



Ігрові види спорту (футбол)

Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Галузь знань	Всі
Спеціальність	Всі
Освітня програма	Всі
Статус дисципліни	Вибіркова
Форма навчання	заочна
Рік підготовки, семестр	2-й курс, осінній / весняний семестр
Обсяг дисципліни	2 кредити (60 год) аудиторні заняття: лекції – 6 годин, практичні – 2 години, самостійна робота – 52 години
Семестровий контроль/ контрольні заходи	Залік, домашня контрольна робота
Розклад занять	За розкладом факультетів
Мова викладання	Українська
Інформація про керівника курсу / викладачів	http://ktos-fbmi.kpi.ua
Розміщення курсу	

Програма навчальної дисципліни

1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчення та результати навчання

Основною метою навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (футбол)» є формування у здобувачів вищої освіти здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя;

Дисципліна «Ігрові види спорту (футбол)» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок, вмінь для подальшої професійної діяльності.

В результаті вивчення навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (футбол)» здобувачі вищої освіти зможуть сформувати загальні компетентності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя:

- 1) використовувати засоби футболу з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я;
- 2) здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму;
- 3) забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.

2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)

Дисципліна «Ігрові види спорту (футбол)» відноситься до циклу дисциплін загальної підготовки, вона є вибірковим компонентом Освітньої програми.

3. Зміст навчальної дисципліни

Тематика практичних занять.

Навчальний матеріал складається із 7 тем:

- Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять.
- Тема 2. Визначення індивідуального фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості.
- Тема 3. Формування фізичної підготовленості засобами футболу (на самостійне вивчення)
- Тема 4. Вивчення техніки футболу (на самостійне вивчення)
- Тема 5. Контроль і оцінювання рівня фізичного стану (на самостійне вивчення)
- Тема 6. Розвиток фізичних якостей засобами футболу.
- Тема 7. Тестування рівня фізичної підготовленості (на самостійне вивчення)

4. Навчальні матеріали та ресурси

Базова навчальна література:

Навчальні посібники:

1. Удосконалення спортивної підготовки при проведенні занять з футболу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації / НТУУ «КПІ»; уклад. А. Р. Гринь. – Електронні текстові дані (1 файл: 354 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2012. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1765>

2. Степаненко В. М. Теорія і методика викладання футболу: навч. посібник [для студ. вищ. пед. навч. закладів]/В.М. Степаненко. – Переяслав- Хмельницький: СПД Кузьмичова Р.Ю., 2010.- 220 с. Режим доступу:

<http://ephseir.phdpu.edu.ua/bitstream/handle/8989898989/4646/TMB%20футболу%2C%20Степаненко%20В.М.%202010.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

3. «Теорія і методика викладання футболу». Методична розробка: к. пед. н., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Сивохоп Е.М., к.пед.н., доцент кафедри фізичного виховання Маріонда І.І., ст. викладач кафедри фізичного виховання Шкірта М.І. – Ужгород, 2013. – 52с. Режим доступу: <http://dspace.uzhnu.edu.ua>

4. Основи тактичної підготовки у футболі: навч. посібник / укл.: Осадець М.М., Байдюк М.Ю. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. –104 с. Режим доступу:

https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/2122/Осадець_Основи%20тактичної%20підготовки.pdf?sequence=1&isAllowed=y

5. Без'язичний Б.І., Журід С. М. Теорія та методика футболу. Навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури. – ХДАФК, 2020 р.- 185 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<http://repo.khdafk.kh.ua/bitstream/123456789/1308/1/Пособие%20кр.мод.%204%20курс%20%20Word.pdf>

Додаткова література:

1. Физкультурно-оздоровительные технологии формирования фитнескультуры студентов: учебное пособие / Под ред. Ю.А. Усачева. – Киев: Издательство «Логос», 2015. – 200 с.

2. Костюкевич В. М., Перепелиця О. А., Гудима С. А. Теорія і методика викладання футболу: навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2009. - 312 с.

3. Бондарев Д. В. Фізичне вдосконалення студентів технічних вищих навчальних закладів засобами футболу : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Бондарев Дмитро Володимирович; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Львів, 2009. - 20 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10947>

4. Матяш В. В. Технічна підготовка футболістів на етапі попередньої базової підготовки: автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Матяш Вадим Володимирович; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Д., 2013. - 20 с.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/758>

5. Вихров К.Л. Разминка футболистов: Методическое пособие. / К.Л.Вихров, А.В. Дулибский. – К.: Федерация футбола Украины, Комби ЛТД, 2005. – 192 с.

