю теоретичних знань включав тестування, оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку.

У результаті тестування теоретичних знань встановлено, що найкраще здобувачі експериментальної групи стали орієнтуватися у допоміжних знаннях з волейболу, потім спеціалізованих, фундаментальних та найгіршими були відповіді з поточних знань. У контрольній групі перевагу мали показники з розділів допоміжних та фундаментальних знань, трохи гіршими – зі спеціалізованих, й найгіршими – з поточних знань.

Виявлено рівень опанування основними прийомами техніки волейболу у здобувачів ЗВО залежно від їх спортивної спеціалізації. Визначено, що здобувачі майже всіх спеціалізацій, окрім легкоатлетів та волейболістів, мали задовільні та незадовільні оцінки при здачі контрольних нормативів.

У ході педагогічного спостереження визначено, що характерними помилками при виконанні передач м'яча двома руками зверху та знизу у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту залежно від їх спортивної спеціалізації були: у тесті «передачі двома руками зверху» - неузгоджена робота рук та ніг, широке та вузьке розведення рук; у тесті «передачі двома руками знизу» - недостатньо витягнуті та нещільно складені руки, неправильне положення рук. Виявлено, що у більшості випадків здобувачі при виконанні

технічних прийомів волейболу екстраполують навички, що набуті в їх провідному виді спорту (спеціалізації).

Виявлено, що у здобувачів експериментальної групи внутрішня мотивація, що орієнтована на знання значно вище ( $25,60 \pm 1,618$ ), ніж у здобувачів контрольної групи ( $19,04 \pm 2,168$ ). Такі ж суттєві відмінності спостерігаються у мотивації, що орієнтована на досягнення: ЕГ-  $23,87 \pm 2,896$ , КГ -  $23,87 \pm 2,896$ . У той же час у контрольній групі виявлено більше студентів, у яких амотивація (тобто зворотня мотивація) проявлена на високому рівні ( $20,50 \pm 2,834$ ) у порівнянні з представниками експериментальної групи ( $13,50 \pm 4,740$ ).

Отримані результати підтверджують, що дистанційна форма навчання при вивченні спортивних ігор, й особливо командних, не завжди задовольняє потреби здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту до опанування спеціалізованими знаннями, вміннями та навичками при онлайн умовах, у порівнянні з офлайн заняттями та тренуваннями.

Результати даного розділу представлено у двох публікаціях автора [36, 37, 38, 97, 202].

## РОЗДІЛ 5

### АНАЛІЗ І УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Аналіз наукових праць з теоретичної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту засвідчив наявність різних підходів щодо наукового обґрунтування форм, засобів та методів теоретичної підготовки на прикладі таких видів спорту, як мінібаскетбол, фехтування, легка атлетика, хокей з шайбою та ін.

Окрім того, низка наукових праць присвячується питанням теоретико-методичним основам теоретичної підготовки у легкій атлетиці [11-21], теоретичному розділу навчально-тренувального процесу та впровадження зошита-практикуму для дітей 6-7 років у міні-баскетболі присвячено роботи [100, 102], теоретичній підготовці у веслувальників та яхтсменів присвячено публікації [143].

Різні аспекти позитивного впливу форм та засобів теоретичної підготовки на уроках фізичної культури у загальноосвітній середній школі на підвищення мотивації до занять спортом науково обґрунтовано у роботах науковців [113, 196, 197].

Дослідження низького рівня теоретичних знань у сфері фізичної культури і спорту серед студентів Китаю має важливе значення для вирішення проблем та розробки ефективних програм. Аналіз цього питання передбачає врахування психологічних, соціокультурних та освітніх факторів, які впливають на сприйняття та засвоєння китайськими студентами теоретичного матеріалу з питань здоров'я, спорту та фізичного виховання. Дослідження також може включати аналіз самоконтролю при фізичному навантаженні, користі рухової активності для організму людини та інших аспектів. Результати такого дослідження допоможуть розробити ефективніші методики навчання та програми фізичної культури і спорту для студентів у Китаї [170].

Аналіз навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої

спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з волейболу [183].

Умови сьогодення вимагають швидкого реагування на ситуацію та акумуляції зусиль, педагогічної майстерності викладача та тренера, використання сучасних засобів розповсюдження інформації. Аналіз наукових публікацій свідчить, що у деяких ЗВО України в рамках практичної роботи студентами розроблені наочні відео комплексів фізичних вправ для розповсюдження серед студентської громади для інформальної роботи. Студенти всіх нефізкультурних спеціальностей отримували відео матеріали із супроводом у процесі дистанційного навчання засобом соціальних мереж: Facebook, Instagram, Tik Tok та сучасних платформ зв'язку та передачі файлів: Viber, Telegram, Discord. Отримані завдання з виконання окремих вправ (присідання, планка) студенти розміщували у вищезгаданих мережах використовуючи хештеги та позначаючи профіль кафедри і викладачів дисципліни «Фізичне виховання» [197].

Для підвищення рівня теоретичних знань у сфері ведення здоров'язберігаючої діяльності студентської молоді, пропонується інтеграція інноваційних технологій формування ЗСЖ у професійну підготовку майбутніх фахівців сфери ФК і С і можливість їхнього застосування в інформаційному блоці практичних занять та інтерактивних методів навчання [71]. Низкою вчених розроблено й експериментально обґрунтовано ефективність педагогічної технології спеціальної фізичної підготовки волейболістів студентської команди [74].

Так, дослідження [209, 213], розкривають тісний зв'язок між формуванням цінностей фізичної культури, мотивацією до занять руховою активністю та рівнем теоретичних знань у сфері фізичної культури і спорту.

Одним із ключових питань вдосконалення викладання освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» й зокрема, волейболу є ефективне опанування здобувачами основними технічними прийомами гри з метою подальшої можливості наочно демонструвати своїм майбутнім вихованцям техніку та її фази й методику навчання під час реалізації

майбутньої професії вчителя фізичної культури. Однак дистанційне навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, де саме готують майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту – вчителів фізичної культури та тренерів, потребує більш ретельного розгляду даної проблеми в зв'язку з необхідністю навчити здобувачів методиці подачі програмного матеріалу, взаємопов'язувати технічну підготовку з фізичною, теоретичною, тактичною видами підготовки, впливати формами, засобами та методами на формування мотивації у дітей, які будуть опановувати волейбол.

Нами доповнено та розширено дослідження попередників щодо рівня технічної підготовленості волейболістів та студентів різних ЗВО. Так, низкою вчених розроблено й експериментально обгрунтовано ефективність педагогічної технології спеціальної фізичної підготовки волейболістів студентської команди [124; 125].

Також групою вчених проводились дослідження щодо фізичної підготовленості волейболістів студентських команд різного ігрового амплуа [31]. Вербіцьким та ін. [29, 30] окреслено перспективи удосконалення технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки за допомогою застосування інтерактивних методів навчання.

На відміну від вищевказаних праць, наші дослідження присвячені аналізу взаємозв'язку між спеціалізацією студентів ЗВО фізичної культури і спорту та рівнем їх опанування технічними прийомами волейболу, виявлення характерних помилок тощо.

Отже онлайн режим навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, у дитячо-юнацькому спорті та на уроках фізичної культури у закладах загальної середньої освіти призвів до підвищення значущості теоретичної підготовки та її впливу на підвищення мотивації дітей до занять спортом, студентів до вивчення навчальних компонентів.

Однак дистанційне навчання у закладах вищої освіти фізичної культури і спорту, де саме готують майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту – вчителів фізичної культури та тренерів, потребує більше ретельного розгляду даної проблеми в зв'язку з необхідністю навчити здобувачів методиці подачі

теоретичного матеріалу, взаємопов'язувати теоретичну підготовку з фізичною, технічною, тактичною видами підготовки, впливати формами, засобами та методами та формуванням мотивації у дітей, які опановують волейбол.

Одним із ключових питань вдосконалення викладання освітнього компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» й зокрема, волейболу є ефективне опанування здобувачами основними технічними прийомами гри з метою подальшої можливості наочно демонструвати своїм майбутнім вихованцям техніку та її фази й методику навчання під час реалізації майбутньої професії вчителя фізичної культури.

У результаті проведеного анкетування встановлено, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання провідного досвіду із застосування комп'ютерних технологій, як, безпосередньо під час навчального та тренувального процесу, так і під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту. Порівняння ставлення волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО, які взяли участь в анкетуванні, з приводу визнання пріоритетності засобів теоретичної підготовки, дозволило встановити суттєві відмінності у поглядах респондентів, що в більшому ступені пов'язано з різним рівнем спортивної кваліфікації та низьким рівнем попередньої спортивної підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО. Нами виявлено, що респонденти оцінюють свій рівень самооцінки теоретичної підготовленості у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту був таким: високий - 20 (28,6%); середній - 36 (51,4%); нижче середнього – 11 (15,7%); низький – 3 (4,3%).

Для вдосконалення процесу теоретичної підготовки у ЗВО нами було розроблено та експериментально обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту. Теоретична підготовка була розроблена з дотриманням основних принципів: дидактичних і специфічних, особливістю теоретичної підготовки була розробка алгоритму подачі теоретичного матеріалу в дистанційній формі навчального процесу. Структура теоретичної підготовки

була представлена у вигляді піраміди, складалася з 4 взаємопов'язаних рівнів. Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу».

Розроблено алгоритм контролю теоретичних знань, що містив 4 види тестування: тестування фундаментальних знань включало (32 питання); тестування спеціалізованих знань включало (14 питання); тестування поточних знань включало (21 питання); тестування допоміжних знань включало (12 питань). Дане тестування було розроблено у Google-forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання. До кожного питання було запропоновано по три варіанти відповіді, як з волейболу, так і з інших видів спортивних ігор, що входять до навчального компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» для заплутування респондентів під час їх пошуку правильної відповіді. Окрім того, алгоритм контролю теоретичних знань включав оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку.

У результаті проведеного тестування теоретичних знань з волейболу виявлено, що середні показники правильних відповідей у здобувачів вищої освіти експериментальної групи були на високому рівні й достовірно відрізнялися (при  $p < 0,05$ ) у порівнянні з представниками контрольної групи: правильні відповіді з фундаментальних теоретичних знань у ЕГ склали 77,87%, у КГ – 56,11%; зі спеціалізованих теоретичних знань у ЕГ – 82,56%, у КГ – 51,66%; з поточних теоретичних знань у ЕГ – 53,12%, у КГ – 29,90%; з допоміжних теоретичних знань у ЕГ – 90,43%, у КГ – 68,23%. Отже, встановлено, що найкраще здобувачі експериментальної групи стали орієнтуватися у допоміжних знаннях з волейболу, потім спеціалізованих, фундаментальних та найгіршими були відповіді з поточних знань. У контрольній групі перевагу мали показники з розділів допоміжних та

фундаментальних знань, трохи гіршими – з спеціалізованих і найгіршими – з поточних знань.

Аналіз мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю свідчить про те, що у здобувачів експериментальної групи внутрішня мотивація, що орієнтована на знання значно вище ( $25,60 \pm 1,618$ ), ніж у здобувачів контрольної групи ( $19,04 \pm 2,168$ ). Такі ж суттєві відмінності спостерігаються у мотивації, що орієнтована на досягнення: ЕГ-  $23,87 \pm 2,896$ , КГ -  $23,87 \pm 2,896$ . У той же час у контрольній групі виявлено більше студентів, у яких амотивація (тобто зворотня мотивація) проявлена на високому рівні ( $20,50 \pm 2,834$ ) у порівнянні з представниками експериментальної групи ( $13,50 \pm 4,740$ ). Це підтверджує, що дистанційна форма навчання при вивченні спортивних ігор, й особливо командних, не завжди задовольняє потреби студентів до опанування спеціалізованими знаннями, вміннями та навичками при онлайн умовах, у порівнянні з офлайн заняттями та тренуваннями.

Результати проведеного педагогічного експерименту свідчать про більший приріст показників теоретичної підготовленості здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту експериментальної групи та підвищення їх мотивації до занять спортом і до опанування компетентностей майбутньої професії у порівнянні з контрольною, що свідчить про ефективність запропонованої структури та змісту теоретичної підготовки в умовах дистанційного навчання.

Таким чином отримано три групи даних, ті, що доповнено, підтверджено та нові, серед яких:

Доповнено дані щодо проблеми викладання спортивних ігор у закладах вищої освіти [55, 57, 78, 121, 186]. Розширено наукові та теоретичні положення, що обґрунтовані фахівцями [27, 28, 175, 188 та ін.] щодо теорії та методики викладання волейболу у закладах вищої освіти. На відміну від вищевказаних праць, наші дослідження присвячені аналізу взаємозв'язку між спеціалізацією студентів ЗВО фізичної культури і спорту та рівнем їх опанування технічними прийомами волейболу, виявлення характерних помилок тощо.

Підтверджено:

- дані (В.Ю. Богуславської [12-21], Задорожної [50], М.П. Пітина [142-146], О.О. Кошелевої [59, 61], О.О. Мітової, В.М. Онищенко [98, 99, 100]; О.О. Мітової, Д.О. Скрипця, [103], Н.В. Москаленко [113, 115, 119], Briskin, Yu., Pityn, M. & Zadorozhna, O. [196], M. Vulatova, VM Ermolova [197], щодо значущості, структури та змісту теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні з урахуванням спеціалізації або спеціальності здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту та щодо засобів та методів теоретичної підготовки у спорті та фізичному вихованні та спорті;

- дані (С.М. Афанасьєва [4, 5], О.С. Микитчик [108, 109], О.М. Демідової, І.В. Степанової [43, 44], ) щодо організації дистанційного навчання здобувачів у закладах вищої освіти у воєнний час;

- дані (О.О. Кошелевої [62], О.Ю. Марченко [93, 95], щодо рівня мотивації здобувачів до занять спортом.

Новими даними є те, що:

- науково обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту з розподілом програмного матеріалу за чотирма рівнями: фундаментальні знання, спеціалізовані знання, поточні знання, допоміжні знання, що сприяє підвищенню мотивації здобувачів до занять спортом та до майбутньої професії;

- вперше обґрунтовано зміст теоретичної підготовки з волейболу з урахуванням сучасних тенденцій розвитку виду спорту та дистанційних умов навчання у ЗВО фізкультурного профілю, розроблено форми, засоби та методи теоретичної підготовки з використанням інноваційних комп'ютерних технологій та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) методів навчання: методи аналізу конкретних ситуацій; дискусійні методи; методи активізації сприйняття; пошукові та дослідницькі; г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими

видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, тактична; д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

- вперше розроблено алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу, який містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки студентами в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про низку проблемних питань реалізації теоретичної підготовки: необґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу з розподілом програмного матеріалу на онлайн та офлайн форми навчально-тренувального процесу, де зміст теоретичної підготовки структуровано з урахуванням завдань конкретного етапу багаторічної підготовки, що сприяє підвищенню ефективності навчання основ техніки гри, розвитку фізичних якостей, формування мотивації дітей, спортсменів, студентів до занять спортом; зміст навчального матеріалу теоретичної підготовки з волейболу потребує побудови відповідно до сучасних тенденцій волейболу, використання інформаційних комп'ютерних технологій, вікових особливостей, що створить максимально сприятливі умови для розкриття пізнавальних здібностей; формування мотивації до занять спортом з урахуванням інтересів самої особистості щодо самовираження та розкриття свого потенціалу в командній діяльності; у нормативних документах та методичних рекомендаціях для тренерів недостатньо розкрито використання інтегрованого підходу щодо опанування теоретичними знаннями юними спортсменами у поєднанні з руховою діяльністю в навчально-тренувальному процесі з волейболу, з використанням зошитів або щоденників для виконання самостійних завдань при онлайн та офлайн режимах навчально-тренувального процесу; недостатньо розроблено методичних рекомендацій для тренерів та здобувачів вищої освіти фізкультурного профілю щодо організації теоретичної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки та протягом вивчення варіативного модулю «Волейбол» у ЗЗСО.

2. У результаті проведеного анкетування встановлено, що особливої значущості набуває пошук інноваційних підходів, а також використання провідного досвіду із застосування комп'ютерних технологій, як, безпосередньо під час навчального та тренувального процесу, так і під час підготовки фахівців галузі фізичної культури і спорту. Порівняння ставлення

волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО, які взяли участь в анкетуванні, з приводу визнання пріоритетності засобів теоретичної підготовки, дозволило встановити суттєві відмінності у поглядах респондентів, що в більшому ступені пов'язано з різним рівнем спортивної кваліфікації та низьким рівнем попередньої спортивної підготовки у ДЮСШ та ЗЗСО. Нами виявлено, що респонденти оцінюють свій рівень самооцінки теоретичної підготовленості у волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту був таким: високий - 20 (28,6%); середній - 36 (51,4%); нижче середнього – 11 (15,7%); низький – 3 (4,3%).

3. Розроблено та експериментально обґрунтовано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту. Теоретична підготовка була розроблена з дотриманням основних принципів: дидактичних і специфічних, особливістю теоретичної підготовки була розробка алгоритму подачі теоретичного матеріалу в дистанційній формі навчального процесу. Структура теоретичної підготовки була представлена у вигляді піраміди, складалася з 4 взаємопов'язаних рівнів. Основу піраміди складатимуть «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу», наступним рівнем є – «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу», далі, третій рівень – «Поточні теоретичні знання з волейболу» та четвертий рівень – «Допоміжні теоретичні знання з волейболу».

