

Бібліографічний опис

Дулібський А.В. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ. – Лекція з навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення (ТіМОВС та СПВ) (спеціалізація - футбол) (1 курс)». – 16 стор.

Ключові слова: урок, футбол, гра, техніка, тактика.

Назва:	МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ.
Автори:	Дулібський А.В.
Ключові слова:	урок, футбол, гра, техніка, тактика.
Дата публікації:	2019
URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):	http://repository.ldufk.edu.ua/
Розташовується у зібраннях:	Конспекти лекцій

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра футболу



Дулібський А.В.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ
В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ

Лекція
з навчальної дисципліни

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

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ 01 Освіта/Педагогіка
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 017 Фізична культура і спорт різних груп населення
ФАКУЛЬТЕТ Педагогічної освіти
РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ перший (бакалаврський)

© ЛДУФК, 2019 рік
© Кафедра футболу, 2019 рік
© Дулібський А.В., 2019 рік

Львів – 2019

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ

Основним принципом побудови навчальної роботи в початкових класах повинна бути виваженість постановки завдань, підбору засобів і методів, дотримання вимог щодо індивідуального підходу.

Протягом навчання в 1-у класі у дітей мають формуватися передумови для оволодіння техніко-тактичними діями, досягнення належної спеціальної фізичної готовності.

УМОВНА СІТКА РОЗПОДІЛУ НАВЧАЛЬНИХ ГОДИН ЗА ТЕМАМИ ТА ЕЛЕМЕНТАМИ ПРОГРАМНОГО МАТЕРІАЛУ В 1-У КЛАСІ

Інваріантна складова

№ з/п	Теми та елементи Види програми	Кількість годин	I семестр		II семестр	
			I чв.	II чв.	III чв.	IV чв.
1	Теоретико-методичні знання		На всіх уроках			
2	Рухливі та народні ігри, забави	20	8		7	5
3	Гімнастика	16		10		
4	Основні поняття та елементи спортивних ігор	6	3	3		
5	Спортивні ігри	6				
	а) футбол (гра за спрощеними правилами на майданчиках зменшених розмірів)		1	1	1	1
	б) баскетбол			1		
	в) волейбол				1	
6	Легка атлетика	6	3			3
7	Плавання	2				2
8	Вправи для визначення комплексної оцінки стану фізичної підготовленості	12	2	2	2	6
<i>Варіативна складова</i>						
	Футбол	34	11		15	5
Всього годин		102	27	21	30	24

1. Теоретична підготовка:

- загальне уявлення про гру в футбол;
- ознайомлення з правильним розташуванням на футбольному полі;
- вміння орієнтуватися на футбольному полі та правильно реагувати на дії партнерів і суперників; історія українського футболу; розвиток футболу в Україні та за кордоном.

Тема: 1. *Загальне уявлення про гру в футбол*

Футбол - найпопулярніша гра у світі. Назва гри походить від англійських слів “foot” - стопа, “ball” – м’яч. Це спортивна командна гра з м’ячем. Футбол - гра двох команд, мета яких - забити м’яч у ворота суперників. До складу кожної команди входить 11 футболістів: 10 польових гравців і воротар. Термін гри 90 хвилин (два тайми тривалістю 45 хв. з 10-15-ти хвилинною перервою). Гравці в полі не мають права торкатись м’яча руками, це дозволяється робити тільки воротарю і тільки в межах свого штрафного майданчика. Місцем для гри служить рівне поле з трав’яним покриттям у формі прямокутника зі сторонами від 90 до 120 метрів в довжину і від 45 до 90 метрів у ширину.

На полі є відповідна розмітка і двоє воріт, ширина яких - 7 метрів 32 см, висота – 2 метри 44 см від землі до перекладини. На ворота з зовнішньої сторони кріпиться сітка. Гра ведеться шкіряним м’ячем діаметром від 68 до 71 см, вага м’яча від 396 до 453 г.

2. *Вміння орієнтуватися та реагувати на дії партнерів і суперників.*

При пересуванні з м’ячем чи без м’яча гравець повинен слідкувати за діями тренера чи партнера і правильно реагувати на них. Наприклад, змінити спосіб пересування, стрибнути, імітувати удар в м’яч ногою, головою, тощо. Виконуючи ведення м’яча, зупинити м’яч підошвою чи зробити ривок на 5 метрів.

