**Комміт** — це операція у системах контролю версій, яка фіксує знімок змін, внесених до файлів. Комміт зберігає стан проєкту на певний момент часу і дозволяє відслідковувати історію змін.

Комміт дозволяє відслідковувати зміни у файлах таким чином:

1. **Збереження знімків стану файлів:** при кожному комміті система контролю версій (наприклад, Git) створює знімок (snapshot) змінених файлів і зберігає їх в історії репозиторію.
2. **Історія змін:** комміти формують послідовність змін, кожен комміт містить інформацію про автора, час змін і опис, що пояснює суть змін.
3. **Відновлення версій:** завдяки коммітам можна повертатися до попередніх версій файлів або проєкту, переглядати відмінності між різними версіями та виправляти помилки.
4. **Відстеження окремих змін:** кожен комміт має унікальний ідентифікатор (хеш), що дозволяє однозначно посилатися на конкретну зміну. Це дає можливість ефективно управляти проєктом і співпрацювати з іншими розробниками.

Комміти є ключовим механізмом для контролю версій, оскільки вони зберігають послідовність і історію всіх змін у проєкті.