

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра футболу

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне
вдосконалення (ТіМОВС та СПВ) (футбол)
(4 курс)**

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ	<u>01 Освіта/Педагогіка</u>
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ	<u>017 Фізична культура і спорт</u>
ФАКУЛЬТЕТ	<u>фізичної культури і спорту</u>
РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ	<u>перший (бакалаврський)</u>

Робоча програма з дисципліни «ТіМОВС та СПВ (футбол)» для студентів 4 курсу факультету фізичної культури і спорту (ФКіС) галузі знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Розробники:

Карпа Ігор Ярославович, старший викладач кафедри футболу, кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Хоркавий Богдан Васильович, викладач кафедри футболу

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри футболу
Протокол від «_____» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри: канд.н.фіз.вих. і с., доцент Дулібський А.В.

_____ (Дулібський А.В.)
(підпис) (прізвище та ініціали)
« ____ » _____ 2018 року

Схвалено Вченою радою факультету фізичної культури і спорту

Протокол від «_____» _____ 2018 року № ____

Декан _____ (Ріпак І.М.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

© ЛДУФК, 2018 рік

© Карпа І.Я., Хоркавий Б.В., 2018 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	
Кількість кредитів 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Нормативна	
Модулів – 2	Спеціальність (професійне спрямування): <u>017 Фізична культура і спорт</u>	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		4-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин - 108		7-й	8-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 2 самостійної роботи студента - 2	Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)	4 год.	4 год.
		Практичні – 38 год	
		24 год.	26 год.
		Методичні	
		4 год.	6 год.
		Самостійна робота	
		20 год.	20 год.
	Вид контролю: диференційований залік		

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 68/40

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Вивчення студентами програмного матеріалу з TiMOBC сприяє формуванню тренера-викладача олімпійського та професійного спорту, виховує стійкий інтерес до обраної професії, надає комплекс необхідних вмінь та навичок.

Навчальний процес проводиться з науково-методичною спрямованістю у формі лекцій, методичних, семінарських, практичних занять і самостійної роботи студентів.

Спеціаліст повинен **знати**:

- історію виникнення та розвиток футболу;
- класифікацію техніки та тактики гри у футбол;
- техніку виконання та методику навчання прийомам техніки та тактики гри;
- методику виховання фізичних якостей футболістів.

Спеціаліст повинен **вміти**:

- застосовувати на практиці здобуті знання, вміння та навички з техніки виконання та методику навчання технічних і тактичних прийомів гри у футбол;
- організовувати і проводити заняття з футболістами різного віку і кваліфікації;
- застосовувати суддівські навички на практиці;
- складати конспекти та проводити заняття з методику навчання і вдосконалення техніки, тактики та виховання рухових якостей у футболістів різного віку і кваліфікації.

На лекційних заняттях студентам подаються наукові знання з теорії і методику обраної спеціальності, для застосування у практичній роботі зі спортсменами різного віку і кваліфікації. Детально розглядаються питання підбору засобів і методів різної спрямованості (техніка, тактика, теоретична, фізична та психологічна підготовка) для успішного провадження навчально-тренувального процесу, з футболістами різного віку і кваліфікації.

На методичних заняттях студенти залучаються до активного аналізу методики навчання техніки і тактики футболу, розробки організаційно-методичних матеріалів і документів планування, оволодіння методами і методиками проведення наукових досліджень.

Практичні заняття являють собою основну форму професійно-педагогічної підготовки і мають навчально-методичний характер. Під час проведення практичних занять студенти оволодівають основами техніки і методики навчання, проводять навчальну практику, здобувають необхідні фізичні та психічні якості, зміцнюють здоров'я. Під час складання практичних нормативів беруть участь в навчальних змаганнях і їх суддівстві.

Самостійна робота студентів під контролем викладача проводиться з метою вивчення і реферування науково-методичної літератури з обраної спеціальності, ведення і аналізу щоденників проведених занять, складання конспектів занять, виконання навчально-дослідних занять з обраної теми кваліфікаційної (дипломної) роботи. На IV курсі студенти самостійно складають індивідуальний план тренування з подальшим його аналізом і корекцією. Проводять підготовку до практики у спеціалізованих спортивних школах і футбольних командах високої кваліфікації.

Семінарські заняття є підсумковими з окремих тем дисципліни і проводяться для контролю і поглиблення знань, одержаних студентами у процесі академічних занять і самостійної роботи. Студенти відповідають на конкретні питання семінару, виступають з доповідями, рефератами, доповненнями на основі чого здійснюється контроль їх поточної успішності.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Характеристика етапів багаторічної підготовки футболістів.

- Фактори, що впливають на побудову багаторічної підготовки футболістів.

- Особливості розподілу видів підготовки футболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Тема 2. Побудова тренувального процесу футболістів в річному циклі підготовки.

