

# «Волейбол – це не просто гра, це справжнє мистецтво командної роботи, швидкості й тактики!»

Інформаційний бібліографічний список



Укладач: бібліотекар природничого факультету та факультету фізичного виховання і спорту Бурчинська А. В.

Дата відбору матеріалу: 04.06.26 р.

Кількість відібраних джерел: 34.

Житомир 2026

Волейбол (від англ. volleyball від volley – «залп», «удар з льоту», і ball – «м'яч») – вид спорту, командна спортивна гра, в процесі якої дві команди змагаються на спеціальному майданчику, розділеному сіткою, прагнучи направити м'яч на сторону суперника так, щоб він приземлився на майданчику супротивника (добити до підлоги), або гравець команди, що захищається, припустився помилки. При цьому для організації нападу гравцям однієї команди дається не більше трьох торкань м'яча поспіль (на додаток до торкання на блоці). Центральний орган волейболу, як міжнародного виду спорту, що визначає зведення правил FIVB (англ.) – Міжнародна волейбольна федерація. Волейбол – олімпійський вид спорту з 1964 року.

Волейбол – неконтактний, комбінаційний вид спорту, де кожен гравець має свою спеціалізацію на майданчику. Найважливішими якостями для гравців у волейболі є стрибучість для можливості високо піднятися над сіткою, реакція, координація, фізична сила для ефективних ударів. Для любителів волейбол – поширена розвага і спосіб відпочинку завдяки простоті правил і доступності інвентаря. Існують численні варіанти волейболу, серед яких пляжний волейбол (олімпійський вид з 1996 року), мініволейбол.

Винахідником волейболу вважають Вільяма Джона Моргана, викладача фізичного виховання коледжу Асоціації молодих християн (YMCA) в місті Голіок (штат Массачусетс, США). 9 лютого 1895 року в спортивному залі він підвісив тенісну сітку на висоті 197 см і його учні, число яких на майданчику не обмежувалося, стали перекидати через неї баскетбольний м'яч. Морган назвав нову гру «мінтонет». Роком пізніше гру демонстрували на конференції коледжів асоціації молодих християн у Спрингфілді і за пропозицією професора Альфреда Т. Гальстеда гра отримала нову назву – «волейбол». У 1897 році були опубліковані перші правила волейболу.

З 2019 року FIVB об'єднує 222 національні федерації волейболу. Волейбол один з найпопулярніших видів спорту на планеті. Найрозвиненіший волейбол, як вид спорту, у Бразилії, Італії, Китаї, США, Японії, Польщі. Чемпіони світу серед чоловіків – збірна Італії (2022 рік).

Серед відомих українських волейболістів – лідери сучасної збірної Олег Плотницький, Юрій Семенюк, Василь Тупчий, Євген Кисилук та Дмитро Вієцький. Легендарними постатями є олімпійські чемпіони 1968 року Юрій Поярков, Євген Лапинський та Віктор Михальчук. Серед відомих гравчинь – Ірина Федорова та Олена Харченко.

Список літератури містить 34 джерела.

До списку увійшли статті з періодичних видань і збірників, які є у фондах бібліотеки, а також електронні ресурси.

1. Гарлінська А., Корнійчук Н., Чайка Ю., Зошук Ю. Покращення показників фізичного стану школярів засобами волейболу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. Вип. 14 (33). С. 5-8.
2. Гедзюк Д., Вовченко І., Литвинчук Ю., Левчук Л. Фізична і техніко-тактична підготовленість школярів на заняттях з волейболу у сільській місцевості. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. Вип. 14 (33). С. 16-22.
3. Гунченко В. Ефективність подач як вагомий фактор змагальної діяльності у пляжному волейболі. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. Вип. 6 (25). С. 122-128.
4. Драчук С., Дідик Т., Кульчицька І. Передумови вдосконалення техніко-тактичної майстерності у нападі кваліфікованих волейболісток-студенток вищого навчального закладу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2020. Вип. 10 (29). С. 61-70.
5. Жигadlo О. М. Заняття з волейболу з використанням нестандартного обладнання для студентів ВНЗ I-II рівнів акредитації. *Фізичне виховання в рідній школі*. 2017. № 2. С. 26-31.
6. Мичковська Л., Якушева Ю., Лежньова О. Теоретико-методичні аспекти моделювання змагальної діяльності висококваліфікованих волейболістів. *Фізична*

культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вінниця, 2017. Вип. 3 (22). С. 367-371.

7. Мухаревич О., Томашевський І. Я. Спеціальна фізична підготовка волейболісток. *Студентська спортивна наука – 2016* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. С. 77-80.

8. Обозна В. В. Конспект уроку з волейболу. *Фізичне виховання в школах України*. 2020. № 12. С. 4-6.

9. Олійник М., Дорошенко Е. Моделювання технічно-тактичних дій кваліфікованих волейболістів у відповідності до зон майданчика. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир, 2017. Вип. 4 (23). С. 93-98.

10. Редько С. Щасливий С., Пустовойт П., Пильтяй С. Підвищення рівня спеціальної підготовленості учнів старшої школи на уроках фізичної культури з волейболу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Вінниця, 2019. Вип. 7 (26). С. 105-109.

11. Сарафинюк Л., Богуславська В., Коцюруба В. Особливості антропометричних розмірів кваліфікованих волейболісток на початку підготовчого періоду річного тренувального циклу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Вип. 8 (27). С. 206-211.

12. Томашевський І. Я., Гринчук О. М. Технічна підготовка волейболісток у вищих навчальних закладах. *Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. Вип. 1. С. 155-156.

13. Шаверська О. В., Саранча М. П., Гаврилюк В. М. Дослідження показників фізичної підготовленості волейболістів різних ігрових амплуа. *Біологічні дослідження – 2020* : зб. наук. праць. Житомир, 2020. С. 465-468.

