

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМ. ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра футболу

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ**

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

<b>ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ</b>	<b><u>01 Освіта/Педагогіка</u></b>
<b>СПЕЦІАЛЬНІСТЬ</b>	<b><u>017 «Фізична культура і спорт»</u> <u>014 «Середня освіта (Фізична культура)»</u></b>
<b>ФАКУЛЬТЕТ</b>	<b><u>«Фізичної культури і спорту»</u> <u>«Педагогічної освіти»</u></b>
<b>РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ</b>	<b><u>перший (бакалаврський)</u></b>

### 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>	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 2		4-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 108		7-й	8-й
		<b>Лекції</b>	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 2 самостійної роботи студента - 2	Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)	4 год.	4 год.
		<b>Практичні – 38 год</b>	
		24 год.	26 год.
		<b>Методичні</b>	
		4 год.	6 год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		20 год.	20 год.
		<b>СПВ</b>	
90 год	90 год		
		Вид контролю: диференційований залік	

#### Примітка.

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

для денної форми навчання

ТіМОВС – 68/40

СПВ – 180

## **2. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1.**

**Тема 1.** Побудова тренувального процесу футболістів в річному циклі підготовки.

- Особливості побудови річного циклу підготовки у футболі.
- Типи та побудова мезоциклів у футболі.
- Типи та побудова мікроциклів у футболі.

**Тема 2.** Вікова періодизація тренувального процесу юних футболістів різного шкільного віку.

- Фактори, що визначають структуру багаторічної підготовки юних футболістів різного шкільного віку.
- Характерні особливості підготовки юних футболістів молодшого шкільного віку.
- Характерні особливості підготовки юних футболістів середнього шкільного віку.
- Характерні особливості підготовки юних футболістів старшого шкільного віку.

### **Змістовий модуль 2.**

**Тема 1-2.** Особливості побудови навчально-тренувальної роботи з юними футболістами.

- Організація навчально-тренувального процесу дітей вікової категорії 7-9 років.
- 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.

### 3. Рекомендована література

1. Дулібський А. Спортивний відбір у системі багаторічної спеціалізованої освіти футболістів [Електронний ресурс] / Андрій Дулібський // Спортивна наука України. – 2015. – №4(68). – С. 28–35. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/340/329>.
2. Карпа І. Характеристика основних напрямів техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих футболістів у відповідності до сучасних умов розвитку футболу / Карпа І., Лапичак І., Когут Т. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2014. – Вип. 118, т. 4. – С. 65 – 69.
3. Карпа І. Форми проведення тренувальних занять у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих футболістів / Ігор Карпа // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. Держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2018. – Вип. 5(24). – С. 213–217.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Київ: «Освіта України», 2009. – 279 с.
5. Ніколаєнко В.В. Практичні аспекти вдосконалення тренувальної діяльності та системи проведення змагань на етапі підготовки до вищих досягнень у футболі / В.В. Ніколаєнко, Б.А. Балан // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013.– № 2. – С. 23–27.
6. Лисенчук Г. А. Теоретико-методичні основи керування підготовкою футболістів : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт” / Лисенчук Геннадій Анатолійович ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту. – К., 2004. – 34 с.
7. Ріпак І. М. Футбол: навч. посіб. – Л.: Ліга-Прес, 2010. – 224 с.
8. Соломонко В. В. Футбол : підручник / В. В. Соломонко, Г. А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімпійська література, 2005. – 296 с.

9. 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.

10. Khorkavyy B. Gargula L. Szkolenie młodzieży na Ukrainie. Nowoczesna Piłka Nożna // Teoria i Praktyka. Współczesne koncepcje szkolenia młodych piłkarzy nożnych.– Opole, 2016.– S. 70–86.

#### 4. Форма підсумкового контролю успішності навчання

- ✓ Вибіркове усне опитування;
- ✓ тестування;
- ✓ перевірка письмових робіт;
- ✓ диференційований залік.

#### 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	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
75-81	<b>C</b>		
68-74	<b>D</b>	задовільно	
61-67	<b>E</b>		
36-60	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-35	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни