

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПРОВЕДЕННЯ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Підготували:
Хоркавий Б.В.
викладач кафедри футболу
Огерчук О.Ф.
викладач кафедри футболу

з навчальної дисципліни
«Теорія і методика обраного виду спорту та
спортивно-педагогічне вдосконалення»
(спеціалізація - футбол)
(3 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>

ЛЬВІВ – 2018

Семінарське заняття № 1

з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та
спортивно-педагогічне вдосконалення»

для студентів 3 курсу факультету фізичної культури і спорту

Тема: Мета і завдання спортивного вдосконалення. Перспективне планування: періоди підготовки і їх взаємозв'язок з видами підготовки, завдання кожного етапу, структура поточних планів.

Мета: Перевірити та поглибити знання студентів з питань планування у футболі

План

1. Поняття про перспективне планування
2. Періодизація у футболі.
3. Зміст та завдання різних етапів підготовки
4. Структура планів підготовки різної тривалості і спрямованості

Рекомендовані джерела:

1. Віхров К. Л. Футбол у школі : навч.-метод. посіб. / К. Л. Віхров – Київ : Комбі ЛТД, 2002. – С. 61–84.
2. Дулібський А. В. Тенденції розвитку сучасного футболу / А. В. Дулібський // Практикум з футболу: науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.- практ. конф. – Київ, 2001. – С. 5–7.
3. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів / Фалес Й. Г., Огерчук О. Ф., Колобич О. В., Дулібський А. В. – Львів, 1999. – 112 с.
4. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. / Ігор Ріпак. – Львів : Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
5. Соломонко В. В. Футбол : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В. – Київ : Олімпійська література, 1997. – С. 19–64.
6. Футбол : учеб. для физ. ин-тов / под ред. Казакова П.Н. – Москва : Физкультура и спорт. – 1978. – С. 23–59.
7. Чанади А. Футбол: стратегия / А. Чанади. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

8. Чанади А. Футбол: тренировка / А. Чанади ; пер. с венг. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 256 с.

Семінарське заняття № 2

з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та
спортивно-педагогічне вдосконалення»

для студентів 3 курсу факультету фізичної культури і спорту

Тема: Оперативне планування: мета, завдання, терміни, зміст. Тижневий мікроцикл як основа оперативного планування. Види і характеристика мікроциклів (тренувальні, підвідні, змагальні, відновлювальні).

Мета: Перевірити та поглибити знання студентів з питань оперативного планування у футболі

План

1. Поняття про оперативне планування
2. Тижневий мікроцикл
3. Характеристика мікроциклів в залежності від етапу підготовки
4. Структура змагального мікроциклу

Рекомендовані джерела:

1. Віхров К. Л. Футбол у школі : навч.-метод. посіб. / К. Л. Віхров – Київ : Комбі ЛТД, 2002. – С. 61–84.
2. Дулібський А. В. Тенденції розвитку сучасного футболу / А. В. Дулібський // Практикум з футболу: науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.- практ. конф. – Київ, 2001. – С. 5–7.
3. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів / Фалес Й. Г., Огерчук О. Ф., Колобич О. В., Дулібський А. В. – Львів, 1999. – 112 с.
4. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. / Ігор Ріпак. – Львів : Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
5. Соломонко В. В. Футбол : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В. – Київ : Олімпійська література, 1997. – С. 19–64.
6. Футбол : учеб. для физ. ин-тов / под ред. Казакова П.Н. – Москва : Физкультура и спорт. – 1978. – С. 23–59.
7. Чанади А. Футбол: стратегия / А. Чанади. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

8. Чанади А. Футбол: тренінг / А. Чанади ; пер. с венг. – Москва : Фізкультура и спорт, 1985. – 256 с.

Семінарське заняття № 3

з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та
спортивно-педагогічне вдосконалення»

для студентів 3 курсу факультету фізичної культури і спорту

Тема: Складання навчальної документації по перспективному, поточному і оперативному плануванні

Мета: Перевірити та поглибити знання студентів щодо складання документації планування у футболі

План

1. Значення обліку та контролю у підготовці футболістів.
2. Основи створення перспективних планів
3. Основи створення поточних планів
4. Основи створення оперативних планів

Рекомендовані джерела:

1. Віхров К. Л. Футбол у школі : навч.-метод. посіб. / К. Л. Віхров – Київ : Комбі ЛТД, 2002. – С. 61–84.
2. Дулібський А. В. Тенденції розвитку сучасного футболу / А. В. Дулібський // Практикум з футболу: науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.- практ. конф. – Київ, 2001. – С. 5–7.
3. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів / Фалес Й. Г., Огерчук О. Ф., Колобич О. В., Дулібський А. В. – Львів, 1999. – 112 с.
4. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. / Ігор Ріпак. – Львів : Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
5. Соломонко В. В. Футбол : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В. – Київ : Олімпійська література, 1997. – С. 19–64.
6. Футбол : учеб. для физ. ин-тов / под ред. Казакова П.Н. – Москва : Физкультура и спорт. – 1978. – С. 23–59.
7. Чанади А. Футбол: стратегия / А. Чанади. – Москва : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

8. Чанади А. Футбол: тренінг / А. Чанади ; пер. с венг. – Москва : Фізкультура и спорт, 1985. – 256 с.

Семинарське заняття № 4

з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та
спортивно-педагогічне вдосконалення»

для студентів 3 курсу факультету фізичної культури і спорту

**Тема: Вивчення педагогічних методів контролю за рівнем фізичної
підготовленості і техніко-тактичної майстерності**

**Мета: Перевірити та поглибити знання студентів щодо контролю за рівнем
фізичної, техніко-тактичної підготовленості у футболі**

План

1. Значення обліку та контролю різних видів підготовленості у футболістів.
2. Тестування різних видів підготовленості футболістів
3. Умови проведення тестувань
4. Критерії оцінювання різних видів підготовленості футболістів

Рекомендовані джерела:

1. Віхров К. Л. Футбол у школі : навч.-метод. посіб. / К. Л. Віхров – Київ : Комбі ЛТД, 2002. – С. 61–84.
2. Дулібський А. В. Тенденції розвитку сучасного футболу / А. В. Дулібський // Практикум з футболу: науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.- практ. конф. – Київ, 2001. – С. 5–7.
3. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів / Фалес Й. Г., Огерчук О. Ф., Колобич О. В., Дулібський А. В. – Львів, 1999. – 112 с.
4. Ріпак І. Футбол : навч. посіб. / Ігор Ріпак. – Львів : Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
5. Соломонко В. В. Футбол : підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В. – Київ : Олімпійська література, 1997. – С. 19–64.
6. Футбол : учеб. для физ. ин-тов / под ред. Казакова П.Н. – Москва : Фізкультура и спорт. – 1978. – С. 23–59.
7. Чанади А. Футбол: стратегія / А. Чанади. – Москва : Фізкультура и спорт, 1986. – 208 с.

8. Чанади А. Футбол: тренировка / А. Чанади ; пер. с венг. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 256 с.