4. На основі експертного оцінювання було визначено значущість запропонованих розділів знань та тем у кожному розділі: «*Фундаментальні теоретичні знання з волейболу*» експерти розташували теми «Історія виникнення волейболу» (9 балів); «Правила гри» (17 балів); «Історія світового волейболу» (21 бал); «Історія українського волейболу» (23 бали), «Інвентар та обладнання» (37 бали), «Термінологія волейболу» (42 бали) «Екіпірування волейболістів» (47 балів) ( $W=5,788$ ,  $p<0,05$ ); «*Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу*»: «Ігрові амплуа» (9 балів), «Системи підготовки волейболістів» (12 балів), «Види підготовки волейболістів» (25 балів), «Гравець» (30 балів),

«Команда» (33 бали), «Тренажерні пристрої» (43 бали), «Системи розіграшів» ( $W=4,612$ ,  $p<0,05$ ); «Поточні теоретичні знання волейболістів»: «Перегляд офіційних матчів» (8 балів), «Перегляд кінострічок та серіалів про волейбол» (13 балів), «Аналіз топових турнірів світу та Європи» (23 бали), «Аналіз виступів команд суперліги України» (28 балів), «Аналіз складу топових команд» (33 бали), «Аналіз статистичного протоколу гри» (42 балів), «Перегляд інтерв'ю гравців» (50 балів), «Перегляд інтерв'ю тренерів» (55 балів) ( $W=4,822$ ,  $p<0,05$ ); «Допоміжні теоретичні знання волейболістів» «Техніка безпеки на уроці/тренуванні з волейболу» (10 балів), «Гігієна» (13 балів), «Профілактика травматизму на заняттях з волейболу» (21 бал), «Особливості питного режиму протягом занять з волейболу» (28 балів), «Харчування волейболістів» (34 бали) ( $W=5,236$ ,  $p<0,05$ ). Коефіцієнти конкордації свідчать про високий рівень узгодженості думок експертів. Результати експертної оцінки було враховано під час розподілу змісту теоретичної підготовки, як в загальній структурі, так і у кожному з чотирьох розділів авторської теоретичної підготовки.

5. Зміст теоретичної підготовки складався з форм, засобів та методів для онлайн навчально-тренувального процесу та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) методів навчання: методи аналізу конкретних ситуацій; дискусійні методи; методи активізації сприйняття; пошукові та дослідницькі; г) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична; д) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.

6. Розроблено алгоритм контролю теоретичних знань, що містив 4 види тестування: тестування фундаментальних знань включало (32 питання); тестування спеціалізованих знань включало (14 питання); тестування поточних знань включало (21 питання); тестування допоміжних знань включало (12 питань). Дане тестування було розроблено у Google-forms, що є оперативним в умовах дистанційної форми навчання. До кожного питання було запропоновано

по три варіанти відповіді, як з волейболу, так і з інших видів спортивних ігор, що входять до навчального компоненту «Теорія та методика спортивних ігор» для заплутування респондентів під час їх пошуку правильної відповіді. Окрім того, алгоритм контролю теоретичних знань включав оцінювання, як відсотку правильних відповідей, так і відсоток студентів, які надали правильні відповіді, оцінку самостійного завдання з методики навчання техніки гри та загальну оцінку.

7. У результаті проведеного тестування теоретичних знань з волейболу виявлено, що середні показники правильних відповідей у здобувачів вищої освіти експериментальної групи були на високому рівні й достовірно відрізнялися (при  $p < 0,05$ ) у порівнянні з представниками контрольної групи: правильні відповіді з фундаментальних теоретичних знань у ЕГ склали 77,87%, у КГ – 56,11%; зі спеціалізованих теоретичних знань у ЕГ – 82,56%, у КГ – 51,66%; з поточних теоретичних знань у ЕГ – 53,12%, у КГ – 29,90%; з допоміжних теоретичних знань у ЕГ – 90,43%, у КГ – 68,23%. Отже, встановлено, що найкраще здобувачі експериментальної групи стали орієнтуватися у допоміжних знаннях з волейболу, потім спеціалізованих, фундаментальних та найгіршими були відповіді з поточних знань. У контрольній групі перевагу мали показники з розділів допоміжних та фундаментальних знань, трохи гіршими – з спеціалізованих і найгіршими – з поточних знань.

8. Виявлено рівень володіння основними прийомами техніки волейболу у здобувачів ЗВО залежно від їх спортивної спеціалізації. Визначено, що студенти майже всіх спеціалізацій, окрім легкоатлетів та волейболістів, мали задовільні та незадовільні оцінки при здачі контрольних нормативів. Визначено, що характерними помилками при виконанні тестів були: у тесті «передачі двома руками зверху» неузгоджена робота рук та ніг, широке та вузьке розведення рук; у тесті «передачі двома руками знизу» недостатньо витягнуті та нещільно складені руки, неправильне положення рук. У ході педагогічного спостереження проведено детальний аналіз характерних помилок у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту залежно від їх спортивної

спеціалізації при виконанні передач м'яча двома руками зверху та знизу. Виявлено, що у більшості випадків здобувачі при виконанні технічних прийомів волейболу екстраполюють навички, що набуті в їх провідному виді спорту.

9. Аналіз мотивації здобувачів ЗВО фізкультурного профілю свідчить про те, що у здобувачів експериментальної групи внутрішня мотивація, що орієнтована на знання значно вище ( $25,60 \pm 1,618$ ), ніж у здобувачів контрольної групи ( $19,04 \pm 2,168$ ). Такі ж суттєві відмінності спостерігаються у мотивації, що орієнтована на досягнення: ЕГ -  $23,87 \pm 2,896$ , КГ -  $23,87 \pm 2,896$ . У той же час у контрольній групі виявлено більше студентів, у яких амотивація (тобто зворотня мотивація) проявлена на високому рівні ( $20,50 \pm 2,834$ ) у порівнянні з представниками експериментальної групи ( $13,50 \pm 4,740$ ). Це підтверджує, що дистанційна форма навчання при вивченні спортивних ігор, й особливо командних, не завжди задовольняє потреби студентів до опанування спеціалізованими знаннями, вміннями та навичками при онлайн умовах, у порівнянні з офлайн заняттями та тренуваннями.

10. Результати проведеного педагогічного експерименту свідчать про більший приріст показників теоретичної підготовленості здобувачів вищої освіти ЗВО фізичної культури і спорту експериментальної групи та підвищення їх мотивації до занять спортом і до опанування компетентностей майбутньої професії у порівнянні з контрольною, що свідчить про ефективність запропонованої структури та змісту теоретичної підготовки в умовах дистанційного навчання.

**Перспективи подальших досліджень** полягають в розробці структури та змісту теоретичної підготовки для здобувачів закладів вищої освіти спеціальностей фізичної культури і спорту з інших спортивних ігор (футболу, баскетболу, хокею з шайбою, гандболу, тенісу) та адаптації алгоритму контролю теоретичних знань у підготовку волейболістів ДЮСШ.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Альошина А., Ольховий О., Приходько І. Профільне навчання в умовах закладу спеціалізованої освіти спортивного профілю. Фізична активність і якість життя людини [текст]: зб. тез доп. VII Міжнар. наук.-практ. конф. 8 черв. 2023. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2023. 52 с.
2. Андреева Олена, Дутчак Мирослав, Благій Олександра Теоретичні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020. № 2. С. 59–66. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2020.2.59-66>
3. Арзютов, Г.М. Багаторічна підготовка у сучасному спорті [Електронний ресурс]. Режим доступу : [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vkpnui\\_fv/2009\\_2/1\\_02\\_Arziut&Guska.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vkpnui_fv/2009_2/1_02_Arziut&Guska.pdf)
4. Афанасьєв, С., Майкова, Т., Коваленко, Н., Афанасьєва, О. & Борисов, Є. (2022) Дистанційна освіта в підготовці фахівців галузі фізичної культури і спорту *Спортивний вісник Придніпров'я*, № 3. С. 4-10.
5. Афанасьєв С., Москаленко Н., Кошелева О., Сергеев А. Особливості змісту та організації занять з «Фізичного виховання» студентів спеціальної медичної групи в умовах дистанційного навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023. №1. С.4-14. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-004
6. Базилевич, Н. (2012). Особливості формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичної культури. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 2. С. 43–45.
7. Баканова, О. (2024). Теоретичні та практичні види підготовки тенісистів: особливості та вплив на результативність гри. *Спортивні ігри*, (2(32), 4–22. <https://doi.org/10.15391/si.2024-2.01>
8. Безверхня, Г.В. (2003). *Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту. Методичні рекомендації*. Умань. 52 с.
9. Біліченко, О.А. (2014). *Гендерні особливості формування мотивації*

до занять фізичним вихованням у студентів [автореферат]. Дніпропетровськ. с. 23

10. Біліченко, О.О. (2011). Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. № 5. С. 3-6.

11. Богуславська, В. (2017). Пріоритетність засобів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування тренерів-викладачів). *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 4(23):9-13.

12. Богуславська, В. (2020) *Теоретична підготовка спортсменів у системі багаторічного вдосконалення в циклічних видах спорту. Дисертація доктора наук з фіз.вих і спорту*. Л. 521 с.

13. Богуславська, В., Бріскін, Ю. & Пітин, М. (2016). Методологія теоретичної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. Вип. 24. С. 9-14.

14. Богуславська, В.Ю. & Губар, І.В. (2022). Удосконалення структури та змісту теоретичної підготовки плавців на етапі початкової підготовки. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Вип. 3К (147). С. 54-58.

15. Богуславська, В.Ю. & Пітин, М.П. (2017). Пріоритетність засобів теоретичної підготовки у навчальному процесі майбутніх тренерів-викладачів з циклічних видів спорту (на матеріалі опитування викладачів вишів). *Фізична активність, здоров'я і спорт*. 4(30):32-39.

16. Богуславська, В.Ю. (2018). Пріоритетність засобів та методів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування викладачів ВНЗ). *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 5(24):148-154.

17. Богуславська, В.Ю. (2018). Ставлення викладачів ВНЗ фізичної культури і спорту до теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. МП Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: зб. наукових праць*. 3(97)18:8-11.

18. Богуславська, В.Ю. (2019). Інноваційні структура та зміст теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки у веслуванні на

байдарках і каное. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 4:3(19):33-38.

19. Богуславська, В.Ю., Пітин, М.П. & Бріскін, Ю.А. (2018). Принципи теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. *Фізична активність, здоров'я і спорт*. 1(31):10–15.

20. Богуславська В.Ю. Губар І.В. Драчук С.П. Місце концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2022; 13(32):116-124. DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-13\(32\)-116-124](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-13(32)-116-124)

21. Богуславська Вікторія, Балахтін Денис, Губар Іван Інноваційні засоби теоретичної підготовки (на прикладі веслування). № 17 (36). (2024): *Фізична культура, спорт і здоров'я нації*. С. 162-170. DOI: 10.31652/2071-5285-2024-17(36)-162-170

22. Борисова, О.В. & Сушко, Р.О. (2016). *Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації спорту [методичні рекомендації]*. Київ.: Вид. «Науковий світ». 35 с.

23. Броневич, М., Скалій, Т., Толкач, В. (2024). Засоби і методи формування знань з теоретичної підготовки плавців на етапі початкової підготовки. *Спортивна наука : зб. наук. пр. ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. 24 травня 2024 року, Житомир / гол. ред. Т. Б. Кутек*. Житомир: Вид. центр ЖДУ ім. І. Франка, С. 13-18

24. Васильчик, А.Г. (2003). Реалізація навчальних програм з техніки і тактики гри в футбол за допомогою технічних засобів навчання на уроках з футболу. *Теорія і методика фізического воспитания*. № 3. С. 5-11.

25. Васильчук, А.Г. Використання абетки футболу для школярів початкових класів узагальноосвітніх навчальних закладах України [Електронний ресурс] Режим доступу :  
[http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/msnu/2010\\_2/10vahsou.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/msnu/2010_2/10vahsou.pdf)

26. Васьков, Ю.В. & Пашков, І.М. (2002). Урок з футболу в початковій школі. *Теорія і практика фізичного виховання*. № 2. С. 17-20.

27. Вербіцький С., Пітин М. & Каратник І. (2022). Перспективи удосконалення технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки за допомогою застосування інтерактивних методів навчання. *Спортивні ігри*. № 3(25), 4-16. doi: 10.15391/si.2022-3.01.

28. Вербіцький, С. & Пітин, М. (2022) Фізична та технічна підготовленість волейболістів на етапі початкової підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*, № 2. С. 123-129. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-123.

29. Вербіцький С., Пітин М. Вимоги до технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт: зб. наукових праць. За ред. О. В. Тимошенка. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Випуск 6 (151) 2022. С. 26–33.

30. Вербіцький С., Пітин М., Каратник І. Перспективи удосконалення технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки за допомогою застосування інтерактивних методів навчання. *Спортивні ігри*, 2022, №3(25), 4–16. doi: 10.15391/si.2022-3.01

31. Вознюк Т.В., Остап'юк Д.В. Модель змагальної діяльності зв'язуючого гравця високої кваліфікації у волейболі. *Спортивні ігри*. 2024. № 4(34), С. 23-30. DOI: <https://doi.org/10.15391/si.2024-4.03>

32. Вознюк Т.В., Галайдюк М.А., Свірщук Н.С. Формування внутрішньої мотивації до рухової діяльності учнів середніх класів при вивченні варіативного модуля «баскетбол». *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2021. Вип. 11 (30). С. 15-26. DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-11\(30\)-15-24](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2021-11(30)-15-24)

33. Волейбол. *Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл та СДЮСШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю*. К.: ФВУ, 2009. 168 с.

34. Волощук, К. & Мітова, О. (2024). Аналіз результатів анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту щодо теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі

волейболістів. *Спортивні ігри* ISSN (online) 2523-4161 No. 4(34). С. 89-98.

<https://doi.org/10.15391/si.2024-4.11>

35. Волощук К. (2024) Проблеми теоретичної підготовки у волейболі при дистанційному режимі навчання здобувачів закладів вищої освіти фізичної культури і спорту. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XVII Міжнародної конференції молодих вчених, 7 травня 2024 року [Електронний ресурс]. – К., С. 81-82. [https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk\\_tez\\_dopovidey\\_xvii\\_molod\\_ta\\_olimpiyskyuh\\_ruh\\_13\\_05\\_24.pdf](https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_dopovidey_xvii_molod_ta_olimpiyskyuh_ruh_13_05_24.pdf)

36. Волощук, К., Мітова, О. & Раковська, І. (2024). Рівень опанування технічними прийомами волейболу у здобувачів ЗВО фізичної культури і спорту. *Спортивна наука та здоров'я людини*. №2(12). С. 54-65. <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2024.24>

37. Волощук, К.В., Мітова, О.О. & Раковська, І.А. (2024). Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту. *Спортивні ігри*. №1(31), 4–15. doi: 10.15391/si.2024-1.0

38. Волощук К. В., Мітова О. О., Раковська І. А. Теоретична підготовка з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез XXIV Міжнародної науково-практичної конференції, 4 грудня 2024 року. Харків : ХДАФК, 2024. С. 104-105. [https://doi.org/10.15391/conf\\_KhSAPC\\_2024](https://doi.org/10.15391/conf_KhSAPC_2024)

39. Гета, А. & Гета, В. (2024). Розвиток спритності у волейболістів 10–12 років. *Спортивні ігри*, (2(32), 23–35. <https://doi.org/10.15391/si.2024-2.02>

40. Глазирін, І.Д. (2003). *Основи диференційованого фізичного виховання [навчальний посібник]*. Черкаси : „Відлуння-Плюс”.352 с.

41. Глухов Іван, Пітин Марян, Дробот Катерина, Глухова Ганна. Організаційні пріоритети студентів різних факультетів Херсонського державного університету у системі навчання плаванню. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2021; 1(5):17-29. DOI:10.28925/2664-2069.2021.12

42. Губар, І. (2023). Ефективність застосування інтерактивних засобів у теоретичній підготовці плавців на етапі початкової підготовки. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. Вип. №15 (34). С. 184-189.
43. Демідова, О., Степанова, І., Данюк, А. & Москаленко Д. (2022). Визначення психофізичного стану дітей середнього шкільного віку в умовах дистанційного навчання у період воєнного часу. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 3. С. 39-55.
44. Демідова, О., Степанова, І., Ковтун, А. & Чекмарьова, Н. (2023) Фізична активність дітей середнього і старшого шкільного віку в умовах дистанційного навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №2. С. 20-32. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-2-020.
45. Дубенчук, А.І. (2010). *Волейбол: Спортивні ігри в школі*. Х.: Ранок. 143 с.
46. Дубогай, А.Д. (1991). *Психолого-педагогічні основи формування здорового способу життя школярів молодших класів [автореферат]*. К. 38 с.
47. Дутчак, М.В. (2007). *Спорт для всіх: можливості, проблеми та здобутки. Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи [монографія]*. Дрогобич: Коло. С. 180-186.
48. Дух, Т.І. (2012). Порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. №8. С.39-43.
49. Єлісеєва, Д. (2018). Використання сучасних інформаційних технологій у фізичній культурі і спорті. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 2. С. 119-125.
50. Задорожна, О. & Пітин М. (2012). Значущість компонентів теоретичної підготовки фехтувальників на різних етапах багаторічного удосконалення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 1. С. 212-215.
51. Івегеш А. В. Особливості освітньої діяльності навчальних закладів спортивного профілю України. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. Вип. 78. Київ. 2020. С. 78–83.