Гравець слідкує за м’ячем, який котиться або летить до нього, і одночасно за діями партнера. В залежності від сигналу повертає м’яч

партнеру в один дотик або після зупинки.

3. Ознайомлення з правильним розташуванням на футбольному полі.

Основні позиції які займають гравці під час гри: воротар захищає свої ворота, має право грати руками в штрафному майданчику; захисники, які захищають свої ворота; нападники атакують чужі ворота, намагаючись забити гол, півзахисники допомагають захисникам та нападникам.

2. Фізична підготовка:

організуючі вправи; загальнорозвиваючі вправи; ходьба; бігові вправи; стрибкові вправи; акробатичні вправи; вправи для формування правильної постави; вправи для координації рухів; вправи для м'язів стопи; рухливі ігри “Порожнє місце”, “Через ліс”, “Дзвінок на урок”, “Рибалка”, “Передавання м'ячів у колонах над головою”.

3. Технічна підготовка:

Техніка пересування: біг; біг зі зміною напрямку і швидкості руху; стрибки поштовхом однієї ноги; прийом стрибком.

Удари в м'яч ногою: удар внутрішньою стороною стопи в нерухомий м'яч; виконання ударів після зупинки та ведення м'яча.

Зупинки м'яча: зупинки підошвою м'яча, що котиться та опускається.

Ведення м'яча: ведення м'яча носком.

4. Тактична підготовка:

Індивідуальні дії без м'яча: правильне розташування гравців в іграх на невеликих майданчиках в неповних складах; уміння орієнтуватися на футбольному полі та правильно реагувати на дії партнерів і суперників.

Індивідуальні дії з м'ячем: доцільне використання вивчених технічних прийомів у грі.

Групові дії: ознайомлення з навчальною грою; взаємодія двох чи трьох партнерів у грі.

5. Домашні завдання:

- 1) виконувати удари внутрішньою стороною стопи в нерухомий м'яч у стінку з відстані 5 - 6 метрів;
- 2) виконувати ведення м'яча носком;
- 3) вивчити правила 2 - 3-ох рухливих ігор та навчитися грати за правилами;
- 4) взяти участь у грі в футбол у зменшених складах.

6. Контрольні нормативи і навчальні вимоги:

- 1) біг 30 метрів з високого старту на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 8,0 с	гірше 8,2 с	2
8,0 с	8,2 с	3
7,5 с	7,8 с	4
7,0 с	7,2 с	5

- 2) стрибок у довжину з місця на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 80 см	гірше 70 см	2
80 см	70 см	3
90 см	80 см	4
120 см	115 см	5

- 3) 4 прийоми підшвою м'яча, що котиться:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
1 правильно виконаний прийом	0	2
2	1	2
3	2	4
4	3	5

УМОВНА СІТКА РОЗПОДІЛУ НАВЧАЛЬНИХ ГОДИН ЗА ТЕМАМИ ТА
ЕЛЕМЕНТАМИ ПРОГРАМНОГО МАТЕРІАЛУ У 2-у КЛАСІ

Інваріантна складова

№ з/п	Теми та елементи	Кількість годин	I семестр		II семестр	
			I чв.	II чв.	III чв.	IV чв.
1	Теоретико-методичні знання		На всіх уроках			
2	Рухливі та народні ігри, забави	10	3	1	2	4
3	Гімнастика	15		10	6	
4	Спортивні ігри	19				
	а) футбол		5			5
	б) баскетбол			6		
	в) гандбол			2	1	
5	Легка атлетика	6	3			3
6	Плавання	6	3			3
7	Вправи комплексного тесту оцінки стану підготовленості	12	2	2	2	6
<i>Варіативна складова</i>						
1	Футбол	34	11		20	3
Всього годин		102	27	21	30	24

1. Теоретична підготовка:

Історія українського футболу; розвиток футболу в Україні та за рубежом; основні Правила гри.

Тема: 1. *Основні Правила гри.*

1. Розміри футбольного майданчика. Орієнтовний час гри та розміри футбольних майданчиків і ширина воріт в залежності від кількості гравців та відповідно до регламенту змагань.
2. М'яч вийшов за бокову лінію.
3. М'яч вийшов за лінію воріт.
4. Гра рукою.
5. Груба гра.
6. Після забитого м'яча.
7. Суддівство.