6. Перепелиця П. Є. Побудова тренувального процесу студентських футбольних команд з урахуванням різного рівня підготовленості гравців : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Перепелиця Павло Євгенович ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Дніпропетровськ, 2009. - 20 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу):

<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11797>

7. Розвиток фізичних якостей на заняттях шейпінгом [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять для студентів навчального відділення шейпінгу / НТУУ «КПІ»; уклад. Г. Л. Бойко, О. Ф. Твердохліб, Т. Г. Козлова, С. У. Шарафутдінова, Н. Є. Гаврилова. – Електронні текстові дані (1 файл: 1,60 Мбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2014. – 31 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/10148>

8. Методичні рекомендації для виконання комплексу вправ за системою пілатес [Електронний ресурс] / НТУУ «КПІ»; уклад. С. Є. Толмачова, Н. В. Іванюта. – Електронні текстові дані (1 файл: 17,1 Мбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2014. – 66 с. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/8148>

9. Базова аеробіка у структурі оздоровчого фітнесу [Електронний ресурс]: методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів усіх спеціальностей / НТУУ «КПІ»; уклад. Н. В. Градусова, Н. В. Кузьменко. – Електронні текстові дані (1 файл: 187 Кбайт). – Київ: НТУУ «КПІ», 2011. – Назва з екрана.

URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/1780>

Література для самостійного вивчення (теми:3,4,5,7)

1. Блашак, І.М. Точність ударів по воротах у змаганнях та тренуваннях футболістів та фактори, що її визначають: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/І.М. Блашак. - К., 2001. - 25 с.

2. Лисенчук Г. А. Управління підготовкою футболістів. - ДО.: Олімпійська література, 2003. - 271 с.

3. Булатова М.М. Развитие физических качеств / М.М. Булатова, М.М. Линец, В.Н. Платонов. // В кн.: Теория и методика физического воспитания. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – С. 189–314 с.

4. Костюкевич В.М. Модельні тренувальні завдання як засіб підвищення ефективності тренувального процесу груп ПСМ з футболу в умовах ВНЗ / В.М. Костюкевич. // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: Матеріали Всеукр. наук.конф. – Тернопіль, 2003. – С 61–64.

5. Бойко, В.В. Цілеспрямований розвиток рухових здібностей людини / В. В. Бойко. - К.: Фізкультура та спорт, 2015. - 173 с.

6. Практикум з футболу. / Під ред. Віхров К. Л., Дулібський А. В., Базилевич О. П., Костюкевич В. М. Науково - методичний комітет Федерації футболу України, Київ – 2009. – 105 с.
7. Базилевич О. Организация игры и подготовка футболистов высокой квалификации: Метод.пособие / О.П.Базилевич. – К.: Укр. Письменник, 2011. – 71 с.
8. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
9. 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 – Вінниця, 2011. – Вип. 13. – С. 168–176.
10. Карпа І. Я. Характеристика основних напрямків техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу / Карпа І., Лапичак І., Когут Т. // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2014. Вип. 118 (4). – С. 65–69.
11. Перепелиця П. Є. Побудова тренувального процесу студентських футбольних команд з урахуванням різного рівня підготовленості гравців : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Перепелиця Павло Євгенович; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. - Дніпропетровськ, 2009. - 20 с. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/11797>
12. Колобич О. Особливості техніко-тактичної підготовки юних футболістів на полях зменшених розмірів / О. Колобич, Б. Хоркавий, Й. Фалес // Актуальні проблеми здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах: матеріали III Міжнар. наук.-пр. конф. – Чернівці, 2014. – С. 460– 464.
13. Височіна Н.Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті: монографія. Київ: «Центр учбової літератури», 2017. - 384 с.
14. Душанин С. А., Пирогова Е. А., Иващенко Л. Я. Самоконтроль физического состояния. – Киев: "Здоровья", 1980.

Навчальний контент

5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Тема 1. Інформаційне забезпечення проведення занять з футболу.

Лекція. Характеристика ігрових видів спорту (футбол).

Організація системи фізичного виховання в КПІ ім. Ігоря Сікорського. Особливості техніко-тактичної підготовки в ігрових видах спорту (футбол) Техніка безпеки на заняттях з ігрових видів спорту. Вплив занять ігровими видами спорту (баскетбол, волейбол, футбол) на організм людини.

Тема 2. Методика визначення індивідуального фізичного стану.

Лекція. Оцінювання фізичного стану тих, хто займається ігровими видами спорту.

Функціональна діагностика систем організму: тестування рівня функціонального стану ССС, дихальної системи та психофізичного стану організму людини. Антропометрія. Оцінка стану опорно-рухового апарату. Тестування рівня розвитку фізичних якостей, технічної підготовленості. Методи самооцінки фізичних станів людини.

Тема 6. Вдосконалення фізичних якостей засобами футболу.

Лекція. Розвиток та вдосконалення фізичних якостей засобами ігрових видів спорту.

Методики розвитку фізичних якостей людини: швидкості, сили, координаційних здібностей, гнучкості, витривалості засобами ігрових видів спорту. Особливості застосування фізичних навантажень відповідно до рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Методики відновлення фізичної працездатності.

Практичне заняття. Методики визначення індивідуального рівня функціонального стану серцево-судинної системи (ССС) дихальної та нервової систем організму. Особливості розвитку основних фізичних якостей людини. Оцінка рівня фізичної підготовленості тих, хто займається.

Теми домашньої контрольної роботи

1. Історія виникнення та становлення футболу як виду спорту.