52. Каньковський І. Індивідуальні освітні траєкторії як необхідність сучасного процесу професійної підготовки фахівця. *Професійна освіта: проблеми і перспективи*. 2013. Вип. 4. С. 62–65.
53. Коваленко, Ю.О. (2010). Особливості індивідуалізації фізичного виховання студентів з різним рівнем здоров'я та її вплив на показники фізичної підготовленості. *Теорія і практика фізичного виховання*. №1. С. 75-79.
54. Ковтун, А.О. (2016). Врахування психофізіологічних особливостей студентів в процесі формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1 с. 176-181.
55. Козіна, Ж.Л., редактор (2010). *Спортивні ігри: навчальний посібник для студентів факультетів фізичної культури педагогічних вищих навчальних закладів: у 2 томах. Том 1: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор. Додаток: мультимедійні посібники «Баскетбол», «Волейбол»*. Харків: «Точка». 200 с.
56. Кокарев, Б., Кокарева, С., Щербій, С., Гурєєва, А. & Черненко, О. (2023). Використання інноваційних фітнес-технологій для удосконалення фізичної підготовки у жіночому пляжному волейболі. *Спортивні ігри*, (1(27), 4–17. <https://doi.org/10.15391/si.2023-1.01>
57. Костюкевич, В.М. (2016). *Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) [навчальний посібник]*. Вінниця: КНТ. 615 с.
58. Корчагін Микола, Ольховий Олег, Приходько Ігор. Профільна середня освіта професійного спрямування в умовах закладу спеціалізованої освіти спортивного профілю. *Збірник тез доповідей VII Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції «Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури і спорту»* 06 червня 2023. ХДАФК.
59. Кошелева О.О. Оптимізація організаційно-методичних умов системи фізичного виховання у закладах вищої освіти. [дисертація]. Дніпро. 2019. 288 с.

60. Кошелева, О., Татарченко, Л., Рузанов, В. & Максимов, А. (2021). Особливості організації рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Науково-практичний журнал. № 2. С. 51-60. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-2-05.
61. Кошелева, О.О., Сидорчук, Т.В. & Пітин, М.П. (2022). Особливості організації самостійних занять фізичними вправами здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Фізична культура в університетській освіті: інновації, досвід та перспективи розвитку в умовах сучасності*: збірник матеріалів Всеукраїнської науковопрактичної конференції з міжнародною участю (Дніпро, 11 травня 2022 р.). Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. Справ. С. 43-48.
62. Кошелева О. О., Великий Ю. М. Особливості мотивації курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання до занять фізичною культурою. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 6 (166) 23. С.88-93. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).18.
63. Кошелева О., Москаленко Н., Сидорчук Т., Пісарькова О., Максимов А. Особливості формування мотивації до занять фізичною культурою студентів різних груп спеціальностей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. № 1. С.43-55. DOI:10.32540/2071-1476-2024-1-043
64. Кошелева О., Сидорчук Т., Коряка Є., Волошина І., Самошкін В. Мотиваційні пріоритети до занять фізичною культурою студентів, які навчаються за спеціальністю «Музичне мистецтво». *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. № 2. С. 64-74. DOI:10.32540/2071-1476-2024-2-064
65. Кравченко, К. & Приходько, В. (2022). Законодавче і нормативне забезпечення дистанційної форми навчання з «Фізичного виховання» студентів з послабленим здоров'ям. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 3. С. 122-135. DOI: 10.32540/2071-1476- 2022-3-122.

66. Кравченко, К. (2022). Модель організації занять студентів з фізичного виховання у дистанційній формі навчання. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 2. С. 37-44. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-037
67. Круцевич, Т., Марченко, О. & Москаленко, О. (2023) Здоровий спосіб життя в ієрархії мотиваційних пріоритетів юнаків і дівчат, які займаються спортом. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1. С. 58-66. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-058 (in Ukrainian).
68. Круцевич Т., Марченко О., Се Чжімінь. Конфігурація мотиваційних пріоритетів сучасних студентів КНР до занять фізичною культурою і спортом. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*. 2022. № 1 (1). С. 119–127. DOI: [https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1\(1\)-119-127](https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1(1)-119-127)
69. Круцевич, Т.Ю. & Марченко, О.Ю. (2009). Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури студентів у системі вищої освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. № 2. С. 78-81. 1476- 2022-3-122.
70. Круцевич Т. Ю., Воробйов В. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. – К.:Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
71. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів вищих навч, закладів фіз. виховання і спорту: Т2. Методика фізичного виховання різних груп населення /Т. Ю. Круцевич. – К., 2012. 368 с.
72. Кузнецова, З.М. (2007). Застосування сучасних комп'ютерних технологій у рукопашному бою [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://www.kamgfk.ru/magazin/3\\_07/3\\_2007\\_01.pdf](http://www.kamgfk.ru/magazin/3_07/3_2007_01.pdf)
73. Лаврін, Г., Ангелюк, І., Кучер, Т., & Осіп, Н. (2024). Універсальний дизайн навчання у фізичному вихованні (на прикладі волейболу). *Спортивні ігри*, (1(31)), 29–40. <https://doi.org/10.15391/si.2024-1.03>
74. Лежньова, О., Качан, В. & Якушева Ю. (2022). Педагогічна технологія спеціальної фізичної підготовки волейболістів студентських команд. *№3(25)*, 67–74. doi: 10.15391/si.2022-3.06
75. Літвінова, А.М. & Тимченко, Г.М. (2021). Використання інформаційних технологій у фізичному вихованні студентів ХНУ імені В.Н.

Каразіна. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії* : зб наук. праць за матеріалами XI Міжнародної науково-методичної конференції (4-5 квітня 2021 р. Національна академія Національної гвардії України, кафедра фізичної підготовки та спорту. Харків. Вип. 11.С. 17-19.

76. Маєвський, М.І. (2016). *Ціннісні орієнтації у сфері фізичній культурі і спорту студентів педагогічних спеціальностей [автореферат]*. Дніпропетровськ. с.25.

77. Маклоуф, М. (2014). *Формування елементів техніки гри у волейболістів з урахуванням рівня розвитку фізичних якостей на етапі початкової підготовки [автореферат]*. Дніпропетровськ. 20 с.

78. Максименко, І.Г. (2009). Перспективи використання інформаційних технологій в підготовці юних спортсменів, які спеціалізуються зі спортивних ігор [Електронний ресурс]. Режим доступу : [http://www.nbuu.gov.ua/portal/soc\\_gum/ppmb/texts/2009\\_5/09migtpt.pdf](http://www.nbuu.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2009_5/09migtpt.pdf)

79. Максимів, Г.З. (2007). *Технологія навчання гри в баскетбол учнів загальноосвітньої школи: [автореферат]*. Львів. 20 с.

80. Малахова, Ж. (2022). Організація фізичного виховання під час дистанційного навчання у закладах вищої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1. С.49-59. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-1-049.

81. Малімон, О.О. (1998). *Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів [дисертація]*. Луцьк, 1998. 173 с.

82. Малойван, Я.В. & Кіреєв, О.А. (2020). Аналіз виступів збірних команд з волейболу сидячи на паролімпійських іграх. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «*Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку*» (18 вересня 2020 р.). м. Переяслав. Вип. 63. С. 52-56.

83. Малойван, Я.В., Мицак, А.В. & Раковська, І.А. (2024). *Характеристика змагальної діяльності волейболістів [методичні рекомендації]*. Дніпро: ПДАФКіС. 25 с.

84. Малойван, Я., Раковська, І. & Мицак, А. (2023). *Волейбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання [навчальний посібник]*. Дніпро.: Вид. «Інновація». 156 с.
85. Малойван, Я., Раковська, І., Каверзіна І. & Найко Д. (2024). Формування технічної підготовленості волейболістів на етапі початкової підготовки. Матеріали LI міжнародної науково-практичної конференції «*Evolution and Improvement of Traditional Approaches to Scientific Research*» (December 11-13, 2024) Ljubljana, Slovenia. International Scientific Unity, 269 p. DOI 10.70286/ISU-11.12.2024
86. Малойван, Я., Соловей, Д., Ханюкова, О. & Алфьоров, О. (2024). Контроль змагальної діяльності висококваліфікованих волейболісток з порушеннями опорно-рухового апарату. *Спортивні ігри*, (3(33)), 21–30. <https://doi.org/10.15391/si.2024-3.03>
87. Малойван, Я.В. & Ханюкова, О.В. (2023). Планування та контроль тренувального процесу волейболісток з порушеннями опорно-рухового апарату. Матеріали Міжнародної наукової інтернет-конференції «*Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації*». Університет Григорія Сковороди в Переяславі 28 лютого 2023р (Вип. 91). С.
88. Малойван, Я.В. & Ханюкова, О.В. (2023). Засоби та методи розвитку швидко-силових здібностей волейболістів 11-12 років. Матеріали Міжнародної наукової інтернет-конференції «*Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації*». Університет Григорія Сковороди в Переяславі 31 березня 2023р. (Вип. 92), С. 119-121.
89. Малойван, Я.В., Ханюкова, О.В. & Найко, Д.О. (2023). Історичні аспекти виникнення волейболу на снігу. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції “*Наука, освіта, технології і суспільство в XXI столітті: наукові ідеї та механізми реалізації*”, 11 квітня 2023р. м. Житомир. С.54-56.
90. Марченко, О. & Москаленко, О. (2023). Мотиваційні пріоритети до занять спортом студентів коледжів різного професійного спрямування. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №3. С. 25-32.

91. Марченко, О.Ю. (2010). *Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури студентів у системі вищої освіти [автореферат]*. Дніпропетровськ, 2010. 20 с.
92. Марченко О., Се Чжімінь, Бричук М. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом як важлива умова функціонування ефективної системи фізичного виховання Китайської Народної Республіки. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2022. № 4. С. 42–49. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.4.42-49>
93. Марченко О., Се Чжімінь. Дослідження особливостей мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури і спорту студентської молоді України і КНР. Теорія і практика фізичної культури і спорту. 2023. № 1. С. 163–172. DOI: <https://doi.org/10.31470/2786-6424-1/2023-163-172>
94. Марченко О., Се Чжімінь. Сучасні тенденції розвитку фізичного виховання в КНР. Молодь та олімпійський рух : зб. тез доп. XV Міжнар. конф. молодих вчених, 16 верес. 2022 р., м. Київ. Київ : НУФВСУ, 2022. С. 122–124.
95. Марченко О. Ю., Се Чжімінь Дослідження мотиваційних пріоритетів у сфері фізичної культури і спорту студентської молоді КНР [Study of the need and motivational priorities in the field of physical culture and sports of student youth of the People's Republic of China]. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2021. № 2. С. 22-30.
96. Мацухова, Є. & Микитчик, О.. (2023). Вплив дистанційної форми навчання на якість освітнього процесу з фізичного виховання у закладі вищої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №3. С. 96-101. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-1-096.
97. Мітова, О. & Волощук, К. (2024). Структура та зміст теоретичної підготовки з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, Випуск 11 (184). С. 136-142. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).26)

98. Мітова, О. & Онищенко, В. (2017). Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2:101-8.
99. Мітова, О. & Онищенко, В. (2019). Зміст та засоби контролю теоретичної підготовленості баскетболістів на етапі початкової підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 4:74-10.
100. Мітова, О. & Онищенко, В. (2019). Зміст та засоби контролю теоретичної підготовленості баскетболістів на етапі початкової підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 4:74-10.
101. Мітова, О.О. & Онищенко, В.М (2019). *Теоретичний практикум з міні-баскетболу для дітей першого року навчання*. Дніпро. 68 с.
102. Мітова, О.О., Малойван, Я.В., Кірсєв, О.А. & Мицак, А.В. (2019). *Засоби та методи фізичної підготовки волейболістів [методичні рекомендації]*. Дніпропетровськ: ДДФКіС. 23с.
103. Мітова, О.О. & Скрипець, Д. (2023). Проблеми технічної підготовки у хокеї з шайбою на етапі початкової підготовки в умовах дистанційного навчально-тренувального процесу. *Спортивні ігри*. 1 (27). С. 15-26. doi:10.15391/si.2023-1.03
104. Мітова, О.О. (2021). *Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх в процесі багаторічного вдосконалення. [дисертація]*. К. 595 с.
105. Мітова, О.О., Раковська І.А & Афанасьєв Д.С. (2016). Аналіз рівня володіння технічними прийомами волейболу у студентів інституту фізичної культури і спорту залежно від їх спортивної спеціалізації. *Актуальні проблеми фізичної культури, спорту і здоров'я* : матеріали І туру Всеукр. наук. інтернет-конф. (Черкаси, 26-27 травня 2016 р.). с. 23-27.
106. Міщук, Д.М., Сироватко, З.В., Абрамов, С.А., Томашевський, Д.В. & Довгопол Е.П. (2021). *Фізичне виховання. Волейбол: навчальний посібник для здобувачів ступеня бакалавра [Інтернет]*. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського. 29 с.

107. Микитчик, О.С. (2010). *Охорона праці в галузі фізичного виховання та спорту людини [навчальний посібник]*. Дніпропетровськ: Вид-во Маковецький. 243 с

108. Микитчик, О., Кошелева, О., Сидорчук, Т., Степанова, І., Дутко, Т. (2024). Формування навичок раціональної організації рухової активності у курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2024. (12(185), 128-132. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).26)

109. Микитчик, О., Кошелева, О., Сидорчук, Т., Демідова, О., Афанасьєв, Д. Залученість здобувачів вищої освіти до раціонально організованої рухової активності в умовах воєнного стану. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2025. (1(186), 91-94. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01\(186\).18](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01(186).18)

110. Моїсеєв, С.О. & Гузар, В.М. (2020). Організація фізичного самовиховання учнів закладів загальної середньої освіти в умовах загальнонаціонального карантину. Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації», (57), 362-364.

111. Моїсеєв, С.О., Гузар, В.М., & Юськів, С.М. (2020). Вплив формувального оцінювання на теоретичну та технічну підготовленість учнів 6-х класів під час вивчення модулю «Волейбол». *Спортивні ігри*, (2 (16)), 28-39. doi: 10.15391/si.2020-2.03

112. Москаленко, Н.В. (2007). *Фізичне виховання молодших школярів [монографія]*. Дніпропетровськ: Вид-во «Інновація».252 с.

113. Москаленко, Н.В. (2009). *Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів: [дисертація]*. Дніпропетровськ. 461 с.

114. Москаленко, Н.В. & Анастасьєва, З.В. (2009). *Дошкільне фізичне виховання дітей [методичний посібник]*. Дніпропетровськ: Інновація. 95 с.

115. Москаленко, Н. & Кожедуб, Т. (2015) Ефективність інноваційної технології теоретичної підготовки у фізичному вихованні учнів середньої школи. *Спортивний вісник Придніпров'я*.1:32–37.

116. Москаленко, Н.В. & Корж Н. (2016). Технології формування ціннісного ставлення у студентів до самостійних занять фізичною культурою. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1 с. 201-206.

117. Москаленко, Н.В. & Сичова Т.В. (2010). Мотиваційні пріоритети студентів до занять фізичною культурою і спортом. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 2.

118. Москаленко Н., Кошелева О., Рузанов В., Решетилова В., Михайленко Ю. Особливості організації позанавчальних занять з фізичного виховання для студентів різних груп спеціальностей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2021. № 1. С.151-160.

119. Москаленко Н.В., Кошелева О.О., Сидорчук Т.В. Фізичне виховання в закладах вищої освіти: інноваційні підходи. [монографія]. Дніпро, 2022. 306 с.

120. Москаленко Н., Кошелева О., Афанасьєв С., Решетилова В., Самошкін В. Особливості мотивації до занять фізичною культурою студентів спеціальної медичної групи. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023. №3. С.53-63. DOI: 10.32540/2071-1476-2023-3-053.

121. Нагорна В. О. Новітні підходи в управлінні тренувальною та змагальною діяльністю висококваліфікованих спортсменів (на прикладі спортивних ігор): [дисертація]. Київ. 2024. 438 с.

122. Нестеренко, Н.А, & Кондратенко, В.В. (2022). Вплив експериментальної методики на функціональний стан організму та на розвиток спеціальної витривалості волейболістів 12-13 років. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), (12(158), 85-89. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12\(158\).19](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158).19)

123. Нестеренко, Н., Раковська, І., & Найко, Д. (2023). Особливості вдосконалення технічної підготовленості «ліберо» на етапі попередньої базової

підготовки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (7(167)), 135-139. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7\(167\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).28)

124. Нестеренко Наталія Анатоліївна, Кондратенко Вікторія Володимирівна, Черевко Світлана Вікторівна, Черевко Анатолій Дмитрович. Формування комунікативної взаємодії волейболістів студентської команди в тренувальному процесі. № 1 (2024): Олімпійський та паролімпійський спорт. С. 129-134. <https://doi.org/10.32782/olimpsspu/2024.1.23>

125. Носко, М.О. (2003). *Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом [автореферат]*. Ін-т педагогіки АПН України. К., 2003. 53 с.