Правила змагань - офіційний документ, в якому надаються умови і порядок проведення змагань, права та обов'язки учасників, організаторів і арбітрів.

2. Фізична підготовка:

Вправи для організації групи; загальнорозвиваючі вправи; ходьба; бігові вправи; стрибкові вправи; акробатичні вправи; вправи для формування правильної постави; вправи для координації рухів; вправи для м'язів стопи; рухливі ігри “У ведмедя на бору”, “Салки”, “Передавання м'ячів під ногами”, “Зустрічна естафета”, естафети з елементами бігу і стрибків.

3. Технічна підготовка:

Техніка пересування: біг зі зміною напрямку і швидкості руху; стрибки поштовхом двох ніг; повороти переступанням на місці та в русі.

Удари в м'яч ногою: удари внутрішньою стороною стопи в нерухомий м'ячу і м'яч, що котиться (від гравця, назустріч йому); виконання ударів після зупинки та ведення м'яча.

Прийоми м'яча: прийоми м'яча підшвою та внутрішньою стороною стопи, що котиться та опускається. *Ведення м'яча:* ведення м'яча носком і середньою частиною підйому.

Вкидання м'яча: вкидання м'яча з місця.

4. Тактична підготовка:

Індивідуальні дії без м'яча: ознайомлення з “відкриванням” і “закриванням”.

Індивідуальні дії з м'ячем: доцільне використання вивчених технічних прийомів у грі; визначення та розуміння ігрових ситуацій, у яких доцільним є ведення м'яча.

Групові дії: взаємодія двох чи трьох партнерів у грі; виконання передач в ноги партнеру; виконання найпростіших комбінацій під час початкового удару та вкидання м'яча з-за бокової лінії.

5. Домашні завдання:

- 1) виконувати удари внутрішньою стороною стопи в м'яч, що котиться від гравця і назустріч йому;
- 2) виконувати зупинки підошвою та внутрішньою стороною стопи м'яча, що котиться та опускається;
- 3) вміти виконувати комплекс вправ для формування правильної постави;
- 4) взяти участь у грі в футбол у зменшених складах.

6. Контрольні навчальні нормативи і вимоги:

- 1) біг на 30 метрів з високого старту на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 7,8 с	гірше 8,0 с	2
7,8 с	8,0 с	3
7,2 с	7,5 с	4
6,3 с	6,8 с	5

- 2) стрибок у довжину з місця на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 85 см	гірше 80 см	2
85 см	80 см	3
100 см	90 см	4
140 см	125 см	5

- 3) чотири зупинки внутрішньою стороною стопи м'яча, що котиться:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
1 правильно виконана прийом	0	2
1	1	3
3	2	4
4	3	5

**МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ
В 3 – 4-ИХ КЛАСАХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ**

УМОВНА СІТКА РОЗПОДІЛУ НАВЧАЛЬНИХ ГОДИН ЗА ТЕМАМИ ТА
ЕЛЕМЕНТАМИ ПРОГРАМНОГО МАТЕРІАЛУ В 3-У КЛАСІ

Інваріантна складова

№ з/п	Теми та елементи	Кількість годин	I семестр		II семестр	
			I чв.	II чв.	III чв.	IV чв.
1	Теоретико-методичні знання		На всіх уроках			
2	Рухливі та народні ігри, забави	5	2	2	1	
3	Гімнастика	16		10	6	
4	Спортивні ігри	20				
	а) футбол		5	6		
	б) баскетбол			3		
	в) гандбол		3		3	
5	Легка атлетика	6	3			3
6	Кросова підготовка	5	5			
7	Плавання	4	2			2
8	Вправи комплексного тесту	12	2	2	2	6
<i>Варіативна складова</i>						
1	Футбол	34	5		17	12
Всього годин		102	27	21	30	24

1. Теоретична підготовка:

Історія українського футболу; розвиток футболу в Україні та за кордоном; правила гри; організація та проведення змагань.

Тема: 1. *Правила гри в футбол.*

Аналіз правил 1 - 17.