- Структура та зміст тренувального процесу футболістів у підготовчому періоді річної підготовки.
- Структура та зміст тренувального процесу футболістів у змагальному періоді річної підготовки.
- Структура та зміст тренувального процесу футболістів у перехідному періоді річної підготовки.

Змістовий модуль 2.

Тема 1. Особливості побудови навчально-тренувальної роботи з юними футболістами.

- Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 10-12 років.
- Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 13-15 років.
- Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 15-17 років.
- Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 17-19 років.

Тема 2 . Контроль і облік спортивного тренування.

- Особливості педагогічного контролю, його значення і зміст.
- Методи педагогічного контролю.
- Особливості спостереження і контролю навчально-тренувального процесу.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин										
	денна форма										
	усього	у тому числі									
		л	п	лаб	Метод	с.р.					
1	2	3	4	5	6	7					
Модуль 1											
Змістовий модуль 1.											
Тема 1. Характеристика етапів багаторічної підготовки футболістів.		2	6		2	12					
Тема 2. Побудова тренувального процесу футболістів в річному циклі підготовки.		2	4			10					
Разом за змістовим модулем 1		4	10		2	22					
Модуль 2											
Змістовий модуль 2.											
Тема 1. Особливості побудови навчально-тренувальної роботи з юними футболістами.		2	14		4	18					
Тема 2. Контроль і облік спортивного тренування.		2	4		2	6					
Разом за змістовим модулем 2		4	18		6	24					
Усього годин		8	28		8	46					

5. Теми семінарських і методичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Характеристика етапів багаторічної підготовки футболістів. Фактори, що впливають на побутову багаторічної підготовки футболістів. Особливості розподілу видів підготовки футболістів на різних етапах багаторічного вдосконалення.	2
2	Методика побудови макро-, мезо-, мікроциклів тренування. Характеристика тренувальних та змагальних мікроциклів. Особливості побудови мезоциклів. Послідовність мікроциклів в мезоциклі.	2
3	Особливості побудови навчально-тренувальної роботи з юними футболістами. Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 10-12 років. Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 13-15 років. Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 15-17 років. Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 17-19 років.	2
4	Планування навчально-тренувального процесу. Методика підбору засобів і методів, що застосовуються на заняттях з вдосконалення техніко-тактичної, загальної і спеціальної фізичної підготовки в умовах навчально-тренувального збору. Методика проведення занять з використанням допоміжного обладнання.	2

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Проведення вправ з розвитку фізичних якостей відповідно з методами: повторним, інтервальним, перемінним, ігровим, змагальним.	2
2	Застосування засобів розвитку витривалості. Підбір засобів дозування, особливості побудови вправ. Застосування засобів виховання сили. Ігрові вправи в єдиноборстві. Навчальна гра.	2
3	Використання засобів швидкісно-силових якостей: стрибки, вправи з обтяженням, удари на дальність.	2
4	Методика підбору спеціальних вправ для вдосконалення стрибучості, гнучкості. Методика підбору спеціальних вправ спритності. Навчальна гра.	2

5	Застосування засобів виховання швидкості. Підбір спеціальних вправ з розвитку швидкості для юних футболістів на етапі спортивної спеціалізації. Вдосконалення техніки польового гравця і засвоєння нових технічних прийомів та засобів. Навчальна гра.	2
6	Вдосконалення технічних прийомів. Поєднання різних способів виконання технічних прийомів з направленістю на швидкісне виконання прийомів техніки. Вдосконалення техніки обманних рухів в ігрових вправах і іграх. Навчальна гра. Домашнє завдання.	2
7	Розминка, зупинка м'ячів, що летять з різних напрямків з переводами, виконання технічних прийомів в умовах дефіциту часу та простору. Методика організації та проведення занять з вдосконалення технічної підготовки в умовах максимально наближених до змагальної діяльності. Навчальна гра.	2
8	Методика підбору вправ для навчання удару в м'яч у падінні головою. Навчальна гра. Методика підбору вправ для навчання удару в м'яч в падінні через себе. Навчальна гра.	2
9	Вдосконалення ударів в м'яч на середні відстані, зупинка м'яча грудьми, головою. Навчальна гра.	2
10	Ведення м'яча на швидкості по флангу з прострільною передачею в центр і завершальним ударом по воротах. Вдосконалення ударів в м'яч на силу та влучність. Вдосконалення діагональних передач з швидкісними проходами по флангах. Вдосконалення ведення м'яча з послідуною обведенням суперника і завершальним ударом у створ воріт. Навчальна гра.	2
11	Вдосконалення обманних рухів, обведенням суперника, завершальний удар. Вкидання м'яча з-за бокової лінії. Навчальна гра. Вдосконалення техніки ведення, обводки. Вдосконалення техніки гри в ігрових вправах. Навчальна гра.	2
12	Відбір м'яча корпусом в групових вправах, а також відбір м'яча в підкаті. Навчальна гра.	2
13	Вдосконалення техніки гри в ігрових вправах в 2-х, 3-х, 4-х. Виконання в навчальних іграх конкретних завдань. Навчальна гра. Вдосконалення техніки гри воротаря. Взаємодія в парах і	2