126. Носко, М.О., Архипов, О.А. & Жула, В.П. (2015). *Волейбол у фізичному вихованні студентів [підручник]*. К.: «МП Леся».

127. Овчаренко, С.В. & Малойван, Я.В. (2020). Аналіз виступів збірних команд з волейболу сидячи на Паралімпійських іграх та перспективи розвитку цього виду спорту у світі. *Спортивні ігри*. №4 (18). С.22-30. doi: 10.15391/si.2020-4.03.

128. Овчаренко, С. & Пономаренко, К. (2024). Сучасний стан проблеми побудови структури і змісту спеціальної фізичної підготовки кваліфікованих волейболістів в умовах дистанційного тренувального процесу. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1. С.195-203. DOI:10.32540/2071-1476-2024-1-147

129. Овчаренко, С. & Пономаренко, К. (2024). Особливості техніко-тактичної майстерності волейболістів. *Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку*: Матеріали VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції Бердянського державного педагогічного університету (24-25 квітня 2024 року): збірник тез. Запоріжжя : БДПУ. С. 343-345.

130. Олійник, М.О. (2021). Удосконалення тренувального процесу кваліфікованих волейболістів на основі використання модельних характеристик змагальної діяльності [автореферат]. Дніпро. 20 с.

131. Олійник, І., Дорошенко, Е., Олійник, М., Мельник, М., Ванюк, О. & Луценко, С. (2022). Визначення ієрархічної структури змагальної діяльності висококваліфікованих волейболістів методами факторного аналізу. *Спортивна наука та здоров'я людини*. С. 52-66. <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2022.24>.
132. Олійник, І.С. & Дорошенко, Е.Ю. (2018). Соціометричні показники в системі оцінки психологічного клімату волейбольної команди. *Спортивний вісник Придніпров'я*. № 3. С. 93–98.
133. Олійник, І.С. & Дорошенко, Е.Ю. (2020). Оцінка параметрів групової ефективності в волейбольних командах високої кваліфікації. *Спортивний вісник Придніпров'я*. С. 91-99.
134. Олійник, І.С. & Олійник, М.О. (2019). Порівняльна характеристика рівня мотивації до успіху в колективах спортивної команди кваліфікованих волейболісток та студентської академічної групи. *Фізична культура, спорт та здоров'я різних груп населення*. С. 115-119.
135. Олійник, І.С. & Олійник, М.О. (2022). Дослідження показників морально-психологічного клімату в колективах волейбольної команди та студентської академічної групи. *Наукове сьогодні: стан та перспективи регіональних досліджень: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 18 листопада 2022 р.) / за ред.: Л. І. Полякової, Ю.Ю. Козара, С.В. Гришко, О.В. Непші, А.А. Проценка, А.М. Крилової*. Запоріжжя: МДПУ імені Богдана Хмельницького. С. 228-232.
136. Олійник, І.С., Проценка, А.А., Котова, О.В., Цибульська, В.В. & Кирієнко, О.Г. (2023). Формування готовності майбутніх вчителів фізичної культури до професійної самоосвіти. *Scientific challenges and trends: a collection scientific works of the International scientific conference (21-22 April, 2023)*. Warsaw: Sp. z o. o. «iScience». P. 78-82.
137. Олійник, І.С., Проценка, А.А., Котова, О.В., Цибульська, В.В., Суханова, Г.П., Кирієнко, О.Г. & Непша, О.В. (2023). Спортивні ігри як засіб професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів педагогічних закладів вищої освіти. *«Наукові інновації та передові технології» (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія»,*

<http://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/4654/4678>.

138. Олійник, І.С., Проценко, А.А., Котова, О.В., Цибульська, В.В., Непша, О.В., Суханова, Г.П. & Кириєнко, О.Г. (2023). Фізична культура та спорт як засіб формування здорового способу життя у студентської молоді. *Actual scientific research in the modern world*. Pereiaslav. Issue 11(103). P.59-63.

139. Онищенко, В.М. (2017). *Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом [дисертація]*. Дніпро. 265с.

140. Онищенко, В.М. (2017). *Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять міні-баскетболом [дисертація]*. Дніпро. 265с.

141. Орлов, А.А. (2009). Планування теоретичної та технічної підготовки дівчат 8–10 років, які займаються важкою атлетикою [Електронний ресурс]. Режим доступу : [http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/ppmb/texts/2009\\_8/09oaawew.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2009_8/09oaawew.pdf)

142. Пітин, М. (2013). Теоретична підготовка в системі багаторічного тренування спортсменів-волейболістів. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*, № 17, С. 184-190.

143. Пітин, М.П. & Скрипченко, І.Т. (2018) Структура та зміст теоретичної підготовки на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів у вітрильному спорті. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №3 С. 99-104.

144. Пітин, М.П. (2015). *Організаційно-методологічні основи теоретичної підготовки у спорті [автореферат]*. Львів. 38 с.

145. Пітин М., Балущка Л., Котов С., Король С. Питання олімпізму в теоретичній підготовці спортсменів різних спеціалізацій. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2021. – № 3(55). – С. 109–116.

146. Пітин М. П., Харченко-Баранецька Л. Л., Глухова Г. Г., Гнатчук Я. І., Еделєв О. (2021) Удосконалення теоретичної підготовленості кваліфікованих спортсменів у важкій атлетиці за допомогою методів інформаційного пошуку.

Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 1 (129) 21, 87–92.

147. Платонов В.М. (2020). Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня. 704 с

148. Подлесний, О.І. (2009) *Самоконтроль у фізичному вихованні як засіб підвищення мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-судноводіїв [дисертація]*. К. 232с.

149. Пожидаєв М. Ю., Дищенко Д. В., Вознюк К. Г., Петренко С. П., Анісімов Д. О. Теоретична підготовка курсантів як фактор, що впливає на рівень складових спеціальної фізичної підготовленості. Вісник Запорізького національного університету: Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя: Видавничий дім «Гельветика», 2021. № 4. С/ 71-79 (158 с.)

150. Приходько В. В. Розвиток спорту в умовах об'єднаних територіальних громад : монографія. Дніпро : Інновація, 2020. 348 с

151. Приходько, І.В. & Ольховий, О.М. (2023). Актуальні питання профільного навчання за спортивним напрямком. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Випуск 6 (166) 23. С. 132-136. [doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).28)

152. Приходько І., Корчагін, М. & Ольховий, О. (2024). Дослідження рівня спортивної майстерності учнів ліцею спортивного профілю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Випуск 10(183), С. 188-194. [doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).35)

153. Приходько, І., Ольховий, О. & Корчагін, М. (2024). Дослідження фізичного стану учнів 10-х класів ліцею спортивного профілю. *Волинський національний університет імені Лесі Українки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. № 2(66). С.15-22. [doi.org/10.29038/2220-7481-2024-02-15-22](https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-02-15-22)

154. Приходько, І., Ольховий О. & Корчагін, М. (2024). Зміни у фізичній підготовленості учнів ліцею спортивного профілю. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Випуск 29(2). [doi.org/10.32626/2309-8082.2024-29\(2\)](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-29(2)). С. 83-90.

155. Приходько, І., Дикий, О., Ольховий, О. & Корчагін, М. (2024). Дослідження рівня фізичного здоров'я учнів 10-х класів ліцею спортивного профілю. *Волинський національний університет імені Лесі Українки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 3(67), 39-47. [doi.org/10.29038/2220-7481-2024-03-39-47](https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-03-39-47).

156. Приходько, І., Ольховий, О. & Корчагін, М. (2023). Алгоритм моделювання профільного навчання в умовах закладу спеціалізованої освіти спортивного профілю. *Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та*

*перспективи: Збірник тез XXIII Міжнародної науково-практичної конференції*, 6 грудня 2023. Харків : ХДАФК. С. 50-51.

157. Приходько, І., Ольховий, О. & Корчагін М. (2024). Дослідження показників фізичних якостей майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту. *Історія фізичної культури і спорту народів Європи (12 вересня 2024 р.): VII Збірник тез доповідей Міжнар. наук. конгр. іст. фіз. культ.* Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки.

158. Радченко, О., Констанкевич, В., Дмитрук, В., & Стасюк, Р. (2023). Аналіз змагальної діяльності волейбольних команд України під час війни 2022 року. *Спортивні ігри*, (2(28), 97–111. <https://doi.org/10.15391/si.2023-2.09>

159. Радченко, О., Швай, О., & Цюпак, Ю. (2023). Дослідження результативності та стабільності виконання верхньої подачі м'яча у грі волейболістами команд різної кваліфікації. *Спортивні ігри*, (4(30), 47–57. <https://doi.org/10.15391/si.2023-4.05>

160. Радченко, О., Швай, О., Цюпак, Ю., Смолюк, В., & Шевчук, А. (2024). Досягнення національних волейбольних команд України на міжнародній арені у сезоні 2023-2024. *Спортивні ігри*, (3(33), 49–61. <https://doi.org/10.15391/si.2024-3.06>

161. Радченко, О.В., Радченко, С.В., Дмитрук, В.С., & Ковальчук, В.Я. (2021). Дослідження фізичної підготовленості волейболістів студентських команд різних ігрових амплуа. *Спортивні ігри*. 3(21), 50-59. doi: 10.15391/si.2021-3.06

162. Раковська, І.А., Волченко, К.О. & Каверзіна І.О. (2021). Ефективність розминки для запобігання травматизму в процесі фізичної підготовки волейболістів. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»*. Вип. №78). (Переяслав, 23 грудня 2021 р.). С. 223-228.

163. Раковська, І.А., Мицак, А.В., Малойван, Я.В. & Киреев О.А. (2022). *Словник-довідник основних термінів і понять з дисципліни теорія і методика волейболу [методичні рекомендації]*. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс». 40 с.

164. Раковська, І.А. & Мицак, А.В. (2019). *Організація процесу відбору та спортивної орієнтації у волейболі [методичні рекомендації]*. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс». 30 с.

165. Раковська, І. & Чехович, П. (2024). Історичні та сучасні аспекти розвитку обладнання, інвентарю та екіпірування у волейболі. *Жінки, спорт і суспільство в сучасному світі: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції* (Дніпро, 25 квітня 2024 р). Дніпро: Дніпропетровський держ. ун-т внутр. справ. С.458-465.

166. Романчук, С.В. (2006). *Формування мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом курсантів технічних військових навчальних закладів: [автореферат]*. Львів 24 с.

167. Рядова, Л., Корчагін, М., Мкртічян, О., & Коновалов, В. (2024). Ефективність використання спортивних ігор на заняттях із фізичного виховання. *Спортивні ігри*, (3(33)), 62–83. <https://doi.org/10.15391/si.2024-3.07>

168. Рядова, Л., Кравченко, О., Рожков, В., Пазичук, О., & Подмарьова, І. (2023). Ефективність занять баскетболом здобувачами закладів вищої освіти: теоретичний аспект. *Спортивні ігри*, (3(29)), 56–65. <https://doi.org/10.15391/si.2023-3.06>

169. Савчук, С.А. (2002). *Корекція фізичного стану студентів технічних спеціальностей в процесі фізичного [автореферат]*. Рівне. 18 с.

170. Се Чжімін. Організаційно-методичні засади формування мотивації студентів до занять руховою активністю у фізичному вихованні в закладах вищої освіти КНР. (2024) *[дисертація]*. К. 268 с.

171. Сікорська Лілія, Вознюк Тетяна, Галайдюк Микола (2024). Аналіз показників фізичної підготовленості студентів факультативних груп зі спортивних ігор. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. № 18(37). – С.93 – 102.

172. Самошкіна, А.В. (2013) *Диференційований підхід до планування фізичних навантажень в самостійних заняттях з фізичного виховання зі студентами після гострих респіраторних захворювань [дисертація]*. Дніпропетровськ. 213 с.

173. Сова М., Приходько І. Виклики організації тренувального процесу юних спортсменів на Харківщині в умовах війни. *Збірник тез XVIII Міжнародної наукової конференції «Моделювання а інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті»*, ЛДУФК імені Івана Боберського Львів – Берегове, 19–23 вересня 2023.

174. Согоконь, О.А., Донець, О.В. & Гогоць В.Д. (2021). Фізичне виховання – дистанційна форма навчання [навчально-методичний посібник]. Полтава: Сімон.120 с.

175. Соловей, О.М. & Гуржій, О.С. (2020). Фізичні якості юних волейболістів. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації*. Вип. 58. (377-379) 558 с.

176. Стасюк, Р.М., Востоцька, І.Ф. & Осіпова, І.Л. (2012). Шляхи покращення емоційного стану студентів вищого навчального закладу засобами фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. №8. С. 91-93.

177. Степанченко, Н.І. (2012). Роль професійної мотивації в системі підготовки студентів фізкультурних вузів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. №8. С. 94-97.

178. Стрельникова, Є.Я. & Раковська, І.А. (2022). Проблеми психологічної підготовки волейболісток у екстремальних умовах сучасності. *Збірка тез доповідей II науково практичної конференції присвяченої 300-річчю з дня народження Г. С. Сковороди «Фізична культура і спорт. Виклики сучасності»*, 27-28 жовтня 2022 року, Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди. 65-101 с.

179. Структура і рівні вихідного фізичного стану студентів віком 17-18 років. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні*. Вип. 2. Рівне: «Принт Хауз», 2001.299 с.

180. Сутула, В.О. Бондар, Т.С., Кочуєва, М.М. & Сенченко, В.Г. Мотиваційні стимули, які визначають відношення учнів загальноосвітніх шкіл до шкільної фізичної культури. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. № 4. С. 2004 –207.

181. Тогобицька, Д.М., Шамардіна, Г.Н. & Долбишева, Н.Г. (2009). *Основи математичної статистики та її використання при обробці даних у сфері фізичної культури і спорту [методичні рекомендації]*. Дніпропетровськ: Вета. 63 с.
182. Триус Ю.В., Герасименко І.В., Франчук В.М. Система електронного навчання ВНЗ на базі MOODLE : метод. посібник / За ред. Ю. В. Триуса. Черкаси. 2012. 220 с.
183. Туровський, В.В., Носко, М.О., Єрмаков, С.С., Осадчий, О.В., Гаркуша, С.В., & Христенко Г.О. (2009). *Волейбол: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю*. К.: ФВУ. 168 с.
184. Уейнберг Р.С. & Гоулд, Д. (2014). *Психологія спорту [підручник]*. Київ : Олімпійська література, 2014. 334 с.
185. Хлус, Н. (2024). Розвиток швидкісно-силових якостей у школярів 13-14 років засобами волейболу. *Спортивні ігри*, (1(31)), 65–74. <https://doi.org/10.15391/si.2024-1.06>
186. Циганок, В.І. (2022). *Спортивні ігри: Теорія-методика-практика: Навчальний посібник*. Запоріжжя, «Диво». 192с., з ілюстраціями.
187. Цись, Д., & Цись, Н. (2023). Управління фізичною підготовкою волейболістів в умовах закладів вищої освіти. *Спортивні ігри*, (2(28)), 121–130. <https://doi.org/10.15391/si.2023-2.11>
188. Цись, Д.І. & Цись, Н.О. (2023) Управління фізичною підготовкою волейболістів в умовах закладів вищої освіти. *Спортивні ігри*. 2 (28). С. 121-130. doi: 10.15391/si.2023-2.11
189. Червона, С., & Внуровський, К. (2023). Вимоги щодо підготовки тренера з ігрових видів спорту. *Спортивні ігри*, (1(27)), 84–94. <https://doi.org/10.15391/si.2023-1.08>
190. Шандригось В.І. & Шандригось Г.А. (2017). Дистанційне навчання у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту.

*Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*. Вип.1. С. 125-128.

191. Швай, О., Цюпак, Ю., Радченко, О., Констанкевич, В., & Дмитрук, В. (2024). Аналіз змагальної діяльності волейбольних команд України на внутрішній арені у 2023 році. *Спортивні ігри*, (1(31)), 86–97. <https://doi.org/10.15391/si.2024-1.08>

192. Фізичне виховання студентів ВНЗ: навч. – метод. посіб. / О. М. Школа, Д. В. Пятницька, А. В. Бойченко, Г. В. Таможанська, Л. К. Грищенко, О. І. Галашко, О. І. Грищенко, Д. В. Сичов, О. В. Фоменко, В. Х. Фоменко / За заг. ред.. Школи О. М. – Харків : СПДФО Бровін О. В., 2016. - 456 с.

193. Шинкарук, О.А. & Мітова, О.О. (2017). Система контролю підготовки початківців у командних спортивних іграх: проблемні питання та сучасні підходи. *Спортивний вісник Придніпров'я*. №1, 105-112.

194. Як дистанційне навчання впливає на успішність здобувачів освіти: результати дослідження. [Електроний ресурс]. <https://drogmedia.net.ua/2022/09/14/iak-dystantsijne-navchanniavplyvaie-na-uspishnist-zdobuvachiv-osvityrezultaty-doslidzhennia/>

195. Bishop, J.G. (2006). *Fitness through aerobics*-seventh edition. New York. 262 p.

196. Briskin, Yu., Pityn, M. & Zadorozhna, O. (2013). Significance of the components of fencers' academic education at the stage of prior basic training. *Physical Activity Health and Sport*. №4(14). P. 41-49

197. Bulatova M. VM Ermolova Olympic education in the system of educational work of general educational institutions of Ukraine. - K.: Olympic Literature, 2007.