1. Поле для гри у футбол.
2. М'яч.
3. Учасники змагань.
4. Одяг футболіста.
5. Арбітр.
6. Асистенти арбітра.

7. Тривалість гри.
8. Початок гри.
9. М'яч у грі та поза грою.
10. М'яч забитий у ворота.
11. Положення поза грою.
12. Неспортивна поведінка і недозволена гра.
13. Вільний та штрафний удари.
14. 11-метровий штрафний удар.
15. Вкидання м'яча в гру з-за бічної лінії поля.
16. Удар від воріт.
17. Кутовий удар.

Тема: 2. Організація та проведення змагань.

Значення змагань з футболу та їх місце в навчальному процесі. Вимоги до організації та проведення змагань. Види змагань. Системи розіграшу (колова, з вибуванням, змішана), їх особливості. Положення про змагання. Оформлення результатів ігор, ходу та результатів змагань. Заявки на участь у змаганнях, їх форма та порядок подання.

Особливості організації та проведення змагань з міні-футболу, короткотривалих турнірів.

2. Фізична підготовка:

Вправи для організації групи; загальнорозвиваючі вправи; ходьба; бігові вправи; стрибкові вправи; акробатичні вправи; вправи для формування правильної постави; вправи для координації рухів; вправи для м'язів стопи; рухливі ігри "Вовк у канаві", "Стрибки по смугах", "Боротьба за м'яч", естафети з елементами бігу і стрибків, естафети з елементами футболу.

3. Технічна підготовка:

Техніка пересування: біг приставним кроком (галопом); зупинки

випадом і стрибком; стрибки з розбігу; поєднання бігу зі стрибками, прийомами, поворотами.

Удари в м'яч ногою: удари середньою та внутрішньою частинами підйому по нерухомому м'ячу; виконання ударів після зупинки та ведення м'яча.

Удари в м'яч головою: удар в м'яч середньою частиною чола з місця.

Зупинки м'яча: зупинки м'яча підошвою та внутрішньою стороною стопи в русі.

Ведення м'яча: ведення м'яча середньою, внутрішньою та зовнішньою частинами підйому.

Відволікальні дії (фінти): фінт “відходом”.

Відбір м'яча: відбір м'яча вибиванням у випаді.

Вкидання м'яча: вкидання м'яча з місця і з кроку в ноги партнеру.

Жонгливання м'ячем.

Техніка гри воротаря: основна стійка і пересування воротаря; ловлення м'яча знизу.

4. Тактична підготовка:

Індивідуальні дії без м'яча: вибір моменту для “відкривання” і “закривання” з метою отримання м'яча.

Індивідуальні дії з м'ячем: доцільне використання вивчених технічних прийомів у грі; визначення та розуміння ігрових ситуацій, у яких доцільними є ведення або передача м'яча партнеру.

Групові дії: взаємодія двох чи трьох партнерів у грі; виконання передач в ноги і на удар партнеру; виконання найпростіших комбінацій під час початкового, кутового ударів та вкидання м'яча з-за бокової лінії.

5. Домашні завдання:

1) виконувати удари в м'яч середньою частиною підйому у стінку з

відстані 8 - 10 метрів;

2) виконувати жонгливання м'ячем і досягти результату 6 разів (хлопці) і 5 разів (дівчата);

3) уміти виконувати комплекс вправ для профілактики плоскостопості;

4) взяти участь у грі в футбол у зменшених складах.

6. Контрольні навчальні нормативи і вимоги:

1) біг 30 метрів з високого старту на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 7,5 с	гірше 7,8 с	2
7,5 с	7,8 с	3
6,9 с	7,3 с	4
5,9 с	6,5 с	5

2) стрибок у довжину з місця на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 90 см	гірше 80 см	2
90 см	80 см	3
110 см	105 см	4
160 см	135 см	5

3) жонгливання м'ячем на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
Гірше 4 підбивань	Гірше 2 підбивань	2
4 підбивання	3 підбивання	3
5 підбивань	4 підбивання	4
6 підбивань	5 підбивань	5