	трійках із завершаючим ударом у створ воріт. Навчальна гра.	
14	Вдосконалення індивідуальних і групових тактичних дій в захисті і нападі. Індивідуальний, груповий і колективний відбір м'яча. Варіанти взаємодій гравців різних ланок команди в нападі. Вдосконалення командних, тактичних дій в захисті і нападі при різних схемах гри. Перехід дій гравців з однієї тактичної схеми гри на іншу під час зустрічі. Навчальна гра.	2

7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість Годин
1	Ознайомлення з регламентом проведення Чемпіонату і Кубка України серед команд майстрів та Чемпіонату Львівської області.	6
2	Ознайомлення з навчальною документацією тренерів команд майстрів і КФК.	6
3	Методики організації та проведення підготовки команд під час навчально-тренувальних зборів.	6
4	Проведення педагогічних спостережень за тренувальною та змагальною діяльністю футболістів високої кваліфікації.	10
5	Скласти навчальну документацію для самостійного проведення занять (мікро, мезо, макроциклу).	6
6	Розробити навчальну документацію для проведення занять з футболістами КФК.	6

8. Методи навчання

- Словесні.
- Наочні.
- Практичні.

9. Методи контролю

- ✓ Вибіркове усне опитування;
- ✓ Тестування;
- ✓ перевірка письмових робіт;
- ✓ диференційований залік, екзамен.

ЗАЛІКОВІ ВИМОГИ

1. Здати залік по курсу теорії.
2. Отримати позитивну оцінку з навчальної практики.
3. Отримати позитивну оцінку за контрольну та самостійну роботу.

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ

для студентів IV курсу з ТІМОВС

1. Назвіть чинники, що визначають структуру багаторічної підготовки футболістів?
2. Скільки етапів виділяють у системі багаторічної підготовки футболістів, назвіть їх?
3. Назвіть основні документи, які регламентують структуру побудови багаторічної підготовки футболістів?
4. Охарактеризуйте етап початкової підготовки футболістів?
5. Охарактеризуйте етап попередньої базової підготовки футболістів?
6. Охарактеризуйте етап спеціалізованої базової підготовки футболістів?
7. Охарактеризуйте етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей футболістів?
8. Охарактеризуйте етап збереження досягнень футболістів?
9. Яка вікова періодизація підготовки юних футболістів до досягнення вищої спортивної майстерності?
10. Дайте класифікацію тренувальних засобів у футболі.
11. Дайте класифікацію тренувальних навантажень за величиною у футболі.
12. Назвіть періоди підготовки футболістів у річному циклі підготовки?
13. Охарактеризуйте структуру підготовчого періоду підготовки футболістів у річному циклі?
14. Охарактеризуйте структуру змагального періоду підготовки футболістів у річному циклі?
15. Охарактеризуйте структуру перехідного періоду підготовки футболістів у річному циклі?

16. Назвіть особливі ознаки футболістів вікової групи 10-12 років?
17. Яким фізичним якостям футболістів вікової групи 10-12 років слід приділяти особливу увагу?
18. Які основні задачі техніко-тактичної підготовки футболістів вікової групи 10-12 років?
19. Яким психологічним якостям слід звернути увагу тренерів при підготовці футболістів вікової групи 10-12 років?
20. Назвіть особливі ознаки футболістів вікової групи 13-15 років?
21. Яким фізичним якостям футболістів вікової групи 13-15 років слід приділяти особливу увагу?
22. Які основні задачі техніко-тактичної підготовки футболістів вікової групи 13-15 років?
23. Яким психологічним якостям слід звернути увагу тренерів при підготовці футболістів вікової групи 13-15 років?
24. Назвіть особливі ознаки футболістів вікової групи 15-17 років?
25. Яким фізичним якостям футболістів вікової групи 15-17 років слід приділяти особливу увагу?
26. Які основні задачі техніко-тактичної підготовки футболістів вікової групи 15-17 років?
27. Яким психологічним якостям слід звернути увагу тренерів при підготовці футболістів вікової групи 15-17 років?
28. Назвіть особливі ознаки футболістів вікової групи 17-19 років?
29. Яким фізичним якостям футболістів вікової групи 17-19 років слід приділяти особливу увагу?
30. Які основні задачі техніко-тактичної підготовки футболістів вікової групи 17-19 років?
31. Яким психологічним якостям слід звернути увагу тренерів при підготовці футболістів вікової групи 17-19 років?