198. Doroshenko, E. Oliinyk, I., Oliinyk, M., Melnyk, M. & Sheviakov, O. (2022). Technology of formation of psychological climate in team sports games (on the material of volleyball). *Journal of Learning Theory and Methodology*. С. 71–78. <https://ltmjournals.com/e/article/view/55/42>.

199. Doroshenko, E., Solovey, O., & Melnyk, M. Technology of Teaching Game Techniques in Volleyball at the Stage of Initial Training. *Journal of Learning Theory and Methodology*, 3 (1), 34–40. <https://doi.org/10.17309/jltm.2022.1.05>
200. Doroshenko, E., Sheviakov, O., Melnyk, M., Oliinyk, M., Oliinyk, I. & Vaniuk D. (2023). Modern Psychological Technologies for Correcting Conflict Situations in Limited Coalitions (Based on Volleyball Material). *Journal of Learning Theory and Methodology*. 2023. С. 75-80. DOI: 10.17309/jltm.2023.3.01 <http://dspace.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/20166/1/document-18.pdf>
201. Grygoriy P. Griban, Olena O. Kosheleva, Olena O. Mitova, Alla M. Harlinska, Olena V. Solodovnyk, Bogdan S. Semeniv, Kostiantyn V. Prontenko. Physical development of students as an indicator of the physical education system functioning in the educational institution. -*Wiadomości Lekarskie Official journal of the Polish Medical Association 2022, №6. С.1446-1452. is Wiadomości Lekarskie abstracted and indexed in: Pubmed/Medline, Scopus, Embase, Index Copernicus, Polish Ministry of Education and Science, Polish Medical Bibliography. doi: 10.36740/WLek202206104.*
202. Kateryna Voloshchuk, Hrygorii Nekrasov, Natalia Samsutina, Vadym Samoilenko, Olha Anastasova. Methods of maintaining motivation for volleyball in the student environment during the war: *ACADEMIA Higher Education Policy Network No.35-36 (2024). Видання, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q4).* <https://pasithee.library.upatras.gr/academia/article/view/5009/4797>
203. Kosheleva O., Skrypchenko I., Singh Ram Mohan, Porohnyavyi A., Schastlyvets V., Lastovkin V. Curricular analysis and student engagement as an indicator of the efficiency of the physical education system in university. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ: 2021. Спеціальний випуск №2 (116). С.415-426.*
204. Leonov, Y., Zheltoborodov, O., Olkhovyi, O., Prykhodko, I., & Pober, I. (2024). Creative Mechanisms of Managing Organizational Development in Uncertainty. *Theoretical And Practical Research In Economic Fields*, 15(4), 849 - 863. doi:10.14505/tpref.v15.4(32).05.

205. Mitova, O., Griban, G., Oleniev, D., Yakovenko, A., Onyshchenko, V., Mozolev, O., Semeniv, B., Lytvynenko, A., Khurtenko, O., Zamrozevuch-Shadrina, S., Kozibroda, L. & Hres M. (2022). The impact of mini-basketball training sessions on the 6-7-year-old boys' physical fitness and physical development. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10 (4), 754-767. doi: 10.13189/saj.2022.100416.
206. Olkhovy, O. M. Technological sequence of creating components of the training system of the future officers to the management of physical training. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologicni problemi fizicnogo viovanna i sportu* 8 (2012): 57-61.
207. Oliinyk, I., Doroshenko, E., Melnyk, M., Sushko, R., Tyshchenko, V., & Shamardin, V. (2021). Modern Approaches to Analysis of Technical and Tactical Actions of Skilled Volleyball Players. *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*. 21(3). 235-243. URL: <https://tmfv.com.ua/journal/article/view/1511>.
208. Oliinyk, I., Kotova, O., Protsenko, A., Tsybul'ska, V., Nepsha, O., Sukhanova, H. & Kyriienko O. (2023). Distance learning in the professional training of future physical education teachers of higher education institutions. *Actual scientific research in the modern world*. Issue 9(101). P. 82-85.
209. Oliinyk, I.S., Protchenko A.A., Kotova O.V., Tsybul'ska V.V., Sukhanova H.P. & Kyriienko O.G. (2023) The importance of physical culture in the formation of a healthy lifestyle of student youth. *Current challenges of modern science*. Issue 4 (80) P. 64-68.
210. Oliinyk, I.S., Protchenko A.A., Kotova, O.V., Tsybul'ska V.V., Sukhanova H.P. & Kyriienko O.G. (2023). The main factors that determine the content vocational and applied physical training students of higher education institutions. *Actual scientific research in the modern world*. Issue 4 (96), P. 40-43.
211. Prikhodko I., Olkhovyi O., Korchagin M. Research on the Influence of the Author's Model of Profile Training on the Physical Condition of Future Physical Culture Specialists: *7th International Eurasia Sports, Education and Society Congress*. (11-13.11.2024). Карс. Туреччина С. 30.

212. Shchepotina, N., Kostiukevych, V., Shynkaruk, O., Drachuk A., Vozniuk T., Asauliuk I., Dmytrenko, S., Adamchuk, V., Polishchuk, V., Romanenko V., Blazhko N. Model morpho-functional characteristics of qualified volleyball players. *Sport Mont* 2021/9. 19 (S2), 213-217. DOI 10.26773/smj.210936

213. Valeriy Hunchenko, Oleksandr Solovey, Dmytro Solovey, Yaroslav Malojvan, Artem Yakovenko, Krzysztof Wnorowski. The influence of special physical fitness of athletes on the level of technique of playing beach volleyball. *Physical education of students. Kharkov-68*, 61068, Ukraine. 2021; 25(6):364–373. <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0605>

214. Yaroslav Leonov, Oleksandr Zheltoborodov, Oleh Olkhovyi, Ihor Prykhodko, Ihor Pober. Creative Mechanisms of Managing Organizational Development in Uncertainty. *Theoretical and Practical Research in Economic Fields*, / 2024. [SI], т. 15, п. 4, стор. 849 - 863, ISSN 2068-7710. [doi.org/10.14505/tpref.v15.4\(32\).05](https://doi.org/10.14505/tpref.v15.4(32).05)

215. [http://4ua.co.ua/sport/sa2ac68b5c43b88421206d36\\_0.html#google\\_vignette](http://4ua.co.ua/sport/sa2ac68b5c43b88421206d36_0.html#google_vignette)

216. [https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm\\_content=DAFCdsfZIs0&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFCdsfZIs0/0GREFZbJTsi7LNff501KzQ/edit?utm_content=DAFCdsfZIs0&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

217. [https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE\\_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm\\_content=DAFaj8PBUHM&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFaj8PBUHM/7nvsXU4iE_TLmTyLa-WFSQ/edit?utm_content=DAFaj8PBUHM&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

218. [https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm\\_content=DAFPT5hJGXE&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFPT5hJGXE/-XAf0ocFw2vPsEhp7DP2Ow/edit?utm_content=DAFPT5hJGXE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

219. <https://www.catapult.com/ru/%D0%B1%D0%BB%D0%BE%D0%B3/%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9-%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7-%D0%B2->

[%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5](#)

220. <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-effektivnosti-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-voleybolistov-kak-sredstvo-pedagogicheskogo-upravleniya-ih-uchebno-trenirovochnoy/viewer>
221. <https://www.facebook.com/share/r/1KrG4BhHa8/?mibexti>
222. <https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv>
223. <https://harchi.info/articles/osoblyvosti-harchuvannya-sportsmeniv>
224. [https://www.instagram.com/reel/C9r\\_8x4Kyul/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==](https://www.instagram.com/reel/C9r_8x4Kyul/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==)
225. [https://www.instagram.com/reel/DBi1zI\\_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==Ишикава](https://www.instagram.com/reel/DBi1zI_uCJN/?igsh=MTc4MmM1YmI2Ng==Ишикава)
226. [https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/\(презентація\\_Федчишина\\_М.\)](https://ivaniv.cprpp.org.ua/news/1675792192/(презентація_Федчишина_М.))
227. [https://journals.uran.ua/sports\\_games/article/view/305242](https://journals.uran.ua/sports_games/article/view/305242)
228. <https://naurok.com.ua/prezentaciya-amplua-rol-gravciv-u-voleyboli-278522.html>
229. <https://naurok.com.ua/mayster-klas-cikaviy-voleybol-325664.html>
230. <https://naurok.com.ua/prezentaciya-napadayuchiy-udar-ataka-322520.html>
231. <https://pvl.u.org.uk/documents>
232. <https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/3628>
233. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Hawk-Eye>
234. [https://sportbrands.com.ua/blog/yak-vibrati-krosivki-dlya-voleybolu?srsId=AfmBOorgjrj0j\\_NxUjr36hcRgJ90Fbqs\\_5HsZXp9EwPqLydWucVrSDgX](https://sportbrands.com.ua/blog/yak-vibrati-krosivki-dlya-voleybolu?srsId=AfmBOorgjrj0j_NxUjr36hcRgJ90Fbqs_5HsZXp9EwPqLydWucVrSDgX)
235. <https://sportovets.com.ua/blok-u-volejbolni-shcho-tse-take/>
236. [https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntejjS35Ta\\_X5elh](https://tdsport.com.ua/ua/a319362-volejbolnye-travmy.html?srsId=AfmBOoq0agFEA0U4nyzRo-ItBNKbmBtdwCTccJ0kntejjS35Ta_X5elh)
237. <https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7474644810264087810>

238. <https://www.tiktok.com/@3trushkinavolleyball/video/739340285083704>

0390

239. <https://www.tiktok.com/@vasyltupchii/video/7475956881853369622>

240. [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0\\_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0\\_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8\\_%D0%B7\\_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%96%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83)

241. [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B0\\_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0\\_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8\\_%D0%B7\\_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8_%D0%B7_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%83)

3

242. <https://volley-kharkiv.ucoz.ua/publ/>

243. <https://www.youtube.com/watch?v=JdUHZb7PKls>

244. <https://www.youtube.com/watch?v=GxX1tNswxjk>

245. <https://www.youtube.com/watch?v=aeGkCDXwHhE>

246. <https://www.youtube.com/watch?v=ky28WjQ3MvM>

247. <https://www.youtube.com/watch?v=vbEasUulhv>

248. <https://www.youtube.com/watch?v=daPctsU3uII>

249. <https://www.youtube.com/watch?v=B96zFLwGU4U>

250. <https://www.youtube.com/watch?v=pLQAWI6q8kM>

251. <https://www.youtube.com/watch?v=68SII98ft6E>

252. <https://www.youtube.com/watch?v=GLw6cn-UjhI>

253. [https://www.youtube.com/watch?v=UTOF\\_6qdcqA](https://www.youtube.com/watch?v=UTOF_6qdcqA)

254. <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=13JTgN4GDRg&t=7>

2s

255. <https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA>

256. <https://www.youtube.com/watch?v=m3nkA631sZ4>

257. <https://www.youtube.com/watch?v=iOPryepYcfw>

258. <https://www.youtube.com/watch?v=SXycYbWQwIw>

259. <https://www.youtube.com/watch?v=1WEG0q20iZI>
  260. [https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM\\_D0](https://www.youtube.com/watch?v=YyUK5YBM_D0)
  261. <https://www.youtube.com/watch?v=oTiHuS8QUFI>
  262. <https://www.youtube.com/watch?v=1ZKVMkuJ5os>
  263. <https://www.youtube.com/watch?v=FkV9BVnsTGY>
  264. <https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs>
  265. <https://www.youtube.com/watch?v=LRfm9ZIfCng>
  266. <https://www.youtube.com/watch?v=pLWtR3TBhMU>
  267. <https://www.youtube.com/watch?v=a3lvLQuCtjs>
  268. <https://www.youtube.com/watch?v=5O6ENAw98ic>
  269. <https://www.youtube.com/watch?v=TbAEDWvaXAA>
  270. <https://www.youtube.com/watch?v=PTQoOFhMrQ4>
  271. <https://www.youtube.com/watch?v=QRgANLdhOLU>
  272. <https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=wCrg823zsUo>
273. [https://www.youtube.com/watch?v=epq\\_GJi6sg0](https://www.youtube.com/watch?v=epq_GJi6sg0)
  274. <https://www.youtube.com/watch?v=fd-HVPGU26U>
  275. <https://www.youtube.com/watch?v=4QCxJoDzVXI&t=16s>
  276. [https://www.youtube.com/watch?v=T\\_NbpC6Jts4](https://www.youtube.com/watch?v=T_NbpC6Jts4)
  277. <https://yvetana.cx.ua/articles/pravilne-zvolozhennja-ta-harchuvannja.html>

## **ДОДАТКИ**

**СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ*****Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації***

1. Волощук К. В., Мітова О. О., Раковська І. А. Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту. *Спортивні ігри*. 2024, №1(31), 4–15. doi: 10.15391/si.2024-1.0 Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

2. К. Волощук, О. Мітова. І. Раковська. Рівень опанування технічними прийомами волейболу у здобувачів з во фізичної культури і спорту. *Спортивна наука та здоров'я людини*. №2(12)2024. С. - 54-65. <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2024.24> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

3. Волощук К., Мітова О. Аналіз результатів анкетування волейболістів-аматорів та здобувачів освіти ЗВО фізичної культури і спорту щодо теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі волейболістів. *Спортивні ігри* ISSN (online) 2523-4161 No. 4(34), 2024. С. 89-98. <https://doi.org/10.15391/si.2024-4.11> Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

4. Мітова О. Волощук К. Структура та зміст теоретичної підготовки з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, Випуск 11 (184) 2024. С. 136-142. DOI:[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).26) Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

5. Kateryna Voloshchuk, Hrygorii Nekrasov, Natalia Samsutina, Vadym Samoilenko, Olha Anastasova. Methods of maintaining motivation for volleyball in the student environment during the war: ACADEMIA Higher Education Policy Network No.35-36 (2024). Видання, яке проіндексоване у базі даних Scopus (Q4). <https://pasithee.library.upatras.gr/academia/article/view/5009/4797>  
*Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження, систематизації матеріалу та формулюванні висновків.*

***Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації***

6. Волощук К. (2024) Проблеми теоретичної підготовки у волейболі при дистанційному режимі навчання здобувачів закладів вищої освіти фізичної культури і спорту. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XVII Міжнародної конференції молодих вчених, 7 травня 2024 року [Електронний ресурс]. – К., С. 81-82. [https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk\\_tez\\_dopovidey\\_xvii\\_molod\\_ta\\_olimpiyskyu\\_ruh\\_13\\_05\\_24.pdf](https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_tez_dopovidey_xvii_molod_ta_olimpiyskyu_ruh_13_05_24.pdf)

7. Волощук К. В., Мітова О. О., Раковська І. А. Теоретична підготовка з волейболу при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізкультурного профілю. Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез XXIV Міжнародної науково-практичної конференції, 4 грудня 2024 року. Харків : ХДАФК, 2024. С. 104-105. [https://doi.org/10.15391/conf\\_KhSAPC\\_2024](https://doi.org/10.15391/conf_KhSAPC_2024)

## ВІДОМОСТІ ПРО АПРОБАЦІЮ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ

№ з/п	Назва конференції, конгресу, симпозіуму, семінару	Дата та місце проведення	Форма участі
1	XX Міжнародна наукова конференція «Проблеми та перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств в закладах вищої освіти» Харків. ХДАФК 09.02.2024	Лютий 2024, Харків	Публікація
2	Конференція молодих вчених «Молоді науковці – спорту Придніпров'я» ПДАФКіС 25.04.2024	Квітень 2024 р., Дніпро	Доповідь
3	Молодь та олімпійський рух: XVII Міжнародна конференція молодих вчених, 7 травня 2024 року	Травень 2024 р., Київ	Публікація
4	Міжнародна науково-практична конференція ПДАФКіС "Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії", 24-25 жовтня	Жовтень, 2024 р., Дніпро	Доповідь
5	XXIV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт і	Грудень, 2024 р., Харків.	Публікація

	здоров'я: стан, проблеми та перспективи», яка відбудеться, 4 грудня 2024 року		
6.	Конференція молодих вчених «Молоді науковці – спорту Придніпров'я» ПДАФКіС 06.03.2025	Березень, 2025 р. Дніпро	Доповідь

**Зміст теоретичної підготовки для груп початкової підготовки першого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (1 год.)	Відомості про будову та функції організму людини (1 год.)	Місця занять, обладнання та інвентар (1 год.)	Правила гри у волейбол (1 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фізична культура і спорт - важливий засіб виховання молоді.</li> <li>• Державне значення фізичної культури і спорту в Україні.</li> <li>• Цілі, завдання, засоби фізичного виховання.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стислі відомості про будову та функції дитячого організму.</li> <li>• Кісткова система та її розвиток.</li> <li>• М'язовий апарат.</li> <li>• Основні відомості про серцево-судинну систему людини та її функції.</li> <li>• Дихання та газообмін. Значення дихання для життєдіяльності організму.</li> <li>• Органи травлення, обміну та виділення.</li> <li>• Органи чуттів, нервова система.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Майданчик, інвентар для гри у волейбол, обладнання місць для занять і змагань.</li> <li>• Спеціальне обладнання для вирішення завдань фізичної, техніко-тактичної, інтегральної підготовки.</li> <li>• Технічні засоби для технічної підготовки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Офіційні правила.</li> <li>• Характеристика гри, спорудження та обладнання.</li> <li>• Виграш партії та матчу, рахункова система.</li> <li>• Підготовка до матчу, організація гри.</li> <li>• Ігрові дії, помилки; м'яч і сітка; прийоми гри.</li> <li>• Перерви та затримки. Зміни сторін майданчика, перерви між партіями.</li> <li>• Судді, їх обов'язки, офіційні жести.</li> </ul>