**УМОВНА СІТКА РОЗПОДІЛУ НАВЧАЛЬНИХ ГОДИН ЗА ТЕМАМИ ТА
ЕЛЕМЕНТАМИ ПРОГРАМНОГО МАТЕРІАЛУ В 4-У КЛАСІ**

Інваріантна складова

№ з/п	Теми та елементи	Кількість годин	I семестр		II семестр	
			I чв.	II чв.	III чв.	IV чв.
1	Теоретико-методичні знання		На всіх уроках			
2	Гімнастика	16		10	6	
3	Спортивні ігри	24				
	а) футбол		7	4		3
	б) баскетбол				3	
	в) гандбол			4	2	4
4	Легка атлетика	6	3			3
5	Кросова підготовка	4	1	1		
6	Плавання	4	2			2
7	Туризм	2	2			
8	Вправи комплексного тесту	12	2	2	2	6
<i>Варіативна складова</i>						
1	Футбол	34	10		17	6
Всього годин		102	27	21	30	24

1. Теоретична підготовка:

Історія українського футболу; розвиток футболу в Україні та за кордоном; місця занять, обладнання, інвентар.

Тема: 1. *Місця занять, обладнання та інвентар. Вимоги до місць проведення уроку з футболу.*

Навчальний клас для проведення теоретичних занять. Футбольне поле та догляд за ним. Спортивний зал достатніх розмірів з сіткою натягнутою на всю ширину. Стаціонарне та переносне обладнання, що використовують на заняттях з футболу.

Догляд за футбольними м'ячами, підготовка їх до занять та змагань. Вимоги до спортивного одягу та взуття залежно від місця проведення занять та кліматичних умов.

Велике значення мають використання допоміжного обладнання для навчання техніки гри у футбол.

1. Переносні стояки для обведення.

2. Футбольні стінки для ударів.
3. Переносні футбольні стінки.
4. Потрійна стінка ламаною лінією.
5. Низькі ворота.
6. Малі ворота.
7. Стояки для підвищування м'ячів.
8. Переносні бар'єри.
9. Макети футбольного поля.
- 10.Набивні м'ячі, гантелі, скакалки, прапорці, сітки, секундоміри, свистки.

Використання нових технологій.

У навчальному класі крім макетів футбольного поля, повинні бути телевізор, відеомагнітофон, матеріали з відеозаписами методичних занять з футболу з фізичної, технічної, тактичної підготовки, методики навчання воротарів. Комп'ютер з футбольними іграми для розвитку тактичного мислення.

Відеокамера для відеозйомок змагань, спортивних свят та різних шкільних заходів.

Футбольний інвентар.

Основна форма - футболка, труси, тренувальний костюм, бутси, кеди, тапочки. Вони повинні бути чистими. Взуття бажано взувати на шерстяні шкарпетки, або дві пари тонких.

2. Фізична підготовка:

організуючі вправи; загальнорозвиваючі вправи; ходьба; бігові вправи; стрибкові вправи; акробатичні вправи; вправи для формування правильної постави, вправи для координації рухів; вправи для м'язів стопи; рухливі ігри “Група, струнко!”, “М'яч – середньому”, “Не давай м'яча ведучому”, “М'яч у колі”, естафети з елементами футболу.

3. Технічна підготовка:

Техніка пересування: біг перехресним кроком; поворот стрибком; поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами.

Удари в м'яч ногою: удари середньою та внутрішньою частинами підйому в нерухомий м'яч і м'яч, що котиться (від гравця, назустріч йому, справа або зліва від нього); виконання ударів на точність після зупинки, ведення м'яча та відволікальних дій.

Удари в м'яч головою: удари в м'ячу середньою частиною чола з місця та з розбігу.

Зупинки м'яча: зупинки м'яча підошвою та внутрішньою стороною стопи в русі; зупинки стегном і грудьми зустрічного м'яча.

Ведення м'яча: ведення м'яча середньою, внутрішньою та зовнішньою частинами підйому по прямій, по колу, “вісімкою”, а також обведення стійок.

Відволікальні дії (фінти): фінти “відходом”, “ударом”, “зупинкою”.

Відбір м'яча: відбір м'яча вибиванням у випаді у суперника, що рухається назустріч, зліва та справа від гравця.

Вкидання м'яча: вкидання м'яча з місця і з кроку на точність (у ноги чи на хід партнера).