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота								Сума
Змістовий модуль №1								
Види контролю		Т1			Т2			100
№		Бал	Макс. к-сть робіт	Макс. Бал	Бал	Макс. к-сть робіт	Макс. Бал	Кількість балів
1	Відвідування занять	0,5	16	8	0,5	14	7	15
2	Позитивна оцінка за відповіді на заняттях	2	2	4	2	4	8	12
3	Контрольна робота	16	1	16	26	1	26	42
4	Конспект лекцій	-	-	-	6	1	6	6
5	Складання конспекту та проведення заняття за запропонованою темою	10	1	10	-	-	-	10
6	Складання 7-ми денний мікроцикл відповідно до періоду підготовки	-	-	-	15	1	15	15
	Максимальна сума балів			38			62	100

T1, T2 – теми змістових модулів.

Поточне тестування та самостійна робота								Сума
Змістовий модуль №2								
Види контролю		Т1			Т2			100
№		Бал	Макс. к-сть робіт	Макс. Бал	Бал	Макс. к-сть робіт	Макс. Бал	Кількість балів
1	Відвідування занять	0,5	16	8	0,5	14	7	15
2	Позитивна оцінка за	2	2	4	2	4	8	12

	відповіді на заняттях							
3	Контрольна робота	16	1	16	26	1	26	42
4	Конспект лекцій	-	-	-	6	1	6	6
5	Складання конспекту та проведення заняття за запропонованою темою	10	1	10	-	-	-	10
6	Складання плану-графіку тренувального процесу відповідно до періоду підготовки	15	1	15	-	-	-	15
	Максимальна сума балів			53			47	100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
61-63	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

11. Методичне забезпечення

- Науково-методична та спеціальна література.
- Відеоматеріали навчально-методичного характеру.
- Презентації за темами.
- Плакати та інші наочні засоби.

12. Рекомендована література

1. Зеленцов А. М. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановський. – 2-е изд. перераб. и доп. – К. : Альтерпресс, 1998. – 215с.
2. Історичні аспекти розвитку тактики футболу : навч. посіб / Соломонко В. В. Лісенчук Г. А., Соломонко О. В., Молнар М. В. – Л., 2010. – 179 с.
3. Карпа І. Я. Структура фізичної підготовленості кваліфікованих футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень / Карпа І. Я. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. - №9. – С. 53-56.
4. Карпа І. Я. Структура техніко-тактичних дій кваліфікованих футболістів на етапі підготовки до високих досягнень / Карпа І. Я. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації / зб. наук. праць – Вип. 13. – Вінниця, 2011. – С. 168-176. ISSN 2071 – 5285
5. Костюкевич В. М. Футбол : навч. посіб. для студентів ф-тів фіз. виховання пед. ін-тів та ун-тів / Костюкевич В. М. – Вінниця : ВАТ Віноблдрукарня, 1997. – 260 с.
6. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки : монография / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2006. – 683 с. – ISBN 966-22.22.0
- 7.
8. Лісенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лісенчук. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
9. Лобановский В. В. Концепции и принципы подготовки сборной страны / Лобановский В. В. // Футбол : ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – С. 4 – 6.
10. Максименко И. Г. Соревновательная и тренировочная деятельность футболистов : монография / И. Г. Максименко. – Луганск : Знание, 2009.– 258 с.
11. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.

12. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение : учебник / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 806 с. – ISBN 966-7133-64-8.
13. Соломонко В. В. Футбол : підручник / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімпійська література, 2005. – 296 с.
14. Тюленьков С. Ю. Управление подготовкой футболистов высокой квалификации / С. Ю. Тюленьков. — М., 1998. — 290 с.
15. Фалес Й. Г. Фізіологічні аспекти визначення структури тренувальних навантажень і функціонального стану футболістів / Й. Г. Фалес // Практикум з футболу : [Науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.] – К., 2001. – С. 31 – 35.
16. Чанади А. Футбол. Стратегия : пер. с венг. Ю. Гербста / Арпад Чанади. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 207 с.
17. Чанади А. Футбол. Техника : пер. с венг. В. М. Полиевктова / Арпад Чанади. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 256 с.
18. Шамардин В. Н. Медико-биологические основы спортивной тренировки футболистов / Шамардин В. Н. – Д. : Пороги, 1998. – 133 с.
19. Шамардин В. Н. Моделирование подготовленности высококвалифицированных футболистов : учеб. пособ. / В. Н. Шамардин. – Д. : Пороги, 2002. – 201 с. – ISBN 966-525-291-7.

13. Інформаційні ресурси

- Бібліотеки.
- Інтернет.
- Телебачення.