Таблиця В.2

**Зміст теоретичної підготовки для груп початкової підготовки другого року  
навчання**

Правила гри у волейбол (2 год.)	Засади техніки й тактики гри у волейбол (2 год.)	Вплив фізичних вправ на організм людини (2 год.)	Гігієна, медичний контроль та самоконтроль (2 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Офіційні правила.</li> <li>• Характеристика гри.</li> <li>• Спорудження та обладнання.</li> <li>• Учасники, команди, спорядження, обов'язки учасників.</li> <li>• Виграш партії та матчу, рахункова система.</li> <li>• Підготовка до матчу, організація гри.</li> <li>• Ігрові дії.</li> <li>• М'яч і сітка, прийоми гри.</li> <li>• Перерви та затримки.</li> <li>• Зміни сторін майданчиків та перерви між партіями.</li> <li>• Судді, їх обов'язки та офіційні жести.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поняття про техніку гри.</li> <li>• Аналіз технічних прийомів.</li> <li>• Поняття про тактику гри.</li> <li>• Аналіз тактичних дій у нападі та захисті.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вплив фізичних вправ на збільшення м'язової маси, працездатності та рухливості суглобів.</li> <li>• Вплив фізичних вправ на нервову систему людини.</li> <li>• Обмін речовин. Спортивне тренування - процес удосконалення організму. Втома та перевтомлення.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Загальні гігієнічні вимоги до занять волейболом.</li> <li>• Поняття про гігієну та санітарію.</li> <li>• Догляд за тілом.</li> <li>• Одяг та взуття.</li> <li>• Ушкодження, їх причини, профілактика, перша допомога.</li> <li>• Сон та харчування. Загартовування організму.</li> </ul>

Таблиця В.3

**Зміст теоретичної підготовки для груп попередньої базової підготовки  
першого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Стислий огляд стану розвитку волейболу (4 год.)	Відомості про будову та фізичні функції організму і вплив фізичних вправ на організм людини (2 год.)	Засади методики навчання волейболу (10 год.)	Постановка завдань гравцям перед змаганнями та обговорення проведених ігор (10 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Загальнополітичне та державне значення фізичної культури і спорту.</li> <li>• Масовий характер фізичної культури і спорту в Україні.</li> <li>• Стисла характеристики а стану та мета роботи з розвитку спорту.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гра у класичний волейбол.</li> <li>• Розвиток гри у світі та в Україні.</li> <li>• Розвиток гри серед школярів.</li> <li>• Волейбол як засіб фізичного виховання</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Органи травлення, обміну та виділення.</li> <li>• Органи чуттів.</li> <li>• Вплив занять фізичними вправами на нервову систему та обмін речовин</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поняття про навчання та тренування.</li> <li>• Класифікація вправ, що застосовуються у навчально-тренувальному процесі волейболістів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика команди суперника.</li> <li>• Тактичний план гри, настанова на гру команді та кожному гравцеві.</li> <li>• Розбір гри.</li> </ul>

**Зміст теоретичної підготовки для груп попередньої базової підготовки  
другого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні <b>(2 год.)</b>	Аналіз стану та розвитку волейболу <b>(2 год.)</b>	Характеристика будови і функцій організму людини <b>(4 год.)</b>	Вплив фізичних вправ на організм людини <b>(4 год.)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Єдина спортивна класифікація, почесні спортивні звання та спортивні розряди, встановлені в Україні</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Історія виникнення волейболу, розвиток волейболу у світі та в Україні, змагання у світі та в Україні.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Загальні знання про будову організму людини.</li> <li>Взаємодія органів і систем, працездатність м'язів та рухливість суглобів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Спортивне тренування як процес удосконалення функцій організму.</li> <li>Поняття втоми та перевтомлення.</li> </ul>
<p>Правила гігієни, медичний контроль та самоконтроль <b>(4 год.)</b></p>	<p>Засади техніки й тактики гри у волейбол <b>(6 год.)</b></p>	<p>Засади методики навчання та тренування у волейболі <b>(6 год.)</b></p>	<p>Методика фізичної підготовки. Навчання техніки й тактики гри <b>(6 год.)</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Регулювання ваги спортсмена, режим дня та харчування.</li> <li>Тренування та спортивна форма.</li> <li>Масаж та самомасаж.</li> <li>Травми, ушкодження, розриви м'язів та зв'язок, кровотечі, їх види та способи надання допомоги.</li> <li>Переломи та перша допомога при них</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Аналіз технічних прийомів і тактичних дій (на підставі програми для цього року навчання).</li> <li>Єдність техніки й тактики гри</li> </ul>		

**Модельна навчальна програма «Фізична культура 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори Педан О.С., Гусєв Б.Г., Ребрина А.А.)**

2022 р.

5 клас		6 клас	
Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Очікувані результати навчання	Пропонований зміст
<p>Учень знає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Історію розвитку українського волейболу;</li> <li>• Загальні правила гри, назви ліній, розміри майданчика, виоту сітки;</li> </ul> <p>Розміщення гравців та правила переходу на майданчику</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Історія розвитку українського волейболу.</li> <li>• Загальна характеристика гри волейбол (розмітка ігрового майданчика, розміщення гравців, основні правила гри). Правила безпеки на ігровому майданчику. Санітарно-гігієнічні вимоги до інвентарю.</li> <li>• Особиста гігієна учня. Правила безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ.</li> <li>• Правила гри у волейбол.</li> </ul>	<p>Учень знає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Місце українського волейболу на сучасному етапі;</li> <li>• Основні правила змагань;</li> <li>• Значення гравців передньої і задньої ліній;</li> <li>• Правила безпеки на ігровому майданчику та правила гри;</li> <li>• Заходи щодо попередження травматизму.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Правила безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ.</li> <li>• Особливості впливу різних фізичних вправ на організм людини та попередження травматизму</li> </ul>

**Зміст теоретичної підготовки для груп попередньої базової підготовки  
третього року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Стислий огляд стану розвитку волейболу (2 год.)	Гігієна, медичний контроль та самоконтроль (2 год.)	Засади техніки й тактики волейболу (8 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фізична культура і спорт як засіб здорового способу життя, творчого довголіття людини.</li> <li>• Професійні і спілки з розвитку спорту.</li> <li>• Добровільні спортивні товариства.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стан та перспективи розвитку волейболу на місцях, в Україні та у країнах ближнього зарубіжжя.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фізкультурні і диспансери.</li> <li>• Лікарі при колективах та командах.</li> <li>• Проведення медичного огляду.</li> <li>• Самоконтроль за станом здоров'я.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Аналіз технічних прийомів і тактичних дій (на підставі програми для цього року навчання).</li> <li>• Взаємозв'язок техніки й тактики гри.</li> </ul>
Засади методики навчання та тренування у волейболі (8 год.)	Правила, організація і проведення змагань (10 год.)	Обладнання та інвентар для проведення навчально-тренувального процесу (4 год.)	Настанова гравцям перед змаганнями, аналіз проведення ігор (6 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Методика навчання техніки й тактики гри.</li> <li>• Методика проведення навчальних ігор.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Положення про змагання.</li> <li>• Способи проведення змагань: коловий, з вибуванням, змішаний.</li> <li>• Підготовка місць для змагань.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Значення і місце спеціального обладнання в підвищенні ефективності тренувального процесу у волейболі.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Настанова на гру на макеті.</li> <li>• Характеристика команди суперника.</li> <li>• Тактичний план гри своєї команди та кожного гравця.</li> <li>• Аналіз проведеної гри.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Робота суддівської колегії.</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Загальна оцінка гри та гри кожного гравця команди.</li><li>• Висновки щодо проведеної гри.</li><li>• Система запису гри своєї команди з техніки й тактики, аналіз результатів дослідження.</li></ul>
--	---	--	--

**Зміст теоретичної підготовки для груп попередньої базової підготовки  
четвертого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Волейбол - олімпійський вид спорту (2 год.)	Відомості про побудову та функції організму людини, вплив на них фізичних вправ (4 год.)	Гігієна тренувального процесу, медичний контроль, самоконтроль, перша медична допомога (4 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фізична культура і спорт - здоров'я нації, культурний відпочинок та творче довголіття.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Міжнародна федерація волейболу.</li> <li>• Волейбол на Олімпіадах.</li> <li>• Розвиток волейболу в Україні.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивна працездатність, функціональні можливості людини при заняттях спортом.</li> <li>• Вплив фізичних вправ на працездатність м'язів, розвиток серцево-судинної системи організму.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Облік об'єктивних і суб'єктивних показників спортсмена (вага, динамометрія, спірометрія, пульс, сон, апетит, працездатність, загальний стан організму, самопочуття).</li> <li>• Щоденник самоконтролю спортсмена.</li> <li>• Дії високих та низьких температур на організм людини.</li> <li>• Долікарська допомога (способи припинення кровотеч та перев'язування).</li> <li>• Масаж як засіб відновлення.</li> <li>• Методика масажу.</li> </ul>

**Зміст теоретичної підготовки для груп попередньої базової підготовки  
четвертого року навчання**

Засади техніки й тактики гри у волейбол (6 год.)	Засади методики навчання та тренування у волейболі (6 год.)	Організація та проведення змагань з волейболу (5 год.)	Обладнання та інвентар (2 год.)	Настанови гравцям перед змаганнями, аналіз проведених ігор (6 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика техніки й тактики сильніших волейболістів (юнаки).</li> <li>• Аналіз технічних прийомів і тактичних дій (на підставі програми для цього року навчання).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Навчання та тренування як єдиний процес формування та удосконалення рухових навичок, фізичних і вольових навичок і техніко-тактичної підготовленості волейболістів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Способи організації та проведення змагань з волейболу.</li> <li>• Суддівська колегія та її обов'язки.</li> <li>• Методика суддівства змагань.</li> <li>• Документація (технічний звіт про змагання).</li> <li>• Розклад ігор.</li> <li>• Таблиці.</li> <li>• Система заліку результатів ігор. Система виявлення переможців та їх нагородження.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спеціальне обладнання (тренажери) для вирішення завдань фізичної, техніко-тактичної підготовки волейболістів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зміст настанов залежно від характеру змагань та особливостей команд і гравців суперника.</li> <li>• Система запису гри своїх гравців (команди) та гравців суперника.</li> <li>• Система оцінки (підрахування) ефективності гри, аналіз здобутих даних.</li> </ul>

Таблиця В.9

**Зміст теоретичної підготовки для груп спеціалізованої базової підготовки  
першого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Стан і розвиток волейболу (2 год.)	Стислі відомості про стан, будову і функції організму людини та вплив фізичних навантажень на організм спортсмена (4 год.)	Гігієна тренувального процесу, медичний контроль (4 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Єдина спортивна класифікація як стимулятор масового спорту, зростання майстерності спортсменів та удосконалення методів навчання та тренувального процесу.</li> <li>• Класифікація розрядних норм волейболу.</li> <li>• Організаційна структура і керівництво фізкультурним рухом України.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участь українських волейболістів у міжнародних змаганнях.</li> <li>• Крайні досягнення найсильніших команд і гравців світу у волейболі.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика фізичного розвитку і розвинення рухових якостей волейболістів у віковому аспекті.</li> <li>• Якісні особливості волейболістів за ігровими функціями у волейболі.</li> <li>• Вплив занять волейболом на організм спортсменів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Особиста гігієна спортсмена, гігієна в житті людини.</li> <li>• Харчування спортсмена.</li> <li>• Самоконтроль.</li> <li>• Самомасаж.</li> <li>• Засоби відновлення працездатності.</li> <li>• Перша допомога при травмуванні.</li> </ul>
Засади техніки й тактики гри у волейбол (8 год.)	Засади методики навчання та тренування у волейболі (10 год.)	Організація та проведення змагань (4 год.)	Настанови гравцям перед змаганнями та аналіз проведених ігор (10 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поняття про раціональну техніку у волейболі.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перспективне планування.</li> <li>• Періодизація</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Значення змагань у підвищенні майстерності</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Порівняльний аналіз ігрових дій гравців</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Помилки та їх причини.</li> <li>• Методика виправлення помилок.</li> <li>• Взаємозв'язок усіх видів підготовки.</li> <li>• Аналіз техніко-тактичних дій на підставі програми для цього віку.</li> </ul>	<p>ція навчально-тренувального процесу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Завдання по періодах і засоби для їх вирішення.</li> <li>• Види занять з волейболу.</li> <li>• Засоби наочності у тренуванні волейболістів.</li> <li>• Психологічна підготовка.</li> </ul>	<p>волейболістів.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Методика суддівства.</li> </ul>	<p>протягом одного, двох, трьох років.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Застосування технічних засобів контролю для аналізу дій волейболістів у грі на змаганнях.</li> </ul>
--	---	--	--

**Зміст теоретичної підготовки для груп спеціалізованої базової підготовки  
другого року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Огляд стану і розвитку волейболу (2 год.).	Відомості про будову та функції організму людини (4 год.)	Гігієна тренувального процесу. Медичний контроль (5 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Міжнародні зв'язки українських спортсменів та їх досягнення на офіційних міжнародних змаганнях.</li> <li>Особисте і громадське значення занять фізичною культурою та спортом.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Результати змагань найсильніших волейболістів в країні та світі.</li> <li>Характеристика команд і кращих гравців.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Вплив максимальних тренувальних і змагальних навантажень, профілактично-відновлювальні і заходи у тренувальному та змагальному процесі.</li> <li>Поняття "інтенсивність навантажень" у тренувальних заняттях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Аналіз даних самоконтролю та медичного обстеження.</li> <li>Комплексне медико-біологічне та педагогічне обстеження.</li> <li>Профілактично-відновлювальні заходи.</li> </ul>
Засади техніки й тактики гри у волейбол (8 год.)	Засади методики навчання та тренування у волейболі (8 год.)	Організація та проведення змагань з волейболу (10 год.)	Настанови гравцям перед змаганнями та аналіз проведених ігор (10 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Аналіз техніки й тактики найсильніших зарубіжних волейболістів.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Методи фізичної підготовки.</li> <li>Методи навчання техніки й тактики, удосконалення навичок технічних прийомів і тактичних дій.</li> <li>Розминка, її значення і зміст перед навчально-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Підготовка, організація та проведення різних за масштабом та значенням змагань.</li> <li>Зміст підготовчих ігор, їх організація.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Вивчення досвіду команд вищих розрядів з проведення настанов на гру та аналізу проведених ігор.</li> <li>Аналіз матеріалів графічного запису ігор, відеозаписів.</li> </ul>

	тренувальним заняттям і змаганнями. • Психологі чна підготовка.		
--	---	--	--

**Зміст теоретичної підготовки для груп спеціалізованої базової підготовки  
третього року навчання**

Фізична культура і спорт в Україні (2 год.)	Відомості про сучасний стан і розвиток волейболу (2 год.)	Гігієна тренувального процесу, медичний контроль (4 год.)	Відомості про будову і функції організму людини та вплив на нього фізичних вправ (4 год.)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Впровадження в життя рішень уряду України з питань фізичної культури і спорту.</li> <li>• Місце волейболу в системі фізичного виховання населення.</li> <li>• Стисла характеристика міжнародних зв'язків українських волейболістів.</li> <li>• Виступи українських волейболістів у міжнародних змаганнях з волейболу.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Аналіз результатів змагань в Україні та світі за останні роки.</li> <li>• Характеристика найсильніших команд і волейболістів.</li> <li>• Тенденції подальшого розвитку волейболу.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Комплекс гігієнічних навичок, знань, потрібних волейболістам вищих розрядів.</li> <li>• Набуття навичок з питань побудови тренувальних занять (особливо індивідуальних) за даними медичних оглядів і самоконтролю.</li> <li>• Спільна робота тренера, лікаря, спортсмена при побудові тренувального процесу.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Тренувальні навантаження у тижневих циклах по періодах та етапах тренувального процесу у зв'язку з потребою його періодизації.</li> <li>• Функціональні можливості волейболістів.</li> </ul>
Засади техніки й тактики гри у волейбол (10 год.)	Засади методики навчання і тренування у волейболі (10 год.)	Організація і проведення змагань з волейболу (10 год.)	Настанова на гру та аналіз проведених ігор (7 год.)
• Індивідуальні особливості	• Завдання,	• Особливості	• Принципи, зміст та

<p>волейболістів та удосконалення технічної майстерності.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Техніка гравців за ігровими функціями.</li> <li>• Поглиблений аналіз техніки гри у волейбол.</li> <li>• Стратегія і тактика, тенденції розвитку волейболу та прогнозування напрямків у розвитку техніки й тактики гри у волейболі.</li> </ul>	<p>засоби та методи інтегральної (ігрової) підготовки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Індивідуалізація тренувального процесу у зв'язку з особливостями волейболістів та їх ігровими функціями у команді.</li> <li>• Взаємозв'язок основних сторін підготовки волейболістів.</li> <li>• Оцінка рівня підготовленості та спортивної майстерності волейболістів.</li> </ul>	<p>організації та проведення змагань для юних волейболістів, команд вищих розрядів.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Методика суддівства дитячих, чоловічих і жіночих команд у волейболі.</li> </ul>	<p>методика настанови на гру, аналіз проведених ігор у командах вищих розрядів.</p>
--	--	--	---

**АНКЕТА****опитування волейболістів-аматорів та студентів ЗВО фізкультурного профілю щодо дистанційної форми викладання волейболу та теоретичної підготовки під час онлайн та офлайн режиму навчально-тренувального процесу**

Шановний респонденте, звертаємось до Вас як з проханням відповісти на питання, поставлені в анкеті. Дослідження, що проводиться, має допомогти встановити, в якій мірі і як саме Ви, як прихильник волейболу або як майбутній фахівець з фізичної культури і спорту, оцінюєте сьогоdnішній стан та значущість теоретичної підготовки під час онлайн та офлайн режиму навчально-тренувального процесу в Україні.