2. Історія розвитку гри у футбол в Україні.
3. Футбол як засіб фізичного виховання та його значення в сучасному житті.
4. Характеристика основних прийомів техніки гри польового гравця.
5. Характеристика основних прийомів техніки гри воротаря.
6. Тактика футболу, її складові та класифікація.
7. Тактика гри у захисті: індивідуальна, групова, командна.
8. Тактика гри у нападі: індивідуальна, групова, командна.
9. Координація як рухова якість та специфіка її розвитку у футболістів
10. Характеристика фізичної якості витривалості, її видів та основи розвитку.
11. Характеристика фізичної якості швидкості, її видів та основи розвитку.
12. Характеристика фізичної якості гнучкості, її видів та основи розвитку.
13. Характеристика комплексної фізичної якості спритності, її складових та основи.
14. Характеристика фізичної якості сили, її видів та основи розвитку.
15. Особливості загальної та спеціальної фізичної підготовки футболістів.
16. Основи спеціальної фізичної підготовки та її значення у розвитку фізичних якостей футболістів.
17. Суддівська колегія та обов'язки її членів. Методика організації та проведення змагань.
18. Застосування інноваційних технологій у навчально-тренувальному процесі футболістів.

Вимоги до написання та оформлення ДКР:

шрифт Times New Roman

розмір шрифту – 14 пт

міжрядковий інтервал - 1,5 інтервали

параметри сторінки - формат А 4, орієнтація - книжна;

верхнє, нижнє поля - 20 мм, лівє поле - 25 мм, правє поле - 15 мм;

відступ 1-ї строки абзацу 1,25 см, інтервал до абзацу та після абзацу 0;

обсяг роботи – 16-20 сторінок тексту (без титульного аркуша, сторінок з планом та літературою);

мова – українська;

Структура ДКР:

титульний аркуш;

план роботи;

вступ;

основна частина;

висновки;

список літератури 8-12 джерел (активні посилання по тексту).

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Підготовка до практичних занять, виконання домашньої контрольної роботи.

Самостійна робота здобувача вищої освіти (52 години) передбачає самостійне вивчення тем курсу, підготовку до аудиторних занять та контрольних заходів.

Розподіл годин СРС: підготовка до практичних занять – 20 годин; підготовка до ДКР – 30 годин; підготовка до заліку – 2 години.

Політика та контроль

7. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Система вимог, що ставляться перед здобувачем вищої освіти:

Правила поведінки на заняттях: дотримання вимог з техніки безпеки.

Правила захисту індивідуальних завдань: дотримання принципу академічної доброчесності.

- політика дедлайнів та перескладань: у здобувачів вищої освіти є можливість двох перескладань
- інші вимоги, що не суперечать законодавству України та нормативним документам Університету:
 - політика щодо академічної доброчесності: політика, принципи академічної доброчесності та норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників Університету визначені у кодексі честі КПІ ім. Ігоря Сікорського (див: <https://kpi.ua/code>).

8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (PCO)

1. Виконання тестових завдань на практичному занятті

На практичному занятті кожне тестове завдання з 20-ти тестів оцінюється в 2 бали.

Максимальна кількість балів за тестові завдання – 40 балів.

2. Домашня контрольна робота

Виконується реферативна робота за запропонованою тематикою

Максимальна оцінка – 60 балів.

Остаточна оцінка опанування здобувачем вищої освіти освітнього компонента оцінюється за результатом його роботи протягом семестру з переведенням його рейтингових балів до університетської шкали оцінювання (Таблиця 1).

Остаточний рейтинг здобувача вищої освіти не може перевищувати 100 балів!

Підсумковий контроль – залік.

Якщо за результатами роботи у семестрі здобувач вищої освіти набрав менше ніж 60 балів або він бажає підвищити свій рейтинговий бал, то йому надається можливість виконати *залікову контрольну роботу (інтегральний тест)*, а його попередній рейтинг анулюється.

Залікова контрольна робота проводиться у формі тестування. Здобувачу вищої освіти пропонується інтегральний тест, що містить 50 питань, кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

Максимальна кількість балів за інтегральний тест – 100 балів.

Отримані здобувачем вищої освіти бали за інтегральний тест переводяться у оцінку за університетською шкалою:

Таблиця 1. Відповідність рейтингових балів оцінкам за університетською шкалою

Рейтингові бали здобувача вищої освіти	Оцінка за університетською шкалою
95 – 100	Відмінно
85 – 94	Дуже добре
75 – 84	Добре
65 – 74	Задовільно
60 – 64	Достатньо
< 60	Незадовільно

9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Під час проходження навчального матеріалу з навчальної дисципліни передбачено використання сучасних технологій в навчальному процесі.

Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):

Складено:

в.о.завідувача кафедри технологій оздоровлення і спорту, к.п.н., доцент, Бойко Ганна Леонідівна

к.п.н., доцент, Новицький Юрій Володимирович

ст. викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту Лускань Олег Юрійович

Ухвалено кафедрою технологій оздоровлення і спорту (протокол № 3 від 18.10.2022 р.)

Погоджено Методичною радою університету (протокол № 8 від 02.06.2023 р.)