Жонгливання м'ячем.

Техніка гри воротаря: ловлення м'яча зверху; кидки м'яча зверху і знизу.

4. Тактична підготовка:

Індивідуальні дії без м'яча: вибір моменту для “відкривання” і “закривання” з метою отримання м'яча; вміння оцінювати доцільність тієї чи іншої позиції, своєчасно займати найвигіднішу позицію для отримання м'яча.

Індивідуальні дії з м'ячем; доцільне використання вивчених технічних прийомів у грі; визначення та розуміння ігрових ситуацій, у яких доцільними ведення, передача м'яча партнеру та обведення суперника.

Групові дії: взаємодія двох або трьох партнерів у грі; виконання

передач в ноги, на удар партнеру та на вільне місце; виконання найпростіших комбінацій під час початкового, кутового, штрафного і вільного ударів та вкидання м'яча з-за бокової лінії.

5. Домашні завдання:

- 1) виконувати удари в м'яч внутрішньою частиною підйому у стінку з відстані 8 - 10 метрів;
- 2) виконувати жонглювання м'ячем і досягти результату 7 разів (хлопці) і 6 разів (дівчата);
- 3) вивчити правила рухливих ігор "М'яч – середньому", "Не давай м'яча ведучому", "М'яч у колі" та навчитися грати;
- 4) взяти участь у грі в футбол у зменшених складах за спрощеними правилами.

б. Контрольні навчальні нормативи і вимоги:

- 1) біг 30 метрів з високого старту на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 7,3 с	гірше 7,5 с	2
7,3 с	7,5 с	3
6,6 с	7,0 с	4
5,6 с	6,0 с	5

- 2) стрибок у довжину з місця на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 110 см	гірше 100 см	2
110 см	100 см	3
125 см	115 см	4
165 см	150 см	5

- 3) жонглювання м'ячем на результат:

Хлопці	Дівчата	Оцінка
гірше 5 підбивань	гірше 3 підбивань	2
5 підбивань	4 підбивання	3
6 підбивань	5 підбивань	4
7 підбивань	6 підбивань	5

Рекомендована література

1. Авраменко В.Г., Бобарико О.Є., Гончаренко В.І., Джус О.М., Дуніхін П.М., Фалес Й.Г. та ін.. Футбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. - Київ: Республіканський науково-методичний кабінет Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту, 2003. - 105 с.
2. Вихров К.Л. Футбол в школі. - Київ: Радянська школа, 1990. – 206 с.
3. Вихров К.Л. Тактика захисту. // Журнал „Фізичне виховання в школі», №4, 2004. - Київ: «Педагогічна преса», 2003. - С. 17 - 21.
4. Вихров К.Л., Дулибський А.В. Разминка футболістів: метод. пособ. / Вихров К.Л., Дулибський А.В. – Київ: Комби ЛТД, 2005. – 192 с.
5. Дулибський А.В., Фалес Й.Г. Техніко-тактична підготовка юних футболістів. - Київ: Науково-методичний комітет Федерації футболу України, 2001.
6. Дулибський А.В.. Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд з футболу. - Київ: Науково-методичний комітет Федерації футболу України. - 2001. - 130 с.
7. Зеленцов А.М., Лобановський В.В. Моделирование тренировки в футболе. 2-е видання, перероблене і доповнене. - Київ: Альтерпрес, 1998. - 216 с.
8. Романенко А.Н., Джус О.Н., Догадин М.Е. Книга тренера по футболу. - Київ: Здоров'я, 1975. – 180 с.
9. Соломонко В.В., Фалес Й.Г., Хоркавий Б.В. Футбол. Навчально-методичний посібник для тренерів і гравців дитячо-юнацького та аматорського футболу. - Львів: ЛКТ ЛНАВМ ім. Гжицького С.З., 2007. - 134 с.
10. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В.. Футбол: Посібник

для футболістів і тренерів аматорського футболу. - К: Олімпійська література, 2005. - 193 с.

11. Фалес Й.Г., Огерчук О.Ф., Колобич О.В., Дулібський А.В. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру для підготовки футболістів. - Львів: ВКП ф. ВМС, 1998. – 188 с.

Інформаційні ресурси

- Бібліотеки
- Інтернет
- Телебачення