Відповівши на запропоновані питання, Ви допоможете нам вдосконалити та науково обґрунтувати структуру та зміст теоретичної підготовки, як засіб підвищення мотивації до опанування теоретичними знаннями з волейболу для подальшої спортивної або викладацької діяльності.

**1. Вкажіть значущість узагальнених розділів теоретичної підготовки.**

Оцініть кожен інформаційний блок за його значущістю: 0 – не важлива, 1 – скоріше важлива, ніж не важлива, 2 – важлива, 3 – дуже важлива тема.

<b>№</b>	<b>Розділи теоретичної підготовки</b>	<b>Рівень значущості</b>
1.	Історія волейболу	
2.	Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів	
3.	Загальні основи підготовки спортсменів	
4.	Зміст спортивної підготовки	
5.	Планування підготовки спортсменів	
6.	Змагальна діяльність	
7.	Медико-біологічні основи спортивної підготовки	
8.	Матеріально-технічне забезпечення	
9.	Правила техніки безпеки	

**2. Чи повністю, на Вашу думку, вищезазначені розділи формують**

**зміст теоретичної підготовки у волейболі (необхідне підкреслити)**

**ТАК      НІ**

Якщо «НІ», то вкажіть які розділи Ви вважаєте за потрібне включити у вашу теоретичну підготовку:

---



---



---



---

**3. Скільки часу Ви приділяєте на самостійне вивчення теоретичної інформації з волейболу (відповідь підкресліть):**

- 1) 30-60 хв. на день;
- 2) 1-2 години на тиждень;
- 3) 3-4 години на місяць;
- 4) не цікавлюсь теоретичною інформацією зі свого виду спорту;
- 5) ваш варіант відповіді

**4. На Вашу думку, які з нижче перерахованих джерел теоретичної підготовки були б найефективнішими у процесі опанування теоретичними знаннями з волейболу.**

Оцініть кожне джерело за його доцільністю застосування на кожному з етапів підготовки: 0 – не ефективно, 1 – малоефективно, 2 – ефективно, 3 – дуже ефективно джерело.

<b>№</b>	<b>Джерело інформації</b>	<b>Рівень ефективності</b>
1.	Родина	
2.	Викладач закладу вищої освіти (університету, академії тощо)	
3.	Викладач закладу середньої освіти (школа)	
4.	Друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол	
5.	Тренер ДЮСШ	
6.	Колеги по роботі	

7.	Літературні джерела	
8.	Телебачення	
9.	Мережа Інтернет	
10.	Інше (вказати)	

**5. Оцініть, будь ласка, кожне з нижче запропонованих джерел інформації за їх пріоритетністю у забезпеченні Вас інформацією з обраного виду спорту в балах за зростанням їх відповідно значущості від найнижчого (0) до найвищого (3).**

0 – не значний, 1 – малозначний, 2 – значний, 3 – значніший.

№	Джерело інформації	Рівень значущості
1.	Родина	
2.	Викладач закладу вищої освіти (університету, академії тощо)	
3.	Викладач закладу середньої освіти (школа)	
4.	Друзі, з якими тренуюсь або граю у волейбол	
5.	Тренер ДЮСШ	
6.	Колеги по роботі	
7.	Літературні джерела	
8.	Телебачення	
9.	Мережа Інтернет	
10.	Інше (вказати)	

**6. На Вашу думку, які з нижче перерахованих засобів теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці спортсменів, майбутніх вчителів ФВ та тренерів з волейболу.**

Оцініть кожен засіб за його доцільністю застосування на кожному з етапів підготовки: 0 – не ефективний, 1 – малоефективний, 2 – ефективний, 3 – дуже ефективний засіб.

№	Засоби теоретичної підготовки	Рівень
---	-------------------------------	--------

		<b>ефективності</b>
1.	Книги (електронні книги, аудіокниги)	
2.	Збірки наукових статей, навчальні посібники, монографії	
3.	Довідники, енциклопедії	
4.	Педагогічне тестування (визначення рівня знань з теоретичної підготовленості)	
5.	Плакати, малюнки, брошури	
6.	Документальні та художні фільми	
7.	Анімація (мультфільми на спортивну тематику)	
8.	Телевізійні програми (новини, спортивні кінофільми та телепрограми)	
9.	Практичні заходи (конкурси, зустрічі, проекти)	
10.	Відкриті лекції	
11.	Колекціонування (філателія, нумізматики, філокартія, фалеристика, геральдика, тематичні зібрання вкладок, календарів та ін. продукції)	
12.	Комп'ютерні програми (ігри, тести, навчально-освітні програми)	
13.	Пошукові сервіси мережі Інтернет, авторські спортивні блоги (Google, You Tube, Instagram тощо)	
14.	Технічні засоби (мультимедіа, інтерактивна дошка тощо)	
15.	Ваш варіант:	

**7. Чи відчуваєте Ви потребу у набутті теоретичних знань з волейболу (відзначте відповідь зручним для Вас способом у відповідній клітинці)**

<b>постійно</b>	<b>час від часу</b>	<b>покладаюсь на знання тренера</b>	<b>не потребую теоретичних знань</b>

**8. Оцініть власний рівень знань з волейболу (відзначте відповідь зручним для Вас способом у відповідній клітинці):**

<b>високий</b>	<b>середній</b>	<b>задовільний</b>	<b>низький</b>

**Відомості про респондента, який відповів на питання анкети:**

Ваш вік \_\_\_\_\_

Ваш спортивний стаж у волейболі \_\_\_\_\_

Вкажіть Ваше місце проживання (місто, с.м.т., селище) \_\_\_\_\_

Вкажіть Ваше місце навчання або роботи \_\_\_\_\_

Ваші почесні звання, якщо є (спортивні – розряд, КМС, МС) \_\_\_\_\_

Ваша стать: чоловіча, жіноча \_\_\_\_\_

**Висловлюємо глибоку вдячність за участь у нашому дослідженні!**

### Тестування № 1 «Фундаментальні теоретичні знання з волейболу»

1. У волейбол грають на майданчику розміром:

- 24 x 12 м
- 18 x 9 м
- 16 x 9 м

2. Скільки часу надається гравцю на подачу після свистка судді?

- 8 с
- 10 с
- с

3. Яка висота сітки для чоловіків?

- 2 м 43 см
- 2 м 64 см
- 2 м 46 см

4. Яка висота сітки для жінок?

- 2 м 20 см
- 2 м 24 см
- 2 м 34 см

5. Мета гри у три торкання:

- підготовка до нападаючого удару
- такі правила гри
- ускладнити супернику контроль за м'ячем

6. Помилкою при подачі не буде:

- удар по нерухомому м'ячу
- торкання м'ячем сітки
- удар по м'ячу двома руками

7. Як називається гравець, який виконує другу передачу?

- нападник
- той, хто передає
- зв'язуючий

8. Під час гри на майданчику знаходяться в одній команді:

- дванадцять гравців
- шість гравців
- п'ять гравців

9. У волейболі не використовується спосіб подачі:

- нижня бокова
- верхня пряма
- верхня колова

10. Гравцю задньої лінії можна виконувати нападаючий удар в стрибку:

- тільки із-за лінії атаки
- з будь-якого місця
- тільки зі своєї зони

11. Яку геометричну фігуру нагадує розташування великих та вказівних пальців кистей при передачі м'яча зверху?

- чотирикутник
- трикутник
- коло

12. Прямий нападаючий удар використовується для:

- передачі м'яча
- нападу
- захисту

13. Технічною дією у нападі не є:

- подача
- передача
- блокування

14. З якої технічної дії розпочинається партія?

- передачею із-за лицьової лінії
- подачею із-за лицьової лінії
- подачею із-за зони захисту

15. Гравець якої зони вводить м'яч в гру?

- першої
- шостої
- не має значення

16. Помилкою при виконанні нападаючого удару є:

- торкання м'ячом сітки
- удар однією рукою
- торкання рукою сітки

17. До якого рахунку грають у волейбол в 1-4 партії?

- до 15
- до 20
- до 25

18. Перехід з однієї зони в іншу виконується:

- довільно
- проти годинникової стрілки
- за годинниковою стрілкою

19. Назва гри волейбол означає

- "м`яч, що летить"
- "гра з м`ячем через сітку"
- "гра в м`яч"

20. При виконанні переходу гравець зони 6 переміщується:

- в першу зону
- в п`яту зону
- куди хоче

21. Вперше змагання з волейболу на Олімпійських Іграх пройшли:

- у 1964 році
- в 1952 році
- в 1957 році

22. Гравці яких позицій є гравцями передньої лінії?

- 4, 3, 2
- 1, 2, 3
- 6, 5, 4

23. Максимальна кількість замін, що дозволяється команді в кожній партії?

- скільки завгодно
- шість неповних або три повних
- чотири повних

24. До якого рахунку грають п'яту (тай-брейк) партію?

- до 25
- до 15
- до 7

25. Скільки перерв може брати команда в кожній партії?

- 3
- 2
- 1

26. Вага волейбольного м'яча:

- 260-280 гр.
- 290-300 гр.
- 320-330 гр.

27. Які дії при розіграві м'яча не є помилковими?

- торкання м'ячем сітки
- заступання гравцем лицьової лінії при виконанні подачі
- подвійне торкання м'яча

28. Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед жінок:

- Японія
- СРСР
- США

29. Екіпірування волейболістів це:

- Шолом, костюм, ковзани
- Плавки, шапочка
- Футболка, труси, кросівки

30. Назвіть команду – перших олімпійських чемпіонів серед чоловіків:

- Японія
- СРСР
- НДР

31. Засновником гри волейбол є:

- Вільям Морган
- Том Соєр
- Джон Вашингтон

32. Вкажіть свою спеціалізацію (вид спорту) за яким Ви навчаєтесь в академії фізичної культури і спорту

- Легка атлетика
- Баскетбол
- Бокс
- Боротьба
- Важка атлетика
- Веслування
- Волейбол
- Теніс/настільний теніс
- Плавання
- Футбол
- Інший варіант

**Тестування № 2 «Спеціалізовані теоретичні знання з волейболу»**

1. Які ігрові амплуа гравців є у волейболі?

- Центральний захисник, опорний півзахисник, центральний півзахисник, лівий нападник, голкіпер
- Центральний блокуючий, діагональний, догравальник, зв'язуючий, ліберо
- Розігравач, атаквальний захисник, легкий форвард, важкий форвард, центровий

2. Яка роль зв'язуючого гравця у команді?

- Він здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару.
- Він набирає найбільшу кількість очок за гру завдяки своїм потужним атакам.
- Він виконує майже всі ігрові функції

3. Яку функцію виконує догравальник під час гри?

- Виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару
- Головним обов'язком є блокування атакуючих ударів.
- Універсальний гравець, який бере участь у прийманні м'ячів, атаці та захисті

4. Доцільно узгоджені дії гравців, спрямовані на досягнення перемоги у змаганнях – це:

- техніка гри
- тактика гри
- стратегія змагань

5. У сучасному волейболі застосовують дві тактичні системи захисту під умовними назвами (якими?)

- "кутом вправо" і "кутом вліво"
- "кутом вперед" і "кутом назад"
- "ходом вперед" і "ходом назад"

6. До техніки гри у волейбол відноситься:

- Подача м'яча
- Ловіння м'яча
- Відбивання м'яча

7. Діагональний гравець виконує такі дії

- Від його дій здебільшого залежить успіх у боротьбі з блокуючими гравцями
- Він здебільшого виконує передачу м'яча нападаючому для завершального удару.
- Атакує в основному з задньої лінії, не бере участь у прийомі м'яча

8. Надайте характеристику ігровому амплуа ліберо

- Цей гравець виконує швидкі атаки після короткого пасу зв'язуючого
- Саме він набирає найбільшу кількість очок за гру
- Виконує виключно оборонні функції

9. Хто може звернутися до судді з проханням про надання перерви?

- Тренер або капітан команди
- Запасний гравець
- Будь-хто з гравців команди на майданчику

10. Волейбольна команда на майданчику - це

- гравців

- 5 гравців
- гравців

11. При проведенні змагань з волейболу застосовуються такі системи розіграшів:

- колова; з вибуванням після поразки; змішана (поєднання двох перших систем).
- з розсіюванням, ланцюжком, піраміда
- плей-оф

12. Що відбувається у п'ятій партії, коли одна з команд набирає 8 очок?

- заміна гравців команди
- зміна сторін майданчика командами
- тайм-аут, який взяв капітан

13. На якому етапі багаторіної підготовки знаходяться діти, які вперше прийшли на заняття з волейболу?

- етап попередньої базової підготовки
- етап спеціалізованої базової підготовки
- етап початкової підготовки

14. Основний інвентар та обладнання у волейболі:

- сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки/стійки для сітки; спеціальні «антени» для волейболу і кишені для них;
- кошик, волейбольний м'яч, трос для сітки; спеціальні «антени» для волейболу і кишені для них;
- сітка, волейбольний м'яч, трос для сітки; прапорці для кутових

**Тестування №3 теоретичної підготовленості з розділу "Поточні теоретичні знання з волейболу"**

1. Оберіть найтитолованішого волейболіста України

- Олег Молібога
- Юрій Поярков
- Олександр Сорокалет

2. Оберіть найтитолованішу волейболістку України

- Лілія Осадча
- Любов Рудовська
- Ольга Шкурнова

3. Найкращий волейболіст України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)

- Юрій Семенюк
- Олег Плотницький
- Микола Рудницький

4. Найкращий волейболістка України 2024 року (за підсумками Федерації волейболу України та Sport.ua)

- Світлана Дорсман
- Христина Немцева
- Валерія Якушева

5. Який український чоловічий волейбольний клуб є найтитолованішим?

- «Прометей» Дніпро
- «Локомотив» Харків
- «Барком-Кажани» Львів

6. Який український жіночий волейбольний клуб є найтитулованішим?

- «Искра» Луганськ
- «Прометей» Кам'янське/Слобожанське
- «Хімік» Южне

7. Які показники враховують аналітики в статистичному протоколі волейбольного матчу?

- відсоток успішних подач та їх напрямок, блоків, атак, статистика помилок та успішних захисних дій
- кількість замін, порядок переходів, порушення в розстановці
- відсоток влучань з гри, результативність з тричкової зони, підбори та втрати.

8. Основна мета статистики під час змагальної діяльності у волейболі:

- допомагає вболівальникам швидко розібратися в причинах перемоги або поразки команди
- допомогти гравцям краще бачити гру, отримати завдання від тренерського штабу на наступний матч або партію, враховуючи аналіз дій суперника.
- дає можливість головному тренеру управляти тактичними діями волейбольної команди під час змагань

9. Призери (медалісти) змагань з волейболу серед чоловічих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024.

- Франція, Італія, Японія
- Бразилія, Італія, Словенія
- Франція, Польща, США

10. Призери (медалісти) змагань з волейболу серед жіночих команд на XXXIII Олімпійських іграх в Парижі – 2024.

- Італія, США, Бразилія

- Італія, Сербія, Туреччина
- Бразилія, США, Китай

11. Найціннішим гравцем олімпійського волейбольного турніру серед чоловіків у Парижі – 2024 визнано

- Вільфредо Леон (Польща)
- Меттью Джон Андерсон (США)
- Ервін Нгапет (Франція)

12. Найціннішою гравчиною олімпійського волейбольного турніру серед жінок у Парижі – 2024 визнано

- Паола Огечі Егону (Італія)
- Габріела Брага Гімарайнс (Бразилія)
- Тіяна Бошкович (Сербія)

13. Визначить топові змагання, у яких брала участь чоловіча збірна України за роки Незалежності

- Олімпійські ігри, НХЛ, НБА, Ліга Чемпіонів
- Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Олімпійські ігри
- Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Євроліга, Кубок Претендентів

14. Визначить топові змагання, у яких брала участь жіноча збірна України за роки Незалежності

- Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Євроліга, Ліга Націй
- Чемпіонат світу, Чемпіонат Європи, Олімпійські ігри, Золота Євроліга, Кубок Претендентів
- Олімпійські ігри, НХЛ, НБА, Ліга Чемпіонів, Кубок Ронкетті

15. Чоловічі топові команди України з волейболу

- "Дніпро", "Решетилівка", "Черкаські Мавпи"
- "Прометей", "Епіцентр-Подільня", "Житичі-Полісся"
- "Локомотив", "Кривбас", "Балта"

16. Жіночі топові команди України з волейболу

- "Прометей", "Епіцентр-Подільня", "Житичі-Полісся"
- "Динамо", "Козачка", "Юридична Академія"
- "Прометей", "Аланта", "Буковінка"

17. Який тренер очолював чоловічу збірну України на Чемпіонаті світу 2022 року у Польщі

- Віталій Осіпов
- Угіс Крастиньш
- Рауль Лосано

18. Який тренер очолював жіночу збірну України у Євролізі 2023 року

- Володимир Бузаєв
- Гарій Егізаров
- Іван Петков

19. Яка кінострічка присвячена спортивній та тренерській кар'єрі Лан Пін?