14. Шаверський В., Скалій О., Литвинчук Ю., Толкач В. Фізична підготовленість студентів-волейболістів у змагальному періоді річної підготовки. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. Вип. 14 (33). С. 98-103.

15. Шаверський В. К., Черненко В. В. Відбір волейболістів за допомогою психологічного тестування. *Біологічні дослідження – 2020* : зб. наук. праць. Житомир, 2020. С. 472-473.

16. Шалар О. Г., Сапронова Ю. В. Урок волейболу : 7 кл. *Фізичне виховання в школах України*. 2020. № 12. С. 7-12.

17. Швай О., Цюпак Ю., Ковальчук А. Вплив розвитку координаційних здібностей учнів 15-16-річного віку на рівень засвоєння прямого нападаючого удару у волейболі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. праць. 2020. № 1. С. 96-101.

18. Шльонська О., Мунтадр Х., Кадхам Ф. Структура змагальної діяльності у волейболі на сучасному етапі розвитку гри. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 3. С. 47-53.

19. Щепотіна Н. Морфофункціональний профіль кваліфікованих волейболістів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. Вінниця, 2021. Вип. 11 (30). С. 252-259.

#### *Електронні ресурси:*

1. Артеменко Б. О., Хоменко С. М., Пустовалов В. О., Кожемяко Т. В. Оцінка впливу індивідуально-типологічних властивостей нервової системи на формування спеціального ігрового мислення у волейболістів різного віку методом групового урахування аргументів. *Вісник Черкаського університету. Серія: Біологічні науки*. 2025. № 2. С. 4-13.

URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchuB\\_2025\\_2\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchuB_2025_2_3).

2. Бринзак С., Вишневський М., Стороженко А. Формування навичок орієнтації на майданчику під час нападаючого удару у волейболі. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" ім. Т.Г Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2025. Вип. 31. С. 426-433.

URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn\\_2025\\_31\\_71](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn_2025_31_71).

3. Вербіцький С. Ю., Пітин М. П., Римик Р. В., Лешак О. М., Цап І. Г. Характеристика програми технічної підготовки волейболістів-початківців із

застосуванням інтерактивних методів навчання. *Фізичне виховання та спорт*. 2023. № 1. С. 57-66. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu\\_FViS\\_2023\\_1\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu_FViS_2023_1_10).

4. Вовченко І. І., Шаверський В. К. Використання інноваційних засобів в управлінні тренувальним процесом волейболістів. *Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2024. Вип. 9. С. 68-72. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_015\\_2024\\_9\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2024_9_12).

5. Жула В., Жула Л., Лошакова Г. Моделювання біодинамічної структури рухів волейболісток при виконанні передачі м'яча двома руками знизу. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2025. Вип. 31. С. 28-33. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn\\_2025\\_31\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn_2025_31_7).

6. Носко М., Дейкун М., Куртова Г., Філіпов В. Удосконалення навчально-тренувального процесу волейболістів на етапі початкової підготовки. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2025. Вип. 31. С. 70-76. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn\\_2025\\_31\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnuchkpn_2025_31_14).

7. Остап'юк Д. Модельні показники змагальної діяльності кваліфікованих діагональних нападників у волейболі. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2025. № 2. С. 108-118. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/apphvmst\\_2025\\_2\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/apphvmst_2025_2_10).

8. Петренко О. В. Дослідження профілю вимог до зв'язувального гравця в сучасному волейболі. *Фізичне виховання та спорт*. 2024. № 1. С. 269-275. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu\\_FViS\\_2024\\_1\\_39](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu_FViS_2024_1_39).

9. Погребний В. В., Коханець П. П., Ващенко І. М. Волейбол як засіб зниження тривожності та розвитку уваги учнів закладу загальної середньої освіти. *Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2026. Вип. 2. С. 164-168. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_015\\_2026\\_2\\_31](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2026_2_31).

10. Пономаренко К. Удосконалення програми спеціальної фізичної підготовки кваліфікованих волейболістів. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Педагогічні науки.* 2025. Вип. 4. С. 44-49. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npmaupn\\_2025\\_4\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npmaupn_2025_4_9).

11. Рогаль І. В., Столярик В. А., Чхань А. А., Шкондя В. В. Вплив тренувальних занять з волейболу на психологічне здоров'я студентів ЗВО в умовах військового стану в країні. *Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2024. Вип. 5. С. 158-162. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_015\\_2024\\_5\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2024_5_34).

12. Самохвалова І. Ю., Кисельов В. О., Харченко С. М. Особливості технічної підготовки дівчат 12–13 років, які займаються пляжним волейболом. *Фізичне виховання та спорт.* 2023. № 2. С. 76-81. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu\\_FViS\\_2023\\_2\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vznu_FViS_2023_2_13).

13. Тищенко В. О., Шніц Г. А., Борщ В. В. Інноваційний підхід до підвищення фізичної та функціональної підготовленості кваліфікованих волейболістів. *Спортивні ігри.* 2025. № 1. С. 31-39. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry\\_2025\\_1\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/sporihry_2025_1_6).

14. Тупчій А. В. Вплив спеціальних фізичних вправ на технічну майстерність волейболістів. *Інтернаука : міжнар. наук. журн.* 2025. № 9. С. 83-89. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/mnj\\_2025\\_9\\_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/mnj_2025_9_15).

15. Чопик Р. В., Змарзлова Н. В. Вплив занять пляжним волейболом в умовах Нової Української школи на рівень розвитку фізичних якостей учнів. *Інноваційна педагогіка.* 2024. Вип. 78 (2). С. 54-59. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped\\_2024\\_78\(2\)\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2024_78(2)_12).