- Дівчинки з м'ячиками (2018 р.)
- "Пляжний волейбол" (2011 р.)
- "Жіноча волейбольна збірна" (2020 р.)

20. В якому клубі суперліги розпочав свою професійну кар'єру Олег Плотницький?

- "Перуджа", Перуджи
- "Локомотив", Харків
- "Барком-Кажани", Львів

21. Які дитячі змагання з волейболу проводяться на всеукраїнському рівні?

- Пліч-о-пліч, Дитяча ліга
- ВЮБЛ, Пліч-о-пліч, фестивалі
- Шкіряний м`яч, Пліч-о-пліч

22. Вкажіть свою спеціалізацію (вид спорту), за яким Ви навчаєтесь в ЗВО фізичної культури і спорту

- Легка атлетика
- Баскетбол
- Бокс
- Боротьба
- Важка атлетика
- Веслування
- Волейбол
- Теніс/настільний теніс
- Плавання
- Футбол
- Інший вид спорту

**Тестування № 4 теоретичної підготовленості здобувачів ЗВО "Допоміжні теоретичні знання з волейболу"**

1. Мінімальна та максимальна температура в залі, при якій проводять офіційні змагання з волейболу (ФІВБ, Світові):

- не нижче 15 градусів та не вище 30
- не нижче 16 градусів та не вище 25
- не нижче 10 градусів та не вище 20

2. До навчально-тренувальних занять з волейболу допускаються учні або спортсмени:

- які пройшли обов'язковий медичний профілактичний огляд відповідно до Положення про медико-педагогічний контроль
- які принесли довідку від батьків, що не мають протипоказань щодо стану здоров'я.
- яких в школі визначили як група, придатна для занять фізичною культурою.

3. Які правильні умови надання першої допомоги потерпілому під час навчально-тренувального процесу

- першу допомогу надає вчитель фізичної культури, фахівець з фізичної культури і спорту, гравці команди
- треба дочекатись медичного працівника закладу освіти
- треба дочекатись приїзду батьків

4. Перед початком занять з волейболу необхідно:

- зняти з себе предмети, які становлять небезпеку для інших
- прибрати необхідний для занять інвентар та обладнання
- прибрати з кишень сторонні предмети

5. Під час занять з волейболу необхідно:

- повторити правила техніки безпеки
- взяти дозвіл у медичного працівника
- користуватися захисними пристосуваннями

6. Якщо учень або спортсмен отримав травму або погіршилося самопочуття, необхідно в першу чергу:

- викликати швидку допомогу
- повідомити адміністрацію закладу
- повідомити батьків та звернутися до медичного працівника

7. Питний режим волейболістів стосується споживання рідини протягом дня:

- вода, чай, пиво, кока-кола, спрайт
- вода, чай, натуральні соки, мінеральна вода, кава
- вода, латте, джин-тонік, фанта, вино, апероль

8. Рекомендується споживати їжу перед матчем або тренуваннями:

- мінімум за 2 години до тренування або матчу
- мінімум за 15 хвилин до тренування або матчу
- мінімум за 6 годин до тренування або матчу

9. Після занять волейболом для профілактики захворювань рекомендовано:

- не приймати душ, а скористатися дезодорантом
- прийняти душ або скористатися вологими серветками, обов'язково вимити руки та обличчя милом
- не мити руки та обличчя

10. Ефективною профілактикою травматизму під час занять волейболом може бути:

- Вправи складнокоординаційної спрямованості на початку заняття
- Вправи швидкісно-силової спрямованості на початку занять
- Розминка та розтягування на початку заняття

11. Яким повинно бути освітлення ігрового поля?

- Від 500 до 1000 люкс
- Від 1000 до 1500 люкс
- Від 1500 до 2000 люкс

12. Яка відстань повинна бути від бокових ліній до стійок

- 0,5-1,0 м
- 1,0 – 1,5 м
- 1,5 – 2,0 м.

### Шкала оцінки спортивної мотивації (SMS)

**Шкала оцінки спортивної мотивації (The Sport Motivation Scale, SMS)** оцінює 7 типів мотивації людей до занять спортом. Вона спирається на структурну модель спортивної мотивації, запропоновану вченими Люком Пеллетье і Робертом Валлерандом, що включає три компоненти: внутрішня або справжня мотивація, зовнішня мотивація, демотивація/амотивація (сукупний вплив зовнішніх і внутрішніх факторів, що зменшують мотивацію заняттям спортом).

Використовуючи наведену нижче шкалу, будь ласка, вкажіть, **якою мірою кожен із наступних пунктів відповідає одній із причин, через які ви зараз займаєтесь спортом. Чому ви займаєтесь спортом?**

### Тест

1. Заради задоволення, яке мені приносить захоплюючий життєвий досвід.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

2. Мені приємно дізнатися більше про спорт, яким я займаюся.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

3. Раніше у мене були вагомі причини займатися спортом, але зараз я запитую себе, чи варто мені продовжувати.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

4. Задля задоволення від відкриття нових методик тренування.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

5. Я навіть не знаю; У мене таке відчуття, що я не здатний досягти успіху в цьому виді спорту.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

6. Тому що це дозволяє мені здобути повагу знайомих.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає

- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

7. Тому що, на мій погляд, це один із найкращих способів знайомитися з новими людьми.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

8. Тому що відчуваю задоволення собою під час виконання важких вправ.

Зовсім не відповідає

- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

9. Тому що це просто необхідно займатися спортом, якщо хочеш бути у формі.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

10. Заради престижу бути професійним спортсменом.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

11. Тому що це один із найкращих способів, які я вибрав для розвитку інших аспектів своєї особистості.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

12. Заради задоволення, яке я відчуваю, коли розвиваю свої слабкі сторони.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

13. Заради збудження, яке я відчуваю, коли по-справжньому залучений до того, що роблю.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає

- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

14. Тому що я маю займатися спортом, щоб почуватися добре.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

15. Заради задоволення, яке я відчуваю, коли вдосконалюю свої здібності.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

16. Тому що оточуючі вважають, що важливо бути у формі.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

17. Тому що це хороший спосіб дізнатися безліч речей, які можуть стати в нагоді і в інших сферах моєї діяльності.

- Зовсім не відповідає

- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

18. Заради сильних емоцій, які я відчуваю під час занять спортом, який мені подобається.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

19. Мені вже не зрозуміло; я не думаю, що моє місце у спорті.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

20. Для задоволення, яке я відчуваю під час виконання певних складних рухів.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає

- Відповідає
- Повністю відповідає

21. Тому що я почувався б погано, якби не знайшов часу цим займатися.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

22. Щоб показати іншим, як багато я вмю у моєму виді спорту.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

23. Заради задоволення, яке я відчуваю, коли пробую такі техніки та вправи, яких не знав раніше.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

24. Тому що це один із найкращих способів підтримувати добрі стосунки з друзями.

- Зовсім не відповідає

- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

25. Тому що мені подобається відчуття повного занурення у справу.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

26. Тому що я маю регулярно займатися спортом.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає
- Повністю відповідає

27. Заради насолоди від відкриття нових стратегій для досягнення високих результатів.

- Зовсім не відповідає
- Не відповідає
- Швидше не відповідає
- Помірно відповідає
- Швидше відповідає
- Відповідає

Повністю відповідає

28. Я не можу уявити, як досягти тих цілей, що я ставлю перед собою.

Зовсім не відповідає

Не відповідає

Швидше не відповідає

Помірно відповідає

Швидше відповідає

Відповідає

Повністю відповідає

### **Ваш результат:**

1. Внутрішня мотивація - Орієнтація на знання: **27 балів**

2. Внутрішня мотивація - Орієнтація на досягнення: **23 балів**

3. Внутрішня мотивація - Орієнтація на чуттєву стимуляцію: **24 балів** 4.

Зовнішня мотивація – Орієнтація на виявлення: **28 балів**

5. Зовнішня мотивація – Інтроєктована орієнтація: **22 балів**

6. Зовнішня мотивація - Орієнтація на зовнішню регуляцію: **24 балів**

7. Амотивація: **12 балів**

Діапазон балів: 4-28.

### **Інтерпретація результатів**

Внутрішня мотивація описує бажання людини займатися певним родом діяльності заради отримання задоволення від процесу її виконання, і навіть досягнення бажаного результату. Якщо спортсмен володіє високою внутрішньою мотивацією, він займатиметься тим, що йому подобається, не замислюючись про матеріальний або якийсь інший тип винагороди. Основним підкріпленням для нього буде суб'єктивне задоволення від самого процесу наближення до своєї мети та її досягнення. У структурі внутрішньої мотивації виділяються три основні категорії: орієнтація на знання, орієнтація на досягнення, орієнтація на чуттєву стимуляцію.

На відміну від внутрішньої, зовнішня мотивація опосередковує виконання індивідом певної діяльності для мети, не пов'язаної безпосередньо з виконанням поставленого завдання. Спочатку вважалося, що зовнішня

мотивація відноситься виключно до поведінки, пов'язаної з впливом сторонніх факторів (наприклад, отримання будь-якої винагороди). Однак роботи багатьох дослідників доводять наявність у структурі зовнішньої мотивації й інших компонентів: орієнтація на виявлення, інтроєктована орієнтація, орієнтація на зовнішню регуляцію.

Демотивація, чи амотивація – це не стільки відсутність спортивної мотивації, скільки окремих, протилежно спрямованих мотив закінчення чи переривання спортивної кар'єри. Демотивований спортсмен не бачить зв'язку між своїми діями та тим, що відбувається в результаті цих дій. Така людина переживає почуття власної некомпетентності та відсутності контролю над тим, що відбувається. Тому, коли спортсмен перебуває в подібному стані, він не знаходить жодних причин для того, щоб продовжувати тренуватися.

**АКТ**  
**впровадження результатів наукових досліджень у навчально-тренувальний процес структурного підрозділу Дніпропетровської територіальної організації громадської організації «Фізкультурно-спортивне товариство «Спартак» м. Дніпро**

Ми, ті що підписалися нижче, склали цей акт про те, що за результатами дисертаційної роботи Волощук К.В. «Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту», яка виконувалась згідно з Тематичним планом наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 роки за темою: «Удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у спортивних іграх на різних етапах багаторічної підготовки», номер держреєстрації 0121U108307, виконавці теми аспірантка кафедри спортивних ігор ПДАФКіС, Волощук Катерина Вікторівна, Мітова Олена Олександрівна та Раковська Ірина Анатоліївна впродовж 2023-2024 року внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва та автори розробки	Показники результативності переваги над аналогами, економічний, соціальний ефект	Місце впровадження (назва організації відомча не залежність, адреса)	Результати, які отримано ВРЗ / науковою установою від впровадження
<p>Алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу</p> <p>Волощук К.В., Мітова О.О., Раковська І.А.</p>	<p>У порівнянні з аналогами, алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки здобувачами вищої освіти в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю.</p> <p>Перевагою є те, що зміст питань є сучасним, а проведення опитування – оперативним.</p>	<p>СП ДТОГО «Фізкультурно-спортивне товариство «Спартак»</p> <p>вул. Старокозацька, 52-г</p> <p>м. Дніпро</p>	<p>Застосування розробленого алгоритму контролю теоретичної підготовленості сприяло оперативному оцінюванню теоретичних знань з освітнього компонента «Теорія та методика спортивних ігор (волейболу)» при дистанційній формі навчання.</p>

**Автори- розробники:**

аспірантка  
кафедри спортивних ігор

Зав. кафедри спортивних ігор,  
Професор

Ст. викладач  
кафедри спортивних ігор

**Об'єкт впровадження:**  
Голова

31.01.2025 р.



К.В. Волощук

О.О. Мітова

І.А. Раковська

В.М. Орешина

## АКТ

**впровадження результатів наукових досліджень у навчальний процес  
Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту м. Дніпро**

Ми, ті що підписалися нижче, склали цей акт про те, що за результатами дисертаційної роботи Волощук К.В. «Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту», яка виконувалась згідно з Тематичним планом наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 роки за темою: «Удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у спортивних іграх на різних етапах багаторічної підготовки», номер держреєстрації 0121U108307, виконавці теми аспірантка кафедри спортивних ігор ПДАФКіС, Волощук Катерина Вікторівна та Мітова Олена Олександрівна впродовж 2023-2024 року внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва та автори розробки	Показники результативності переваги над аналогами, економічний, соціальний ефект	Місце впровадження (назва організації відомча не залежність, адреса)	Результати, які отримано ВРЗ / науковою установою від впровадження
Структура та зміст теоретичної підготовки як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту  Волощук К.В., Мітова О.О.	У порівнянні з аналогами вперше запропоновано структуру та зміст теоретичної підготовки з волейболу для майбутніх тренерів та викладачів фізичної культури при дистанційній формі організації навчального процесу у ЗВО фізичної культури і спорту з розподілом програмного матеріалу за чотирма рівнями: фундаментальні знання, спеціалізовані знання, поточні знання, допоміжні знання, що сприяє підвищенню мотивації здобувачів до занять спортом та до майбутньої професії. Перевагою є те, що зміст теоретичної підготовки з волейболу з урахуванням сучасних тенденцій розвитку виду спорту та дистанційних умов навчання у ЗВО фізкультурного профілю, розроблено форми, засоби та методи теоретичної підготовки з використанням інноваційних комп'ютерних технологій та мав такі характеристики: а) взаємопов'язаний перехід від однієї теми теоретичної підготовки до іншої; б) комплексів засобів: відео-стрічки, презентації, відео та аудіо лекції, анімації, мультфільми, схеми, комп'ютерні додатки, блоги у соціальних мережах тощо; в) взаємозв'язок теоретичної підготовки з іншими видами підготовки: психологічна, фізична, технічна, інтегральна, тактична; г) алгоритм контролю теоретичної підготовленості.	ПДАФКіС МОН України вул. Наб.Перемоги, 10 м. Дніпро	Застосування розроблених структури та змісту теоретичної підготовки сприяло покращенню показників теоретичної та технічної підготовленості з волейболу, формуванню мотивації до занять спортом, підвищенню рівня систематичності відвідування здобувачами навчальних занять з освітнього компонента «Теорія та методика спортивних ігор (волейболу)» при дистанційній формі навчання.

**Автори- розробники:**

аспірантка  
кафедри спортивних ігор



К.В. Волощук

Зав.кафедри спортивних ігор,  
професор



О.О. Мітова

**Об'єкт впровадження:**

Перший проректор з НПП, професор



С.М. Афанасьєв

17.01.2025 р.

## АКТ

### впровадження результатів наукових досліджень у навчальний процес Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту м. Дніпро

Ми, ті що підписалися нижче, склали цей акт про те, що за результатами дисертаційної роботи Волощук К.В. «Теоретична підготовка як засіб підвищення мотивації до занять волейболом у здобувачів закладів фізичної культури і спорту», яка виконувалась згідно з Тематичним планом наукових досліджень Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 роки за темою: «Удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у спортивних іграх на різних етапах багаторічної підготовки», номер держреєстрації 0121U108307, виконавці теми аспірантка кафедри спортивних ігор ПДАФКіС, Волощук Катерина Вікторівна та Мітова Олена Олександрівна впродовж 2023-2024 року внесли такі рекомендації та пропозиції:

Назва та автори розробки	Показники результативності переваги над аналогами, економічний, соціальний ефект	Місце впровадження (назва організації відомча не залежність, адреса)	Результати, які отримано ВРЗ / науковою установою від впровадження
Алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу Волощук К.В., Мітова О.О.	У порівнянні з аналогами, алгоритм контролю теоретичної підготовленості з волейболу містив чотири види тестування відповідно до рівнів теоретичних знань (фундаментальних, спеціалізованих, поточних, допоміжних), що дозволяє поетапно оцінити ступінь засвоєння змісту теоретичної підготовки здобувачами вищої освіти в умовах дистанційного навчання у ЗВО фізкультурного профілю. Перевагою є те, що зміст питань є сучасним, а проведення опитування – оперативним.	ПДАФКіС МОН України вул. Наб.Перемоги, 10 м. Дніпро	Застосування розробленого алгоритму контролю теоретичної підготовленості сприяло оперативному оцінюванню теоретичних знань з освітнього компонента «Теорія та методика спортивних ігор (волейболу)» при дистанційній формі навчання.

#### Автори розробки:

аспірантка  
кафедри спортивних ігор

К.В. Волощук

Зав.кафедри спортивних ігор,  
професор



О.О. Мітова

Об'єкт впровадження:  
Перший проректор з НІПР, професор

С.М. Афанасьєв

17.01.2025 р.